PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

DISERTACIÓN PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA

"LA DEPENDENCIA AFECTIVA Y SU INFLUENCIA EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA AUTOESTIMA EN MUJERES ENTRE 25 Y 45 AÑOS DE EDAD PACIENTES DEL DISPENSARIO MÉDICO DEL DIVINO NIÑO JESÚS"

KARLA ELIZABETH NOGALES VARGAS

DIRECTORA: PSIC. NATHALIA QUIROZ

QUITO, 2011

AGRADECIMIENTOS

Quiero Agradecerle a Dios que es quien permite que mis sueños sean en mi vida una realidad mucho más hermosa de lo que alcanzo a imaginar. A mis queridos amigos Isabel René y Franz, quienes nunca dejaron de creer en mí, a mis hermanos Rocío, Bladimir y Johanna quienes han sido un ejemplo de constancia y superación y a la Dra. Natalia Quiroz, por toda su ayuda y preocupación.

DEDICATORIA

A mi madre María quien fue en mi vida la promotora de mi bienestar y felicidad, y un ejemplo de lucha y amor constante, esfuerzo y valentía a quien le debo lo que soy, a mi padre Juan que nunca dejo de apoyarme en mi formación, a mi esposo Alberto y mi hija Giuliana quienes siempre me han demostrado su amor, me brindaron su apoyo y siempre creyeron en mi.

TABLA DE CONTENIDOS

PORTADA i
AGRADECIMIENTOS ii
DEDICATORIA iii
TABLA DE CONTENIDOS iv
INTRODUCCIÓN 1
1. LA DEPENDENCIA 3
1.1. LA PRIMERA FIGURA DE APEGO. 3
1.2 LA DEPENDENCIA MATERNA EN LOS PRIMEROS MESES DE VIDA 8
2. LA AFECTIVIDAD 23
2.1 LA CONSTRUCCIÓN DE LA AFECTIVIDAD EN LAS MUJERES 23
2.1.1 EL VALOR DEL VARÓN EN LA SOCIEDAD. 27
2.1.2 EL VALOR DE LA MUJER EN LA SOCIEDAD 29
2.2. LA AFECTIVIDAD Y EL EJERCICIO DE DOMINIO SOBRE EL OTRO. 31
2.2.1 EL MACHISMO EN LA SOCIEDAD ECUATORIANA. 34
2.3. LA AFECTIVIDAD DE LA MUJER EN SUS MÚLTIPLES RELACIONES. 37
2.3.1 LA BÚSQUEDA DE PROTECCIÓN AFECTIVA. 41
3. LA AUTOESTIMA 45
3.1 LA FORMACIÓN DE LA AUTOESTIMA EN LAS MUJERES 45
3.2. LA ALTA AUTOESTIMA VERSUS LA POCA AUTOESTIMA. 50
3.3 LA ACEPTACIÓN DE SI MISMA Y LA ACEPTACIÓN DE LOS DEMÁS. 54
3.4. LA CONSTRUCCION DE LA IDENTIDAD FEMENINA A PARTIR DEL OTRO 57
4. DISEÑO DE UN MODELO DE PROMOCIÓN DE LA AUTOESTIMA 61
4.1. ESTRUCTURACIÓN DEL MODELO DE PROMOCIÓN DE LA AUTOESTIMA. 61
CONCLUSIONES 74
RECOMENDACIONES 75
BIBLIOGRAFÍA. 76

INTRODUCCIÓN

Cuando hablamos de dependencia emocional nos referimos a la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia otra, a pesar de que no ha sido considerado como una patología o visto como un problema que puede ser la raíz de otros tantos trastornos conductuales, ni existen trabajos profundizados acerca del mismo, hoy en día hay mayor apertura a través de foros de discusión acerca de la dependencia afectiva y unos pocos congresos, que mencionan vagamente definiciones acerca del mismo, no existe una definición absoluta sobre el tema, seguramente hay una idea cercana aunque poco sistematizada del concepto.

La dependencia emocional podría convertirse en un problema psicológico, siendo esta condición exclusiva del ser humano, que es quien está destinado a relacionarse con sus semejantes, la mayoría de los seres humanos sentimos en un momento este sentimiento desbordante llamado amor, sentimiento que provoca hasta a las personas más asentadas emocionalmente que en un momento de la relación lleguen a perturbarse, es la pareja afectiva en quien dicho amor forma los pilares de la relación y el desarrollo y adaptación exitosa, sin embargo, la dependencia emocional sería lo contrario un problema en sus sanas relaciones, cuya afección es de carácter social. A lo largo de esta disertación trataré de dar una visión general del concepto de dependencia emocional, proporcionando una idea del problema y su origen, a partir de revisiones bibliográficas, así como prevención y tratamiento del problema.

Este trabajo busca profundizar el tema de la dependencia afectiva, para tratar de aportar una visión más amplia de los aspectos clínicos del problema y mirar cómo se relaciona este, con afectaciones como la baja autoestima y la violencia de género; sin pretender ser un trabajo de autoayuda o elevación del autoestima, pero sí enfoca la problemática específicamente en el sexo femenino, que ha sido a lo largo de la historia el más afectado por la violencia, por ello la intervención de este trabajo trata de ofrecer planteamientos que puedan ser el punto de partida para el desarrollo ulterior de un tratamiento.

Las mujeres, han crecido siendo dependientes emocionales por muchas circunstancias, entre las que se encuentran: la influencia de la sociedad, en donde el hombre ejerce poder,

y la mujer se somete; la no diferenciación de los propios deseos y los deseos del otro, la necesidad de la aprobación y el reconocimiento del otro; entre otros factores, ha hecho que estas mujeres dependientes y con una baja autoestima, sean una población considerable, que necesita ayuda y se vuelve una responsabilidad de psicólogos, sociólogos, etc; para encontrar métodos adecuados de diagnóstico y tratamiento.

Las laceraciones afectivas que causan estas mal formadas relaciones, afectan también a la sociedad, ya que la consecuencia de todos los maltratos tanto físicos y psicológicos que sufren la mayoría de estas mujeres y sus hijos, dan como resultante un problema grave de violencia intrafamiliar, abandonos afectivos de parte de los padres y en muchos casos abandonos físicos; causando graves daños en la formación de la personalidad, haciendo a muchos de ellos verdaderos resentidos sociales.

La humanización de la psicología, parte del estudio de la existencia y las vivencias del hombre como ser humano. Por ello la importancia de su aportación al proceso del reconocimiento de sí mismas. La mujer desde pequeña es educada en sus sentimientos y personalidad, sin adquirir una conciencia de sus necesidades y sus capacidades para actuar para y por sus intereses.

Las mujeres que llegan a consulta psicológica en el “Dispensario Médico del Divino Jesús” en un 80 % son mujeres que ya sea que se encuentren casadas, solteras o divorciadas, mantienen algún tipo de dependencia con sus parejas actuales e incluso con parejas con las que tuvieron una relación que terminó, tal vez en su forma física, más no en su vínculo emocional. Todas estas mujeres tienen una característica común: su dependencia afectiva, están expuestas a maltrato psicológico, y la gran mayoría en algún momento ha sufrido maltrato físico; la mayor parte de estas mujeres son humilladas y nunca han puesto límites a sus agresores, al contrario, en ellas coexiste un sentimiento de odio pero también de profunda dependencia de su pareja, sentimiento que no tiene explicación desde la percepción de la agredida.

Así este trabajo pretende ser un aporte a la comunidad para fomentar la autoestima en las mujeres que sufren de dependencia afectiva, brindar ayuda a las víctimas de maltrato y brindar una educación preventiva a niños y jóvenes reforzando la aceptación a sí mismos.

1. LA DEPENDENCIA

1.1. LA PRIMERA FIGURA DE APEGO.

> **"**La teoría del apego desarrollada por el psicoanalista inglés John Bowlby (1969,1973, 1980) describe el efecto que producen las experiencias tempranas y la relación con la primera figura vincular en el desarrollo del niño. En 1988 el Dr. Bowlby afirmó que la capacidad de resiliencia frente a eventos estresantes que ocurren en la madurez, es influenciada por el patrón o el vínculo que los individuos desarrollan en los primeros años de vida con la persona a cargo del cuidado, generalmente la madre."[1]

El apego, puede explicarse como la propensión de los seres humanos a formar vínculos afectivos fuertes con los demás, los cuales se desarrollan a temprana edad y se mantienen durante toda la vida, este sistema de apego no solo será el que proporciona protección y confort, sino que el apego permitirá que entre el bebé y ese cuidador primario (que generalmente es la madre) exista una sincronía entre lo emocional y lo biológico.

El bebé tiene una motivación para acercarse a su madre de forma automática cuando hay una concordancia entre estímulo - madre y su representación mental. El niño interioriza ciertos códigos para reconocer a su madre; uno de estos códigos podría ser la voz de la madre, su rostro o incluso el podría reconocer el ruido que provoca la madre cuando viene caminando por el pasillo, si este es un proceso de aprendizaje que el niño realiza, el apego involucraría aprendizaje, el mismo que se dará por medio de la repetición de eventos en relación a personas en diferentes contextos, en primera instancia la madre, mas tarde la relación con el padre y con otras personas cercanas al niño cómo los abuelos y tíos, los mismos que se van ubicando en la memoria del niño y al crecer adquirirá paulatinamente habilidades gracias a las relaciones con estos primeros vínculos, tales como la respuesta positiva ante los problemas, o la resolución adecuada de los duelos a los que estará sometido en el transcurso de su vida, así como una buena autonomía en sus emociones.

El apego es una característica del ser humano por ello como se había mencionado la relación de la madre y el hijo, es la más importante en la vida de un niño; es el apego a su madre o cuidador primario, lo que probablemente determinará el modelo tanto emocional

[1] Bowlby John . El vínculo Afectivo. Argentina Editorial Paidos 1976, pag 189

como biológico para todas sus relaciones futuras. Si el apego del niño a la madre es saludable, está construido de experiencias de vínculo repetitivas durante la infancia, proveyendo una base sólida para las futuras relaciones saludables del niño; la madre o primera figura de apego es quien cuida y protege al niño hasta que él esté en condiciones de cuidarse solo. En este momento se daría entre madre hijo lo que se conoce como la separación; cuando empieza esta etapa, llamada de separación – individuación las emociones llegan a ser muy intensas ya que es en este momento en que el niño comienza a formar su estructura psicológica, en otras palabras en este momento el niño comienza a darse cuenta de su separación de la madre, adquiriendo los primeros signos de autonomía emocional respecto a su madre; incorporándose al mundo real y comienza una relación con este mundo real desde sus propias experiencias; para Mahler (1975) muchas de las patologías que se dan en un adulto se presentan por fallas en estos procesos primarios que estructuran la personalidad, lo que se conoce como patologías edípicas que van desde sentimientos de ansiedad intensos, agresividad y hasta dependencia.

> "En los primeros años los patrones de apego pueden ser susceptibles a los cambios del medio ambiente, por ello un niño con un modelo de apego seguro muy probablemente desarrollará una mejor capacidad tanto cognitiva como emocional, en otras palabras este niño será un adulto con emociones más estables y saludables, ya que presenta una imagen positiva de sí mismo; por tanto probablemente sus relaciones serán lo que podríamos llamar sanas, en donde el pueda diferenciar sus deseos de los deseos de los demás y pueda asumir los mismos siendo proveedor de seguridad y bienestar para su vida. En la contra parte un niño con un modelo de apego inseguro muy probablemente será no solo un niño inseguro sino un adulto agresivo, desorganizado y con menor capacidad para relacionarse de una forma sana dentro de las relaciones sociales, el nivel de apego de una persona es un indicador de las patologías de las relaciones objetales, lo que ayudaría a explicar que el apego inseguro puede causar trastornos clínicos como el trastorno de la personalidad, el mismo que puede llevar a crear relaciones insanas."[2]

En este párrafo Bowlby sugiere, que los primeros vínculos que el niño forma con sus figuras de apego, desarrollan en el niño la capacidad de confrontar situaciones difíciles en su vida cuando este sea ya un adulto, Bowlby le da énfasis a la figura de la madre como una figura fuerte para el niño, a partir de esto se formaran huellas codificadas en el cerebro

[2]Bowlby John El. vínculo Afectivo Reimpresión; Buenos Aires: Paidós. . 1989, pág. 190

del niño, el apego, le proporcionará seguridad emocional al niño y el bienestar emocional que él requiere, para sentirse aceptado y protegido de forma incondicional; el bebé sigue conductas para obtener respuestas en los padres, es una forma de vinculación con sus padres, dicho de otra manera el bebé busca mantener una proximidad con su figura de apego, porque le es muy difícil la separación, debido a que en este momento la importancia del rol que cumple la figura de apego del niño, es relevante; ya que provee y trasmite emociones y sentimientos necesarios para darle seguridad al niño, el momento en que acerca al bebé al hombro, lo arrulla, le canta, le alimenta, lo mira detenidamente, lo besa y otras conductas que deben ser propias del cuidador, ayuda a fortalecer la seguridad del niño; estas experiencias de vinculación son factores cruciales de la vinculación e incluye la calidad y la cantidad de cuidado que recibe. El factor más importante en el vínculo del niño y la figura de apego es el contacto físico que haya sido beneficioso para él, ya que estas actividades causan respuestas positivas a la organización normal del futuro adulto.

Bowlby al igual que Mahler afirma también que durante los primeros tres años de vida del niño se forma la mayor parte de los sistemas y estructuras que serán responsables de todo el funcionamiento emocional, conductual, social y fisiológico para el resto de la vida. Es por esta razón que las experiencias de vinculación conducen a un apego y capacidades de apego saludables cuando ocurren en los primeros años.

> "Las habilidades tempranas para ser autónomos se apoyan en una intimidad segura con los padres."[3]

Esta habilidad, según la teoría de apego, solo se desarrolla en la primera infancia, cuando de niño ha contado con un cuidador proveedor de todas las necesidades, y cuando sea adulto será capaz de repetir estos cuidados con sus hijos o incluso con su pareja. Por otro lado el niño abandonado en sus necesidades o con experiencias negativas, será un adulto muy poco sensitivo. Así se podría explicar las diferentes formas de relacionarse, e incluso de amar, de las distintas personas. El amar significa la unión, sincronización con otro, tal como la que se da entre madre e hijo.

[3]Moreta María Eugenia. El Apego "Aspectos Clínicos y Psicobiológicos de la Diada Madre – Hijo". Chile Editorial Cuatro Vientos 2005, pág. 67

> "En cualquier caso es importante considerar que los modelos internos que los individuos tienen hacia sus partners están influenciados no solo por el apego generado por la figura vincular sino también por las imágenes parentales de la unión de sus padres, lo que ciertamente les sirve de referencia en sus propias relaciones."[4]

El estilo de apego formado en la infancia más temprana influiría y se actualizaría en las nuevas relaciones que se establecen a lo largo de la vida, como por ejemplo la elección de pareja. Se podría decir que la forma de amar y vincularse en los adultos, se relaciona con los patrones de vinculación infantiles. Se trata de dar y recibir apoyo, el adulto otorga protección y seguridad al niño, mientras que en la relación de pareja no siempre se cumple esta condición de simetría, un ejemplo de ello son las mujeres sometidas a situaciones de violencia dentro del hogar. De la misma manera una mujer dependiente afectivamente, sigue conductas que ella cree que la vincularan a su objeto de deseo, y le permitirán mantener una proximidad con el mismo sin poder resolver una sana separación.

Por tanto, la teoría del apego es de gran utilidad a la hora de explicar el círculo vicioso del maltratador y la víctima; y la dificultad que presentan las mujeres en salir de esta relación nociva, teniendo en consideración los estilos de apego con los cuales las mujeres se relacionan y entendiendo que existen estilos de apego más o menos adaptativos que otros.

En el caso de aquella mujer que permanece junto al agresor, se encuentra el hecho que muchas veces la víctima forma un vínculo afectivo con sus agresores, el cual va aumentando gradualmente y que llega al punto que la mujer se identifique con su agresor, entendiendo y justificando el maltrato. El tipo de apego que mantienen las mujeres que sufren violencia conyugal se puede explicar desde el tipo de apego que pudo haber tenido en su infancia; la misma que ha influido en la relación que mantiene la mujer dependiente con su compañero, una mala resolución de la etapa de separación individuación, en la cual no se adquiriría la esperada autonomía emocional, produciéndose una patología que desde la psicoterapia se podría trabajar específicamente con el fin de promover relaciones vinculares más adaptativas y sanas.

[4] Moreta María Eugenia. El Apego "Aspectos Clínicos y Psicobiológicos de la Diada Madre – Hijo". Chile Editorial Cuatro Vientos 2005, pág. 64

El amor de pareja se puede conceptualizar desde los varios conceptos que la psicología podría definir a cerca del mismo; entre estos tantos, habría mucha concordancia con el tema de esta investigación aquella definición que marca al amor como un proceso de apego que es influenciado por la relación de apego que el niño haya tenido con su primera figura de apego, madre, padre o persona que lo cuido, misma relación que cumple un papel importante dentro de sus relaciones posteriores a lo largo de la vida, repitiéndola casi de forma exacta en su relación de pareja o en general en sus distintas relaciones; por lo que el dar cuidados, el proteger, es lo mismo que decir que siempre se está disponible para la pareja y los hijos en todo tiempo, esta es una habilidad para dar cuidados, para reconocer cuando el otro lo necesita y proporcionarle ayuda, significa ser amoroso, aceptarlo tal como es, ser una figura de apego segura para el otro, ser una fuente de confort de la cual depende y la que le permite afianzar la relación.

> **"**Comencé por enunciar dos hechos novedosos para mí; que el poderoso lazo de dependencia que ata a una mujer con su padre simplemente sustituye los lazos igualmente fuertes que la unían a la madre; y que esta etapa anterior se había prolongado durante un período de tiempo inusitadamente largo. En el análisis me resulta tan difícil captar todo lo referente a ese primer vínculo con la madre…Sigmund Freud (1931)"[5] .

Freud a lo largo de su párrafo trata de explicar que la relación de la niña con la madre es única y se convierte en el prototipo de sus relaciones posteriores, reconoce que el amor existe dentro de la relación entre el niño y la madre y va mas allá de la necesidad de alimento es la necesidad de sentirse cuidado repercute directamente en su autoestima.

En el caso de la mujer dependiente emocionalmente, se podría suponer que en el sustento de la conducta de permanencia de la mujer junto a su pareja maltratadora, se encuentra un patrón de apego particular principalmente inseguro o preocupado, por lo que el amor de este sujeto sería el medio para que la mujer pueda obtener seguridad, lo mismo que probablemente producirá en ella dependencia no solo afectiva sino también, cultural, social, económica, etc.

[5]Bowlby John . El vínculo Afectivo. Argentina Editorial Paidos 1976, pág. 203

Como conclusión el apego sería un comportamiento que se da fundamentalmente entre madre – hijo, sin embargo el ser humano se relaciona a lo largo de su vida, y es esta primera relación, la que determinará el tipo de vínculo que se forme con los otros en el futuro.

1.2 LA DEPENDENCIA MATERNA EN LOS PRIMEROS MESES DE VIDA

Los primeros meses de vida del menor, pueden constituir las bases fundamentales para la formación de la personalidad del ser humano. Ya antes de transcurridos los primeros doce meses de vida se ha desarrollado un fuerte vínculo con la madre, el niño nace con una gran capacidad de aprender, busca estímulos sociales y vínculos afectivos; y son estos vínculos afectivos que establece con las personas que le rodean, al niño principalmente con su figura de apego, las que caracterizaran determinadas conductas, representaciones mentales y emociones en el niño y posteriormente en el adulto.

Las condiciones para el desarrollo de una relación segura y autónoma podría ser la sensibilidad del cuidador, si este es capaz de comprender las señales del niño esto se vuelve un factor determinante y clave, ya que al responder a ellas de un modo apropiado, el hijo aprende así a confiar en él, percibiéndolo como alguien capaz de satisfacer sus necesidades y aliviar sus dolores, por lo que sentirá bienestar y seguridad trasladando estos sentimientos a sus otras relaciones, no solo presentes sino futuras; es decir, que el amor de objeto primario, constituye la primera relación de objeto, que tendría como finalidad el ser amado y satisfecho sin tener que pedir ni dar nada a cambio.

El objeto de amor primario es en este sentido pasivo y egoísta, es al propio tiempo recíproco, puesto que la madre misma trata al hijo como a su cosa, como si este no tuviese ni vida ni intereses propios, hasta que se produce la etapa de separación- individuación, que es un proceso entre la madre y el hijo en el cual se desarrollará en gran parte la confianza o desconfianza que va a adquirir el niño y que se manifestará a lo largo de su vida.

Para Mahler el desarrollo y la formación de la personalidad del niño, se basa en la dependencia o independencia emocional que el niño tiene respecto a su madre, el niño no está ni biológica ni psicológicamente preparado para sobrevivir solo, así que lo que el niño tendrá que hacer es la separación, mediante la diferenciación con la madre y desvinculación con la misma, por medio de la formación de los límites y por otro lado al alcanzar el niño sus propias características individuales, reconoce a su madre como una persona diferente, logrando así inspeccionar el mundo no materno, y comienza a apartarse de su madre.

> Una de las aportaciones teóricas más importantes con respecto a la dependencia del niño de su primera figura de apego son las fases del desarrollo psicológico de ”Margaret Mahler, la misma que menciona que el nacimiento biológico del infante no coincide con el nacimiento psicológico del niño, Mahler, afirma que mientras el nacimiento biológico es un acontecimiento rápido y observable, el nacimiento psicológico es un proceso lento e intrínseco, nos dice que este proceso se manifiesta a lo largo de un ciclo vital, el mismo que es denominado el proceso de separación – individuación, que se refiere a las experiencias del propio cuerpo y al principal representante del mundo tal como el infante lo experimenta, es el objeto primario de amor”. [6]

Otro autor que habla sobre este proceso es Aronson; quien propone la revisión de una teoría general basada en etapas referentes al apego:

> “Para Jason Aronson (1977), quien basa su teoría en autores como Mahler, Klein, Erikson, Winnicott, entre otros, define entonces el su teoría en la primera relación entre madre e hija que se ha desarrollado de manera óptima en donde la niña ha recibido amor, seguridad y confianza de parte de la madre, será muy probablemente la clave para que en el futuro esta niña convertida en mujer sea una persona que crea en sus propias capacidades, la misma que marcara la forma de relacionarse y contactarse con el mundo. La relación de la niña con su madre muy probablemente no se cortará del todo pero más tarde se irá transformando según haya sido la duración y función que haya cumplido”. [7]

[6] Mahler Margaret, Pine Fred, y Bergman Anni, "El nacimiento psicológico del infante humano" (Simbiosis e individuación), Buenos Aires, Marymar, 1977.
[7] Aronson Jason, Object Relations Theory and Clinical Psychoanalysis. Argentina Editorial Paidos 1977

Existen sinnúmeros de Teorías sobre el apego, sin embargo he elegido a Aronson, para tratar de explicar la dependencia materna ya que el centra, su teoría en la relación madre e hija y siendo el tema de estudio de esta disertación "La mujer dependiente afectivamente," me parece importante el aporte de el análisis de cada una de las etapas que Aronson propone en su teoría.

> **"Primera etapa:** Autismo Normal o período indiferenciado primario. Esta etapa inicial del desarrollo precede a la consolidación de una buena constelación indiferenciada sí – mismo - objeto, se constituye bajo la influencia de experiencias gratificantes del lactante en su interacción con la madre. Abarca el primer mes de vida y cualquier detención patológica, fracaso o fijación del desarrollo en este punto se reflejaría en la falta de desarrollo de la imagen indiferenciada sí mismo objeto y en la consecuente incapacidad de establecer una relación simbiótica normal con la madre, situación típica de la psicosis autista (Mahler 1968). En el curso de este período va constituyéndose gradualmente la normal representación primaria indiferenciada sí mismo- objeto"[8]

En esta etapa tanto la madre como el niño han creado en los primeros meses un vínculo, el mismo que las ha unido por el tipo de relación tan próximo, la madre concentra su atención en el niño y el depende de su madre, por lo que en el primer año de vida el desarrollo normal, varía de un niño a otro, y reflejará una conducta que advierta los afectos creados y aunque perciba con temor el alejamiento de la madre será capaz de superarla, cuando en esta etapa no se ha logrado hacer un proceso normal de separación madre e hija probablemente hablemos de futuros problemas con la separación de sus relaciones con los otros, en esta etapa no habría mayor diferencia de lo que sucede en el varón, por ello es importante ir entendiendo las fases siguientes.

> **"Segunda Etapa:** Simbiosis normal o período de representaciones primarias indiferenciadas sí mismo - objeto. La consolidación de la imagen sí mismo – objeto placentera, gratificante o buena. Es la buena constelación sí mismo – objeto en el yo y en el principal agente organizador de las funciones de integración del yo temprano. Incluyó en este período la fase simbiótica del desarrollo en el sentido estricto indicado por Mahler y la

[8] Aronson Jason, Object Relations Theory and Clinical Psychoanalysis, Argentina Editorial Paidos 1977.

> sub-fase de diferenciación del proceso de separación individuación descrito por la misma autora (1971,1972).”[9]

Si en esta etapa se daría algún tipo de trauma o una frustración, probablemente serán determinados por un desarrollo patológico durante este período, la diferenciación entre las representaciones del sí – mismo (que sería la niña) y del objeto (que vendría a ser la madre o su primera figura de apego) durante el desarrollo de la personalidad de un individuo marcaran la diferencia entre el apego normal en sus relaciones y una mala formación del mismo dando como resultante los primeros signos de dependencia.

Esta segunda etapa del desarrollo de las relaciones objetales internalizadas termina cuando las imágenes del sí mismo, y las del objeto se han diferenciado de manera estable. El objeto se forma bajo la influencia de experiencias placenteras y gratificantes vividas por el lactante en sus relación con la madre, y es aquí cuando hay diferencia entre esta relación de la madre con la niña, versus la relación de la madre con el niño, ya que en este momento la niña internaliza la imagen que la madre proyecta en ella, también desde su condición femenina.

> “Simultáneamente con el desarrollo de esta representación, se forma otra representación primaria indiferenciada de sí mismo- objeto, que integra experiencias frustrantes y dolorosas conformando la representación conjunta “mala” sí mismo – objeto centrada en un tono afectivo primitivo y doloroso. Es necesario señalar que las estructuras intrapsíquicas primarias “buena” y “mala” se organizan separadamente en circunstancias afectivas diferentes, determinando dos constelaciones independientes de “memorias afectivas” [10]

En esta investigación, la memoria afectiva podría contribuir si se considera que en el momento en que una persona hace sus elecciones de pareja, es posible pensar que estaría determinada esta elección por las posibles experiencias “buenas” y “malas”, vividas por el sujeto durante esta etapa.

---

[9] Aronson Jason, Object Relations Theory and Clinical Psychoanalysis, Argentina Editorial Paidos 1977.

[10] Cantón Duarte José. Cortés Arboleda Ma. Rosario. El apego del niño a sus cuidadores. Alianza Editorial, Madrid, 2000.

A decir verdad esta etapa sería crucial para el óptimo desarrollo afectivo y cognitivo. Este primer afecto que es experimentado como las primeras vivencias subjetivas, pueden presentarse como vivencias positivas o negativas; que provocarán placer o displacer, es el elemento que constituye una huella mnésica que fija las primeras experiencias que formarán la estructura intrapsíquica, la primera experiencia entonces se formaría desde dos aspectos la cognición y el afecto. Los afectos placenteros experimentados en las primeras vivencias evolucionan hacia un placer más específico con gratificación de la conducta exploratoria; así mismo, ocurre con los primeros afectos dolorosos que estarán relacionados con conductas de ansiedad, temor y rabia.

> **"Tercera Etapa:** Diferenciación entre las representaciones del sí – mismo y las representaciones objetales. Esta etapa comienza al completarse la diferenciación de las representaciones del sí – mismo respecto a la representación objetal a partir del núcleo formado por la representación conjunta "buena" sí mismo – objeto, e incluye la ulterior diferencia entre la representación conjunta "mala" sí mismo – objeto. Termina con la posterior integración de las representaciones "buenas" y "malas" del sí mismo en un concepto total del sí – mismo, y con la integración de las "buenas" y "malas" representaciones objetales en representaciones objetales "totales", en otras palabras, se alcanza la constancia objetal.

Excluyendo la subfase de diferenciación, esta etapa corresponde en líneas generales a la de separación – individuación descrita por Mahler (1972-1973), quien también señaló que los estados fronterizos están vinculados con la resolución patológica de la subfase de reacercamiento del proceso de separación – individuación."[11]

En esta etapa el reconocimiento de la madre marca el comienzo de la diferenciación entre el sí mismo y el otro, y las experiencias que causan los objetos externos reconociéndolos como tales. Las representaciones del sí mismo se multiplican y se modifican de tal manera que poco a poco se van diferenciando las unas de las otras. Esta diferenciación refuerza el desarrollo de la percepción y la cognición que a su vez ayudan a la diferenciación entre sí mismo y el otro, por lo que se podría decir que en esta etapa comienza el reconocimiento de los objetos externos y de las interacciones frustrantes, angustiantes u hostiles, por tanto

[11] Aronson Jason, Object Relations Theory and Clinical Psychoanalysis, Argentina Editorial Paidos 1977.

se podría concluir que una mala madre externa causará en el bebé un impacto de una hostilidad propia que esta naturalmente justificada. Para el bebé las representaciones buenas y malas de él mismo y estas mismas representaciones respecto al objeto, coexisten pero no se integran en un contexto total de sí mismo o de los otros.

Si en el transcurso de este mismo período el bebé intentará proteger su ideal relación con la madre, de la contaminación que puede venir de representaciones malas de sí mismo y el objeto materno, podríamos decir que estos mecanismos disociativos en un desarrollo normal irán disminuyendo en forma paulatina, pero en casos patológicos puede incluso acentuarse, llevando a consecuencias futuras como es una difusión de la personalidad, por tanto un mal o inadecuado desarrollo de las relaciones interpersonales, así por ejemplo una mujer que se identifica con una imagen introyectada en su yo de una madre sumisa se ve obligada a repetir en las interacciones con su marido e hijos esa conducta de sumisión que deplora en su propia madre, al comportarse de esa manera también revela una actitud de sumisión ante la imagen materna internalizada en su super yo, por tanto la niña que ahora es una mujer ha introyectado en su súper yo la forma en cómo su madre la ha tratado y de esta misma forma es que ella se trata a sí misma; por lo mismo que cuando se ha establecido conductas que son una imitación de una conducta de su madre, representa una sumisión al super yo, lo que permite que una mujer se identifique con su agresor.

La patología que se identifica en las mujeres afectivamente dependientes, seria no solo el de carácter obsesivo sino también el depresivo masoquista, ya que la mujer en cuestión no solo mostrara una fijación sobre su objeto de amor sino que además su exposición a maltratos y escenas de violencia permitirían que ubiquemos en ella un marcado masoquismo. No es posible ignorar la conducta de imitación que existirá respecto al objeto en un proceso patológico de identificación, existirá una patología del carácter, esto podría dar como resultante que la futura mujer proyecte en sus futuras relaciones una representación del sí mismo, se identificará con la correspondiente representación parental, por lo que quisiera hacer referencia a la cuarta etapa de las relaciones objetales de Aronson.

> **“Cuarta Etapa:** Integración de las representaciones del sí – mismo y las representaciones objetales y desarrollo de las estructuras intrapsíquicas superiores derivadas de relaciones

> objetales. Esta etapa se caracteriza por la integración de las representaciones del sí – mismo con carga libidinal, y con carga agresiva en un sistema definitivo del sí – mismo, y por la integración de las imágenes objetales con carga libidinal y con carga agresiva en representaciones objetales "totales". En esta fase se consolidan el yo, el super yo y el ello como definitivas estructuras intrapsíquicas generales. La patología típica de la cuarta etapa está representada por las neurosis y por un nivel superior de las patologías caracterológicas, en especial la histeria, el carácter obsesivo compulsivo y el depresivo masoquista"[12].

Quisiera hacer referencia al libro de Marianna Leibl (1961); autora del libro la "Psicología de la Mujer", quien nos dice que en los primeros meses, así como en los primeros años de vida de la niña, los afectos y los impulsos provienen del vínculo con los padres y más específicamente de la madre, en los primeros meses la madre será el contacto de la niña con el mundo, la madre es la proveedora de alimento, abrigo, cuidado y estímulos, por lo que la niña dependerá completamente de la madre, simbiosis que se irá rompiendo con el crecimiento e independencia de la niña.

> "En este primer año de vida se desarrollará lo que se conoce como la confianza básica, en donde en efecto la niña establece la confianza hacia los demás, para ello el mundo debe presentarse ante ella como confiable, la influencia de la madre es empero la más esencial e importante, el Psicólogo alemán Félix Schottlaender afirma lo siguiente: las relaciones entre la niña y la madre que son las primeras relaciones humanas que existen constituyen la base y el fundamento de todas las demás relaciones afectivas". [13]

En los años siguientes el entorno que rodea a la niña que muy probablemente serán sus padres, y hermanos, sin tener mucho contacto fuera de su vínculo familiar, por lo que la niña idealiza a sus padres, y el patrón a seguir, alcanzar o superar será su madre, e ahí que se vuelve la relación esencial de influencia. Es por ello que es de suma importancia una relación afectuosa y armoniosa entre madre e hija ya que influirá de manera favorable en el desarrollo emocional, físico, psicológico y moral, dando como resultante una mujer emocionalmente sana que se desenvuelve con seguridad dentro de sus relaciones; lo contrario daría como resultante exactamente lo opuesto, una mujer insegura, temerosa y con baja autoestima, un perfil mucho más sensible a formar dependencias

[12] Aronson Jason, Object Relations Theory and Clinical Psychoanalysis, Argentina Editorial Paidos 1977.
[13] Die Mutter als Schicksal, Ernest Klett Verlag, Stuttgart 1946

> "Según los principios de la psicología moderna, en el inconsciente del niño moran imágenes que lo llevan a identificarse con el objeto que le inspira amor, miedo, odio o rencor. La identificación instintiva e inconsciente de esas imágenes con personas pertenecientes al propio hogar hace asumir a la madre, según el tipo de imagen con cual ella se identifique en un momento dado, el aspecto de ser poderoso y superior o bien el de ser un ser demoníaco y peligroso, que infunde temor bien que suscitando atracción."[14]

Estas imágenes se incorporan en la estructura psíquica del niño, las mismas imágenes que se repetirán en su edad adulta. De aquí el valor de una relación confiable proveedora de amor y seguridad, pues como se había mencionado, he aquí la influencia de esta primera relación, con sus relaciones futuras. Podemos entonces encontrar otra probable causa que construiría la dependencia afectiva de una mujer, posiblemente una relación primaria madre e hija, en donde no hubo sentimientos positivos; la madre no reforzó de forma adecuada el autoestima de la niña envolviéndola en un clima de inseguridad y subordinación, provocando un peligroso desarrollo de sus instintos agresivos, la madre de la dependencia primaria a quien se le atribuyen todos los poderes del mundo y con razón, puesto que, su función es la conservación del niño, con quien se desarrolla un apego que forma la base de la vida emocional, es la misma persona que, mediante la relación de intimidad, transmite la mayoría de mensajes y establece las reglas de la vida.

También será admirada, envidiada por su relación privilegiada con el padre, y valorada positiva o negativamente dependiendo de cómo haya podido ejercer, ampliar y reconciliar sus distintas funciones y roles con su maternidad.

Ahora bien esta identificación es propia de la niña con su madre, pero que sucede en esta identificación materna cuando la niña es huérfana, para tratar de explicar la dinámica, se hará mención al siguiente párrafo:

> "La necesidad de amor materno y de una benévola guía paterna reconoce raíces profundas en toda alma infantil, porque corresponde a experiencias seculares e ideales antiquísimas de la raza humana, El huérfano o el niño abandonado, siempre vivirá en falta".[15]

[14] Mariana Leibl, Psicología de la Mujer Buenos Aires 1961 Editorial Psique, pág. 24
[15] Mariana Leibl, Psicología de la Mujer Buenos Aires 1961 Editorial Psique, pág. 25

Las emociones de una niña huérfana o abandonada muy probablemente se sentirán toda la vida la nostalgia de un valor perdido o la sensación de carencia, falta, de algo que ella misma no sabrá explicar y que quizá busque a lo largo de su vida en sus relaciones, pretendiendo recibir de su pareja a toda costa lo que ella cree que necesita y merece, obligándose a ella misma a tolerar, soportar y recibir, lo que sea para mantener su relación idealizada o fantasiosa, por tanto las necesidades no satisfechas son un factor dominante al momento de aceptar una relación dependiente y subordinante.

Probablemente esta niña a lo largo de su desarrollo va a sentirse defraudada, y serán en aquellas ocasiones en las que sienta que su madre la defraudó en donde habrá un conflicto mucho más fuerte, para esta niña la sensación más fuerte de decepción será lo que ella considera un abandono en el momento de la muerte de la madre, por tanto la ausencia de la madre será la mayor traición de parte de la misma, y será también el mayor vacio en la etapa de crecimiento y la formación de la personalidad, y ya desde este momento se verán afectadas sus relaciones con los otros, amigos, maestros, etc. En su vida adulta se reflejará en relaciones frustrantes e insatisfechas, por tanto la conducta afectiva de la niña por la madre está probablemente dirigida a buscar y mantener la proximidad con los otros.

Es importante considerar la relación que tiene la niña con el padre y como esta relación, influye en su relación con la madre, el rol que cumple el padre al interceder en una sana separación, en la etapa de individuación. La ausencia y presencia del padre influyen en la atmósfera afectiva, la niña mira al padre como una figura que no puede descubrir, una figura que se moviliza constantemente y que ella no puede alcanzar para ella, no sabe cómo llamar su atención; en ese momento se da cuenta que la única forma es convirtiéndose en alguien como su madre para que el padre la mire y la quiera.

Cuando la niña comienza a alejarse de su madre comienza la búsqueda de su padre, ha cambiado su objeto de amor; puede entonces intentar acercarse a él, pero la disponibilidad del padre estará restringida por las exigencias derivadas de su rol social, por lo que nuevamente regresará a la madre.

Así pues, la hija aprende a no esperar un cuidado emocional satisfactorio de parte del padre y aprende también a obtenerlo de otro modo seguramente de los demás objetos de amor y

comienza entonces a sentirse de la misma forma que su madre, haciendo una plena identificación con los sentimientos maternos.

1.3. LA DEPENDENCIA DE LAS MUJERES EN SUS RELACIONES CON LOS OTROS.

Para entender este capítulo es importante definir la dependencia emocional:"Como la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones, la necesidad afectiva extrema de una persona hacia su pareja"[16].

El sentimiento de dependencia de la mujer hacia su pareja puede evidenciarse a partir de un comportamiento de sumisión, pensamientos obsesivos en torno a la pareja, sentimientos intensos de miedo y abandono; así como los fuertes sentimientos de fragilidad **y** desprotección, por lo mismo que carecen de autonomía, llegando a sentirse indefensas y volviéndose vulnerables en sus múltiples relaciones: amorosas, familiares y sociales. Así estas mujeres, dependientes emocionalmente, son blanco fácil de abusos y humillaciones, que van cercenando su autoestima, desvalorizándolas y llevándoles a crear mecanismos de defensa los mismos que más tarde afectan a su vida y a la de su familia.

Ahora bien cómo explicar que una mujer llego a posesionarse de estos sentimientos en su estructura psíquica; podríamos empezar tratando de entender las consistentes diferencias que existen entre los dos sexos; y como estas diferencias se han formado en la vida de un individuo, por ejemplo una mujer puede darle sentido a las distintas situaciones de la vida desde el aprendizaje que ella obtuvo de otras mujeres, así como el comportamiento social y cultural del pueblo, las mismas que ya le fueron asignadas a cada género y el nuevo ser desde el nacimiento, lo único que hace la niña es imitarlas, por ejemplo imita la conducta de la madre, que al ser del sexo femenino muy probablemente seguirá una conducta de subordinación, mientras que en el hombre sería de poder.

Es este poder masculino, uno de los causantes de la dependencia femenina ya que la mujer

[16] Castelló Blasco Jorge, Dependencia Emocional, Características y tratamiento. Madrid, Alianza Editorial, 2005. Pág., 17

estará siempre persiguiendo el modelo ideal para todos los casos: el varón; el que provee, el que protege, el que permite, mientras que el rol de la mujer sería la abnegación, la tolerancia, la sumisión, y el cuidado de todos menos de ella misma. La mujer adoptará de forma inconsciente como un patrón de vida, la vida del varón, es así que la misma sociedad es la que crea un pensamiento en la mujer en base a una norma masculina, que fue determinada por la misma mujer y el hombre.

Evidentemente existen diferencias innatas o biológicas entre mujeres y hombres, y las diferencias derivadas del aprendizaje referentes a los papeles sociales de mujeres y hombres, el aprendizaje que recibe el varón una figura más fuerte y agresiva, mientras que las niñas son más tolerantes y sumisas. Según las teorías freudianas (1910), las mujeres están diseñadas para el sufrimiento, si tomamos como referencia lo dicho por Freud podríamos explicar el hecho de que una mujer sea mucho más susceptible a depender afectivamente. Así mismo se ha mencionado que la mujer dependiente afectiva no solo asume un rol de sufridora, sino además que la mayoría de mujeres con esta patología llegan a someterse en sus relaciones volviéndose pasivas.

> "La pasividad también es una característica de la célula femenina, cuya misión es esperar la célula masculina, que llegará por medio de la penetración, en la cual habrá ruptura del tejido, lo que puede suponer destrucción, la muerte y a la vez la vida, por lo que la célula femenina es primordialmente masoquista". [17]

Por tanto e interpretando lo que esta cita manifiesta, la mujer por su simple condición de mujer estará destinada al cumplimiento de los deseos de otros en sus relaciones afectivas, ahora bien, el cumplimiento de reglas o normas de conducta impuestas por una sociedad no es negativo, mientras estas no vayan en contra de la integridad de un ser humano, ya que muchas de estas normas de conducta serán las que marcaran límites en uno y otro individuo, lo patológico emperezará cuando la mujer asume el cumplimiento de roles impuestos por una sociedad sin discriminación y efectivamente le causen daño físico, moral o emocional; cuando no exista una diferenciación entre los deseos de ella y el deseo

[17] Gilligan,Carol La Moral y la Teoría. Psicología del Desarrollo Femenino. México, Publicado por Harvard University Press, Cambridge 1982 págs. 19,20.

de los otros, volviéndose vulnerable a situaciones de violencia de cualquier tipo, lo cual puede darse principalmente en sus relaciones amorosas.

Tomando esta última frase podría entenderse que a partir de una incorrecta forma que tiene una mujer a involucrarse en sus relaciones amorosas será más susceptible a formar una dependencia emocional, la misma que se ha definido anteriormente como esa gran necesidad de afecto que algunas personas tienen sobre todo en sus relaciones amorosas; esta necesidad afectiva en la mujer enamorada hace que se vuelva totalmente dependiente de su pareja, siendo otra característica a demás de la sumisión la idealización de la persona amada.

Ahora bien, el enamoramiento normal funciona de esta manera; se borra la objetividad, los defectos no existen, surge un estado mental alterado en el cual hay un desenfoque de la realidad, ya que esta sustituida por la idealización de la pareja. Los dependientes emocionales entienden el amor como apego, sumisión y admiración al objeto idealizado y no como un intercambio recíproco de afecto. Su anhelo de tener pareja es tan grande, que se ilusionan y fantasean enormemente al comienzo de una relación o con la simple aparición de una persona que se muestre interesante para ellas.

Por lo mismo es esta idealización de su compañero que le ayudara a que ella mantenga esta ilusión dentro del enamoramiento, sin embargo la idealización de su compañero podría ser el pretexto perfecto en el que ella puede identificar sus sentimientos de baja autoestima dando como resultado una dependencia afectiva patológica, que hará que esta mujer justifique maltratos llegando a pensar incluso que es ella la que ha provocado en su pareja estos sentimientos agresivos, llegando a culpabilizarse y aun siendo ella la víctima, se identificará con su agresor.

Cuando hablamos de una dependencia afectiva patológica, hablamos de una enfermedad de una dependencia que daña y que nada tiene que ver con el amor y el enamoramiento, entendiéndose por amor en pareja, al sentimiento que puede existir entre dos personas, formándose una relación que por lo general incluye el conocimiento el uno del otro, el respeto, la libertad y el crecimiento personal de cada uno, y por otro lado el enamoramiento es una emoción que no necesariamente incluye el conocimiento de uno y

otro, es un acto fantástico que se da dentro de las relaciones amorosas, por ello cuando una mujer mantiene con el otro a lo largo de sus relaciones amorosas dependencia, justificando esta dependencia en su profundo amor, sabremos que tarde o temprano se vuelve un círculo vicioso, en el cual ella pasa a ser el objeto de agresiones y maltratos por lo que sus elecciones amorosas siempre serán hombres que las humillen, las ridiculicen frente a otras personas, así también son dominantes, y extremadamente celosos. También existen los agresores más sutiles, en donde si bien es cierto no existen golpes o insultos, desvalorizan todo pensamiento o emoción de la víctima. Sin embargo para la dependiente emocional estas características pueden llegar a ser hasta una prueba del profundo amor que siente su pareja por ella.

Para estas mujeres la pareja es sinónimo de amor, pero un amor mal concebido lo que asumen como amor es enfermizo, no es sinónimo de protección, confianza, respeto, etc., Ellas solo saben que aman y que no son capaces de vivir solas en el mundo, aun cuando esto implique que pierdan su salud mental, su salud emocional y hasta su salud física, acaban enfermándose ellas y toda su familia, sin darse cuenta de que no son capaces de proteger a nadie ni protegerse ellas mismas sin entender el peligro que corren, han estado expuestas a tantos desprecios de parte de su pareja que su autoestima esta disminuida, se vuelve una mujer que ha desvalorizado su propia identidad.

La dependencia afectiva es un problema que podría catalogarse como un problema social para psicólogos y sociólogos, debido a que dicha relación puede empezar como una relación normal pero puede convertirse en patológica, cuando aparece en escena el grupo de maltratadores y la mujer comienza a ser víctima de violencia doméstica, dejando muchas veces como consecuencia niños huérfanos, al morir sus madres víctimas de sus propias parejas, resentidos sociales, y repetidores de estos hechos de violencia.

Por tanto resulta evidente que la dependencia emocional es el escenario perfecto para la aparición de un maltratador y del comienzo de múltiples abusos, de pronto la relación de dependencia de una mujer con su pareja, se vuelve un problema de violencia en la sociedad.

La violencia doméstica no es un fenómeno nuevo. Las víctimas de la violencia doméstica siempre se relacionan con el mismo tipo de compañero, tiene una tendencia hacia este tipo de individuos, y una vez que entran en una dinámica de agresiones y humillaciones, posiblemente les cueste salir de la misma, tanto por su propia situación, como por las amenazas de su pareja, que lamentablemente resultan muy creíbles. En el otro lado, el que respecta a los maltratadores, puede ser el resultado de la interiorización de normas machistas, que consideran a la mujer como una persona-objeto sobre la que pueden descargar sus frustraciones o en la que simplemente deben demostrar su poder.

Ahora bien las mujeres que afectivamente son dependientes, lo son en todas sus relaciones no exclusivamente en sus relaciones amorosas sin embargo son mujeres que necesitan tener una pareja sentimental, ya que les es difícil estar solas. A si mismo pueden crear dependencia de otras personas; como de una amiga, cuando han conservado alguna, y en este tipo de relación también les gusta la exclusividad, lo que significa que aun en un grupo grande ella quiere acaparar la atención de esta persona para ella sola. Todos estos sentimientos son el resultado de la absoluta necesidad que sienten de aprobación, por la baja autoestima y el auto rechazo a sí mismas.

Según Jorge Castello, en su libro “Dependencia Emocional” (2005), las mujeres dependientes son mujeres conflictivas en sus relaciones interpersonales, no mantienen amistades por largo tiempo, ya que suelen mostrarse agobiantes, su manera de relacionarse dificulta sus habilidades sociales, ya que tanto en sus relaciones amorosas, como con sus amigos se muestran abnegadas, y se dan muy poco valor, son incondicionales ya que crecen aprendiendo a satisfacer las necesidades afectivas de los otros, es más, alcanzan a reconocer las necesidades de los demás, como si tuvieran un radar debido a la necesidad de sentirse aceptadas y reconocidas por otro(como s fueran necesidades propias), ellas han perdido por completo su propia identidad, y al no reconocerse a sí mismas, esbozan su identidad a través de los ojos de los demás y están listas para responder emocionalmente a estas necesidades, la mujer dependiente se muestra en sus relaciones muy buena, comprensiva capaz de ponerse en el lugar del otro es muy tolerante; estas emociones están internamente idealizadas, por ello se siente incapaz de actuar de manera contraria, y de hecho no lo podrá hacer, mientras no identifique en ella un problema de autoestima, poco amor propio y la falta de aceptación.

Las relaciones que estas mujeres establecen con los otros son la fuente de su seguridad, aun cuando la relación no sea gratificante el otro, es su soporte, es la garantía de ser alguien para el otro, es la necesidad de que se reafirme la propia identidad desde afuera como también es importante hacer una lectura de la historia vital de cada individuo, tomando en cuenta sus relaciones primarias sus figuras de apego y el concepto de identificación que se ha hecho en los capítulos anteriores.

2. LA AFECTIVIDAD

2.1 LA CONSTRUCCIÓN DE LA AFECTIVIDAD EN LAS MUJERES

> "La suerte de la mujer sobre la tierra es tan desgraciada, sobre todo en nuestro país, que me parece imposible que el nacimiento de una hija destinada a vivir padeciendo halague al hombre que piensa. Si Dios quiere llevarse a la mía en los primeros días de vida, la llorare por mí y me consolare por ella"[18]

Al hablar de la construcción de la afectividad en una mujer hablamos de un sistema cultural, que basa sus primeros afectos en la diferencia de sexos, en donde el varón se desarrolla dentro de la sociedad con un carácter predominante y la niña con un carácter de sometimiento, evidentemente existen diferencias emocionales y conductuales entre las mujeres y los hombres, nuevamente la raíz tiene su origen en lo cultural, donde el varón mira el desarrollo de una sociedad vista desde la óptica masculina, la misma que a través de la historia se ha impuesto como única. Por lo mismo que el dominio masculino no solo sería una necesidad del machismo por ejercer poder, sino una cultura por la que ha transitado la humanidad, en otras palabras somos así porque tradicionalmente se nos han inculcado diferentes roles.

A más de estas diferencias emocionales y culturales, entre hombres y mujeres, existen diferencias fisiológicas, estas diferencias fisiológica se traducen también en su comportamiento social; como es conocido, a lo largo de la historia, al principio de la humanidad, las mujeres estaban destinadas a cuidar los hijos y quedarse en aldeas; mientras los hombres salían a hacer las tareas de caza, desde este momento se puede percibir como la mujer comienza una dependencia del hombre, así esta relación entre hombres y mujeres fue evolucionando hasta desembocar en un mundo dominado por los hombres que ha ido sometiendo a la mujer y discriminándola; en nuestra sociedad tradicionalmente la mujer estuvo bajo la tutela del padre o del esposo, en algunos casos incluso bajo la tutela de la iglesia, en nuestra sociedad desde siempre la mujer ha sido víctima de maltratos, más aun en la actualidad las mujeres siguen siendo objeto de estas agresiones que aunque cada vez son más castigadas por la sociedad y la justicia, son todavía muy comunes, estos malos tratos que sufren las mujeres dentro del hogar tienen su

[18] García Moreno carta a sus cuñadas, 28-II-1849. Loor, Cartas de García Moreno, 1953,pag 76-77

causa no tanto en factores que pueden ser desencadenantes de la agresión como el, alcohol o la pobreza; como si en la situación estructural de desigualdad real en la que se encuentra la mujer dentro de la sociedad, siendo un factor también predominante la dependencia económica, el reparto de papeles y funciones dentro de la familia, en donde la mujer sigue subordinada, resulta alarmante saber que según las últimas estadísticas de la Unesco al 2010, una de cuatro mujeres en nuestro país es víctima de algún tipo de violencia, lo que nos hace suponer que los roles de género siguen aún vigentes en la actualidad, ya que tanto hombres como mujeres siguen el ejemplo de sus padres y podrían usar la violencia para resolver los conflictos, hombres dominantes y con poder versus mujeres que tratan de ganarse un lugar en la sociedad, afectos vulnerables y siempre en busca de un reconocimiento enseñándoles el mismo comportamiento destructivo a sus hijos.

Si los afectos de una mujer están aprendidos desde lo cultural y se fortalecerán de acuerdo a como la niña ha vivido sus primeros afectos, o también lo que ha aprendido con sus primeras figuras de apego, que por lo general es la madre, la niña desde pequeña aprende a identificar sus afectos y es fácil para ella exponerlos y darles un significado, pero también aprende a reprimirlos y desvalorizarlos dándole poca importancia a lo que ellas sienten. Se vuelve más fácil para la mujer complacer los deseos del otro antes que sus propias necesidades ya que para este momento ella aprendió a renunciar a su propio disfrute para dar paso a la complacencia, tal cual se lo impuso la sociedad a su madre y a su vez la madre le enseño a su hija.

En la niña causan mucha curiosidad, los afectos de la madre, como ama, como maneja su vida sentimental, como se relaciona con su entorno, así también el padre es percibido como el protector masculino; pero sobre todo la afectividad de la madre será nuevamente un referente de los afectos que se comienzan a crear en la mujer. Cuando la niña comienza a no identificarse como lo hacía en sus primeros años de vida con la madre y comienza su proceso de separación, se desarrolla en ella el sentido del yo, el descubrimiento de un yo que la vuelve más independiente esto es para muchas de estas mujeres un acontecimiento de mucha importancia, ya que empieza a tomar sus emociones y afectos en sus manos, y empieza a poner en orden toda la información que tiene acerca de sí misma, dándole un sentido consistente para ella.

> "Diversas estructuras innatas fisiológicas, de conducta, afectivas y perceptivas son internalizadas juntamente formando una primera unidad de estructura intrapsíquica. La cognición y el afecto son entonces dos aspectos de una misma experiencia primaria."[19]

La afectividad se construye desde la infancia, por lo que se podría decir, que el ser humano es un ser afectivo por naturaleza, aunque el ser humano es más social que natural, en fin la afirmación de que somos seres afectivos por naturaleza no es la principal característica del hombre ya que esta es una facultad también de otros animales, y pueden anteponer la razón o inteligencia como la principal característica humana.

Las niñas, desde pequeñas, necesitan recibir caricias, besos y abrazos, así como darlos; desde su más tierna infancia, pubertad y durante toda su vida. Es muy probable que cuando en la niñez o en la adolescencia a la mujer le robaron este derecho puede provocarse en ellas la sensación de falta de cariño y es muy posible que lo busquen en lugares, personas o formas inadecuadas o incluso perjudiciales, una mujer desde muy pequeña necesita sentirse muy querida para elevar su autoestima, sentirse feliz y segura.

> Ahora bien haciendo una observación desde otro punto, "A la madre le toca la parte más delicada en la organización de la familia. Ella se instala en el recinto del hogar con plena consciencia de su misión, ya aprendida de sus propios padres, para imprimir en las costumbres de la que ahora es su familia, la delicadeza, y distinción de sentimientos que establece el respecto y las consideraciones recíprocas; sus manos y no otras tienen la suavidad necesaria para modelar el corazón de sus tiernos hijos, su palabra su eficacia para temperar las asperezas del padre, su concejo oportuno su previsión y sentimiento vencen a la pura razón y al cálculo"[20]

La autora María Eugenia Moreta, en su libro "El Apego," plantea que el ser humano en su crecimiento necesita parecerse y diferenciarse de sus padres ya sean niños o niñas, imitan conductas del adulto, de los roles, de los estereotipos sociales y aprenden a manejar sus afectos como hombre o mujer de acuerdo a su construcción y aprendizaje, de cómo se realice la estimulación sensorial, y la manipulación corporal en los primeros momentos de la vida dependerá un buen desarrollo de la identidad afectiva, por lo que la niña aprende

[19] Aronson Jason, Object Relations Theory and Clinical Psychoanalysis. New York, 1977 pág. 52
[20] La Verdad, No 19, Quito, 6-05-1896.

desde pequeña a identificar el olor de su madre, reconoce el sonido de la voz, crea una imagen corporal, y esto le llevara a interiorizar esta experiencia como una vivencia positiva o negativa; las mismas que formaran sus afectos incorporando vivencias que primero serán añadidas a su vida como independientes y más tarde se integraran de manera coherente constituyéndose en una identificación afectiva.

Cuando el bebe nace, la forma de comunicación afectiva entre sus progenitores, sus cuidadores, son las caricias, los besos, los arrumacos, los mismos que influirán en él mismo transmitiéndole aceptación o rechazo, sensaciones que posteriormente influirán en su estructura emocional.

> "No sería fácil afirmar que todos los trastornos psicopatológicos son sólo de orden afectivo**,** y que se pueden presentar cuando el significado personal de un individuo humano puede desbalancearse en su ciclo de vida temporal, en el evento de que algo en su coherencia interna llegue de algún modo a fallar en el proceso de formar, mantener o romper las relaciones afectivas significativas. Pero también podemos agregar, en términos generales, que no hay perturbaciones emocionales más intensas en la historia personal de un individuo humano como las que se activan y se producen en el curso de la formación, mantención y ruptura de las relaciones afectivas significativas"[21].

Sin embargo cuando el proceso de desarrollo nos permite lograr una adecuada integración de la identidad, podemos experimentar la vida afectiva y erótica, como placentera y estar en disposición de acrecentar nuestra experiencia en un proceso de crecimiento y aprendizaje continuo a lo largo de la vida.

En conclusión podemos decir que la afectividad femenina, se aprende, en procesos tanto conscientes como inconscientes, con educación formal e informal, con lo cultural, con modelos y estereotipos a seguir, que probablemente se relacionará con los afectos recibidos de las primeras figuras de apego, la seguridad, y protección por un lado del padre y principalmente del modelo afectivo, y sensual de nuestra primera relación que es la madre. Posteriormente también aprenderá de las abuelas y abuelos, de hermanos mayores, de todas

[21] Ruiz Alfredo, El amor como el dominio emocional humano. Instituto de terapia cognitiva. Santiago de Chile, 02 de Mayo del 2002, pag,3

las personas que las rodean; la afectividad femenina diferencia a la mujer desde un aprendizaje distinto del que recibe el varón.

2.1.1 EL VALOR DEL VARÓN EN LA SOCIEDAD.

> "Cuando se habla del valor del varón en la sociedad, se hace referencia a los roles que le han sido asignado desde siempre, en el cristianismo por ejemplo, la historia de la humanidad comienza con la creación del hombre (Adán), luego de lo cual se toma una de sus costillas y se crea a la mujer (Eva), la explicación bíblica habla sobre una mujer que ha salido de un lado del hombre ya que el rol del mismo será darle protección y estar a su lado. (Dios hace al varón y luego a la mujer, después de la mujer nace un varón 1a. Corintios 11:8-12.)."[22]

Revisando la historia, a finales del siglo XIX, en la época victoriana eran las instituciones las que controlaban de forma tajante las diferencias entre hombres y mujeres, es así que una mujer no podía asistir a la universidad, en cambio existían universidades de varones que vivían en fraternidades; existían bares a los cuales solo se les permitía entrar a los hombres, de hecho existían lugares como las salas corporativas en donde les era prohibido entrar a las mujeres, al extremo de que a ellas no se les permitía caminar por la misma acera por la que caminaba un hombre, ya que estaba claro lo que debía hacer el varón y no se cuestionaba la masculinidad, de tal forma el rol del varón desde siempre ha sido sobre valorado puesto por encima de la mujer, el varón es quien ha ocupado en la sociedad los cargos más importantes y sobre todo mejor remunerados, en las familias por ejemplo la llegada de un nuevo integrante es un motivo de gran alegría pero la alegría suele ser doble cuando se anticipa la llegada de un varón.

Melba Arias en su libro "Cinco formas de maltrato" (1990), afirma que desde siempre han existido papeles estereotipados para mujeres y hombres, el varón socialmente ha adquirido o ha heredado características que casi siempre le acompañan como son: la fuerza física, la agresividad, que tiene como trasfondo simplemente encubrir el temor a no responder de

[22] Arias Londoño Melba, Cinco Formas de violencia contra la mujer, Editorial Colombia Nueva Ltda, Colombia 1990 p 51

forma apropiada a las exigencias hechas a su género, por otro lado, él no puede ser capaz de demostrar ningún tipo de sentimiento, ya que la confianza en ellos mismos los hace muy poco emocionales, y finalmente ellos logran volverse muy rápidamente independientes, no podemos afirmar que todos los hombres tengan estas características pero si afirmar que estas son características masculinas (de los hombres).

> "Un supuesto crítico del paradigma IPSM consiste en que la identidad de los papeles asignados al género se deriva de la identificación e imitación, y en menor medida, del reforzamiento y del aprendizaje cognitivo, y ese aprendizaje cognitivo, es más importante en el caso de los varones que en el de las mujeres"[23]

Se entendería entonces que cada ser humano tiene interiorizado en su estructura de conocimientos un modelo de género, se ha sociabilizado al niño para que asuma su respectivo rol, una predisposición para entender todo respecto al género, representa una propia consideración de aquellas cosas que están ligadas al mismo, a esto sumado el aprendizaje gradual del niño de acuerdo a lo que le ha entregado la sociedad; así las asociaciones ligadas a un varón son muchas, como puede ser que los niños se visten como quieren y de forma cómoda, son mucho más fuertes y bruscos para sus juegos, los niños crecen para trabajar, no para la paternidad, formándose en este punto el autoconcepto, lo que quiere decir que el niño se sabe niño y se reconoce como niño, ha formado un esquema que él relaciona con su propio género, ahora bien este concepto de género puede tener variaciones dependiendo del aprendizaje respecto al rol masculino que haya aprendido de su entorno familiar.

En conclusión el género no es una dependiente de la parte biológica de un ser humano, sino más bien una estructuración social, que es lo mismo que decir que las personas construyen su propia realidad a través de los acontecimientos que se dan a lo largo de la vida, las teorías feministas como la de Grandy (1979), sostienen que el rol del varón se determina desde el momento en que la palabra hombre se refiere tanto al varón adulto, como a todo el género humano, reflejando por tanto la idea de que el varón es la norma.

[23] Hyde Janet Sh. La Psicología de la Mujer. La otra parte de la experiencia humana. Ediciones Morata, 1995, pág. 393

2.1.2 EL VALOR DE LA MUJER EN LA SOCIEDAD

> "Llegara una época - así lo creo – en que los legisladores filósofos presentarán seria atención a la educación que las mujeres deben recibir, a las leyes civiles que la protejan, a los deberes que haya que imponerles, a la felicidad que pueda garantizárseles; pero en la presente situación, la mayoría de ellas no pertenecen al orden de la naturaleza ni a la orden de la sociedad. Lo que para algunas de ellas es la salvación, es para otras la perdición, a veces las cualidades positivas las perjudican, a veces los defectos las favorecen, tan pronto lo son todo como no son nada. En cierto sentido, su destino se parece al de los libertos en casa del emperador, si quieren adquirir ascendiente, se les vuelve un crimen el ejercicio de un poder que las leyes no les han atribuido, si siguen siendo esclavas, se oprime su destino"[24]

Piedad Castillo en su libro " Maltrato a la mujer," (2006) manifiesta que la mujer, la niña buena y linda que toman del cachete a manera de elogio, pequeña cuyo destino se marco cuando nació hembra, ya que su lugar en el mundo viene a partir de la maternidad, función a la cual debe entregarse, ya que otro rol será difícil alcanzar para ella dada su inferioridad biológica, intelectual y moral, a ella le toca el papel de mujer abnegada y sacrificada siempre al cuidado de los demás, con su ternura, amor, comprensión, paciencia, tolerancia, sumisión, su alta moral, su discreción, que no son una opción para cada mujer sino mas bien mandamientos y disposiciones que deben cumplir pues de lo contrario se volverá una mujer fatal y además llena de culpas.

Estas características que definen a una "verdadera" mujer son las virtudes que un hombre exalta cuando está hablando de una mujer impecable, y al mismo tiempo es la forma de dominación que se ha utilizado incluso para justificar la violencia a la mujer. Ahora bien, ¿Cómo esta mujer formó estos roles en su vida?; pues nuevamente a partir del referente madre, por supuesto ambas siempre bien supervisadas por los representantes de la dominación: esposo, padre, hermanos, maestros, etc. Lo cierto es que esta niña al igual que su madre irá en busca de su ideal pues si no hiciera esto se pasaría la vida enfrentando sus deseos versus sus obligaciones, esto se gravaría en el inconsciente de la mujer dando como resultante ser gobernada por estas emociones, proyectando estos sentimientos principalmente en sus elecciones amorosas y la forma de percibir todo cuanto se desarrolla

[24] Castillo Ruiz Piedad. El Maltrato a la Mujer. Editorial Síntesis, S.A Madrid 2006. Pág. 15

a su alrededor, la mujer vive tratando de cumplir con la esencia de lo femenino, que no son más que construcciones moralistas, construcciones superyoicas.

Las teorías psicoanalíticas explican sobre una etapa de ambivalencia, amor y odio que el niño siente hacia la madre, fase llamada “preedípica”, misma fase que fue mencionada ya en el capítulo de las primeras figuras de apego, si un sujeto queda atrapado en esta fase llegará sin otro camino a una vinculación amorosa en la que la única forma de relacionarse será la servidumbre que pueda ofrecerle al otro, aquel que es capaz de darlo todo y todo lo puede, quedando inutilizado para amar pero al mismo tiempo insatisfecho, Freud (1931), explicaba en sus escritos que esta fijación “preedípica” puede ser la responsable de la incapacidad de las mujeres para amar, dado que ubicaba la intensidad de esta fijación como una característica de la evolución de la sexualidad femenina. Freud, hace hincapié en la intensidad y prolongada duración de la ligazón “preedípica” de la niña con su madre y hace un examen extenso del elemento activo en la actitud de la niña hacia la madre y en la feminidad en general.

Las mujeres han sido guiadas a través de la historia con tesis educativas respecto a la protección que deben recibir del hombre, ya que las funciones de las mujeres son otras más sublimes como por ejemplo el arte; pero una de las áreas que refleja la neurosis masculina respecto al valor de la mujer es la deuda del sexo, la lucha entre el amor y el deseo, ya que la mujer es la fuente de amor (la pureza de la madre); de ninguna manera puede despertar deseo, no se desea a quien se ama, este mismo conflicto es vivenciado por la mujer la misma que no puede obtener un disfrute total en su relación sexual, ya que probablemente perdería su condición de mujer buena, si bien es cierto los movimientos feministas de alguna manera han logrado cambiar el destino social de la mujer como responsabilidad ante el destino individual, elaborado en la vida sexual y familiar, esto no ha ayudado a que la violencia en contra de la mujer se detenga y se siga dando mediante círculos de dependencia posesiva.

La mujer está expuesta a la forma más grave de machismo: la violencia, la misma que es justificada por esta, en base primero a la formación de los roles de su género; que le ha enseñado que ella todo lo aguanta, todo lo soporta, lo contrario pondría en riesgo su amor, podría llegar a perderlo y este es el núcleo de la angustia que siente en sus relaciones la

mujer que sufre de dependencia afectiva. Gracias a este sentimiento, la mujer puede permanecer en relaciones tormentosas y violentas que pueden incluso matarlas, el agresor ataca a la mujer a su gusto, sin consideración y de diferentes formas una de ellas puede ser la sexual, en la cual el deseo de la mujer es negado y si existe, es a partir del deseo del hombre, siendo su máxima expresión la violación, o el abuso histórico que obedece a la cultura patriarcal que fácilmente anula los deseos de las mujeres y cuyo papel está sometido a la voluntad del varón, que es quien decide no solo a través de la fuerza sino también de la educación, el lenguaje, las costumbres y la división del trabajo.

Esta es la visión de la mujer a lo largo de la humanidad y siempre desde la mirada de un hombre, nada hay de novedoso en la imagen creada de la mujer ya que todo está dicho.

2.2. LA AFECTIVIDAD Y EL EJERCICIO DE DOMINIO SOBRE EL OTRO.

El poder no solo es una fuerza negativa también es una fuerza productiva, el dominio siempre está presente en una relación, la característica que acompaña al poder es este dominio que ejerce una persona sobre otra, se trata de una fuerza no física que una persona puede ejercer sobre los otros, por ello las relaciones de poder representan la forma en que estamos vinculados unos y otros en diversas emociones, la misma que nos mantiene inmersos en relaciones donde uno es el que ejerce el poder y existe otro que se somete; que es lo que ocurre claramente en la relación que se forma entre la mujer dependiente y su pareja.

Piedad Ruiz en su libro “El maltrato a la Mujer” propone, en primer lugar el estudio de los modelos teóricos de la subjetividad femenina, los mismos que proponen conceptos en los cuales se asocia el maltrato con la patología de la víctima, alimentando esto las justificaciones del poder; de cualquier forma hay que considerar que el sostener que la agresión es provocada por la supuesta patología de la mujer agredida hace justificar el acto violento como lo hace el agresor. El poder es una dinámica muy peligrosa pero que se tiene que dar en la relación de pareja, ya que el poder es parte del orden que establece la relación.

Si el poder podría ser catalogado como un impulso debería darse en pocas dosis, y por supuesto sería peligroso que se convierta en la dinámica principal de la relación, ya que si un miembro de la relaciones se maneja dentro de la misma con dominio y poder se producirá fácilmente un desequilibrio que por lo general será el acoso y la violencia; que resulta ser un espacio imaginario en donde la violencia simbólica hace su aparición y es donde se construye toda una historia de represión, si bien las mujeres experimentan con mucha más intensidad que un hombre la violencia, debido a su misma feminidad, la violencia del comportamiento enuncia una serie de actos violentos, descargados sobre la mujer, como los golpes, las humillaciones, heridas que han llegado a la muerte de las victimas de dicha violencia, y lo más asombroso resulta ser que esta es una dinámica de dominio en una relación, quien domina resultaría ser un agresor que podría ser su esposo, su padre, hermanos, e incluso jefes. La mujer lleva sobre sus hombros la difícil tarea de portar esquemas morales que afianzan su carácter subalterno en la sociedad.

Aparentemente la mujer adopta este dominio de parte de su pareja como algo cotidiano, pero la pregunta es ¿cómo la pareja llega a esta práctica?, para mí la respuesta es clara cuando un hombre o una mujer confunden la violencia que genera la dependencia del otro con el ejercicio del poder, existe un sentido de pertenecía de una persona a otra, siendo esta usada para el sometimiento. La violencia se ha generado desde siempre y durante la historia desde la práctica del poder, se han revestido de formas individuales y colectivas, de forma figurada y simbólica dentro de una constante interacción entre hombre y mujer; así pues, parecería que la violencia esta institucionalizada en la familia como en el sistema económico, que es otra forma de dominio, en efecto a mi punto de vista el poder económico es una característica más de la subordinación de la mujer.

> "El poder es revestido de legitimidad, autoridad, sacralidad y verdad omnipotentes, al cual todos deben someterse sin reparo. Cualquier intento de insubordinación o de cambio, pueden ser objeto de persecución y aniquilamiento por medio de la represión y de la fuerza bruta."[25]

[25] Arias Londoño Melba, Cinco Formas de violencia contra la mujer, Editorial Colombia Nueva Ltda., Colombia 1990 pag.28

Para Melba Arias (1990), la legitimidad de la violencia sobre la mujer, la entrega de poder al varón, es lo mismo que otorgar un permiso legal a un ser humano para abusar de otro aparentemente más débil, siendo esta legitimidad de carácter universal, por la educación y sociabilización de las relaciones de dominio dentro del sistema patriarcal, que facilita la dominación del sexo femenino frente al masculino, por lo que la mujer no se ve afectada en su clase, sino en cuanto a su género, ya que la mujer conoce la esencia de la violencia, aun cuando no lo manifiesta debido a su educación sexista que refuerza su sumisión y dependencia.

Ahora bien si el ejercicio del dominio a través del poder siempre está dado entre el varón que es quien domina y la mujer la dominada, a lo largo de la historia las mujeres podrían sentir y sufrir estructuralmente el dominio de la ideología que decodifico la feminidad, la belleza interior de una mujer, la maternidad, la dulzura, el amor, la fidelidad, la dignidad la sumisión, la estética, la familia, el hogar, son imposiciones de la sociedad que no le fueron entregados a la mujer como tales sino más bien como tributos que regirán por siempre sus vidas convirtiéndolas en el sexo débil, si bien es cierto que el poder parece ser una característica exclusiva del hombre, es un amor malsano el que alberga las semillas de violencia.

De este modo la concepción de autoridad, debe ser respetada por encima de todo, para ejercerla de manera unidireccional, justificando cualquier medio para conservar su dominio, así sea por el temor, la intimidación y la fuerza, el poder es el hilo conductor que presta coherencia a los múltiples factores que inciden en la compleja situación de violencia.

> "Sin lugar a dudas el ejercicio de este, es el principal elemento generador de sentimientos negativos, produce en quien lo posee, actitudes y conductas prepotentes y desastrosas, por su mismo ánimo de dominio, que constituye el punto de partida de la violencia"[26]

[26] Arias Londoño Melba, Cinco Formas de violencia contra la mujer, Editorial Colombia Nueva Ltda., Colombia 1990 pag.29

Entonces, en toda la historia, como una política se instauro como una prioridad social la moralidad y protección de las mujeres, consideradas desde entonces como un pilar de la sociedad, e incluso del estado y la iglesia.

> "En el espacio de la organización y el ejercicio del poder, se constituye la doble opresión de la que son objeto las mujeres, que por su identidad de género nunca jugaron un papel determinante"[27]

A pesar de la lucha feminista por la igualdad de género, no se ha logrado la erradicación de la violencia hacia la mujer, por ello muchas de ellas siguen pagando con sus vidas el haberse incluido en muchos de los roles masculinos, el mercado del trabajo, la política, su autonomía económica, y poder hacerse cargo de sus deseos en sus relaciones amorosas, aun así sigue siendo vulnerable a la crueldad cuando su pareja la sigue tratando como un objeto de su propiedad.

2.2.1 EL MACHISMO EN LA SOCIEDAD ECUATORIANA.

> "Según los últimos datos arrojados por la FLACSO Ecuador hasta el 7 de marzo del 2010, son 8 de cada 10 mujeres las que sufren algún tipo de violencia en la sociedad ecuatoriana, La Red Feminista Contra la Violencia hacia las Mujeres de Centroamérica, define la problemática del femicidio como la forma extrema de machismo y mortal de violencia contra las mujeres de cualquier edad. Este término fue acuñado hace más de una década por las autoras Jill Radford y Diana Russell, quienes en 1992 utilizaron por primera vez el término femicidio para nombrar el asesinato de mujeres por razones asociadas con su género, definiéndolo como "la forma más extrema de violencia de género, entendida ésta como la violencia ejercida por los hombres contra las mujeres en su deseo de obtener poder, dominación o control. Incluye los asesinatos producidos por la violencia intrafamiliar y la violencia sexual. En este sentido, un estudio publicado por FLACSO Ecuador, da cuenta de que pese a la ausencia de cifras oficiales, el femicidio es una realidad latente en el país. Esto es comprobado y sustentado precisamente a través de un seguimiento realizado a dos diarios de cobertura nacional (El Comercio y el Universo) durante un año. Así, a través de la información publicada en la prensa escrita se determinó

[27] Marta Moscoso. Mujeres Imágenes y conflictos. Abya Yala 1996. Pág. 162.

que en el 2008 se cometieron 44 femicidios en el Ecuador, de los cuales el 30% se debió a celos, el 11 % a venganzas y peleas con familiares y un 9% a asaltos; además, en el 55% de estos se utilizó armas blancas, en el 32% armas de fuego y en el 2% el estrangulamiento. Asimismo, se identificó que el 57% de los femicidios fue cometido por la pareja o ex - pareja de la mujer, el 34% por un desconocido y/o delincuente, el 7% por un familiar y el 2% por un vecino.

Sin embargo, si bien la aparición de femicidios en los medios de comunicación visibiliza el problema, de la manera como se aborda el tema tiene aún un sinnúmero de limitaciones y equívocos que lejos de cuestionar estos hechos, tiende a romantizarlos como "crímenes pasionales", con lo cual no solo se naturaliza sino que además se justifica los asesinatos de mujeres; reforzando así el machismo el sexismo, la discriminación y la misoginia que conduce a femicidio.

En este escenario, se podría decir que la sociedad tiene derecho a estar informada sobre la existencia de estos crímenes, por lo que se debe continuar brindando cobertura a los mismos para que la opinión pública pueda conocer de ellos; no obstante, es necesario mejorar el tratamiento proporcionado, con el fin de que además de mostrarlos y darlos a conocer, los medios de comunicación se puedan convertir en aliados para combatir este grave problema que afecta la seguridad y la vida de las mujeres que habitan en el Ecuador[28]

"¿Qué es el Machismo?. Podría entenderse como una concepción socio-cultural que induce a creer en la superioridad física y psíquica masculina y la consiguiente inferioridad femenina. Por lo cual ella debe ser protegida por él y en respuesta, manifiesta una actitud de sumisión bajo la cual su relación con el varón, generalmente es de servilismo."[29]

Son tantos los factores que han alimentado el machismo desde el inicio de la historia, siendo ubicada su naturaleza en lo transcultural, que abarca por lo menos una parte de todo el fenómeno social que conlleva, así se puede ubicar el factor predominante en las diferencias de género, desde que en el pasado los hombres salían de caza, mientras que la mujer era la que cuidaba el hogar, rol que le fue asignado por las diferencias anatómicas, que la hacían mejor cuidadora principalmente por la posibilidad de la mujer de amamantar.

[28] http://www.lanacion.cl/prontus_noticias/site/artic/20061123/pags/20061123220239.html
[29] Arias Londoño Melba, Cinco Formas de violencia contra la mujer, Editorial Colombia Nueva Ltda., Colombia 1990 pag.45

Así empieza una desvalorización excesiva sobre los papeles de la mujer y una sobre valoración respecto a los papeles del hombre, pautando las diferencias entre los sexos, dando paso al patriarcado que ha sido reforzado por las prácticas religiosas, la necesidad de poder, y los intereses económicos. Los roles asignados a un hombre y a una mujer deben ser cumplidos al ser miembros de una cultura. En realidad estos roles son normas y reglas aprendidas, interiorizadas y corregidas dentro de la sociedad; en general, en las sociedades latinoamericanas el modelo a seguir han sido los pueblos occidentales, en donde las relaciones sociales en la familia dejaban a la mujer siempre por debajo del hombre, siempre predominando una concepción machista del pueblo, lo que se acrecentó con la llegada del cristianismo el mismo que le concede al varón absoluta autoridad dentro de la familia, tomando al hombre como punto de referencia agregado esto, a que todas las instituciones creadas en nuestra sociedad van a responder a las necesidades del hombre.

El machismo en nuestra sociedad está vigente y es la forma más común de relación entre hombres y mujeres, el machismo es un lenguaje, son conceptos tan aprendidos y arraigados en nuestra estructura psíquica de tal forma que la misma mujer toma como referencia lo que es un hombre para poder definirse a ella mismo. Incluso en este momento en que en nuestra sociedad existen grupos feministas luchando por la igualdad de la mujer; a quien se quiere igualar, es al hombre, lo que se quiere conseguir es tener las mismas oportunidades y derechos de todo aquello que el hombre ya conquistó, la educación machista en la mujer es la herencia de una madre que aun siendo mujer se la puede denominar machista. Esta visión preferencial al varón ha permitido que en la sociedad no se pueda erradicar el machismo, en áreas como, la ciencia o la religión, escenarios en los cuales se asume hasta el momento que solo el varón se puede desarrollar.

> “El machismo ha impuesto al hombre latinoamericano una de las cargas sociales más pesadas, que ningún congénere de otros países le envidiaría. A pesar de obtener con el matrimonio un espacio en donde impone orden y alcanza tranquilidad, además consigue una sirvienta que lo atiende en todo, pero el mismo culto a la virilidad que exalta al machismo, exige de él, el cumplimiento de una serie de conductas que responden antes sus amigos al modelo de macho fuerte e irreductible; ante las mujeres de seductor – conquistador; y ante su esposa e hijos de jefe y autoridad, a veces complaciente. La concepción socio-cultural también conlleva la creencia de que quien aporta dinero dentro del grupo familiar es quien tiene el poder y la toma de decisiones. El machismo

> latinoamericano en donde la propiedad privada, la división sexual del trabajo y la función social tienen características especiales, es al hombre a quien se le da la mayor autoridad, al haber sido proveedor económico, durante buena parte de la historia de la humanidad. En cambio la actividad comúnmente desempeñada por la mujer dentro del espacio doméstico, es considerada a nivel social como inferior y secundario"[30]

El escenario perfecto para las acciones machistas es el seno familiar, lugar en donde la prepotencia del varón estimula la agresión física, psicológica y sexual; somete a los seres más indefensos y emerge una relación autoritaria y dependiente, ahora este escenario se da dentro de uno más grande que es el responsable de acunarlo, se trata de una sociedad igual de violenta; el núcleo de la sociedad es la familia, el varón impone su posición de género, violentando a la mujer no solo de forma física sino causándole daños psicológicos y emocionales, enganchando su machismo con la poca autoestima de su pareja, consiguiendo sabotear alguna forma de crecimiento en su pareja y volviéndola, dependiente, y temerosa.

2.3. LA AFECTIVIDAD DE LA MUJER EN SUS MÚLTIPLES RELACIONES.

> "Empezaré este capítulo definiendo la afectividad como un término usado para designar la susceptibilidad que el ser humano experimenta ante determinadas alteraciones que se producen en el mundo real o en su propio yo"...[31]

Por lo que la afectividad, no solo sería una función psíquica, sino un conjunto de emociones, estados de ánimo, sentimientos de los seres humanos; que influyen en el pensamiento, la conducta, la forma de relacionarnos íntimamente con la expresividad corporal, la afectividad por tanto confiere una sensación subjetiva de cada momento y contribuye a orientar la conducta hacia determinados objetivos influyendo en la personalidad.

Los componentes afectivos impulsan las vivencias intelectuales y subjetivas de cada persona y las hacen únicas, incluso para sí mismos esto vuelve la afectividad una

[30] Arias Londoño Melba, Cinco Formas de violencia contra la mujer, Editorial Colombia Nueva Ltda., Colombia 1990 pag.47
[31] http//es.wikipedia.org/wiki/afectividad

dinámica constante en las relaciones del ser humano, y los afectos podrían ser explicados como la sumatoria de percepciones, recuerdos, imágenes, pensamientos o juicios, los mismos que muy probablemente producirán una vivencia corporal, afectando la conducta y siendo estas emociones las respuestas a un acontecimiento interior; la intensidad y duración de la reacción que provoca la vivencia son proporcionales a la importancia personal de quien la vive pero aun podría tener influencia en quienes rodean a esa persona.

> "Por medio del uso productivo de su mente, el hombre obtiene el control de su existencia y experimenta el placer y el orgullo de ser eficaz. Por medio de sus afectos, el hombre obtiene la recompensa emocional última de su eficacia y valor, no meramente como productor, sino de una forma más amplia: como persona, la recompensa y celebración de sí mismo y de lo que ha hecho de sí, es decir el tipo de carácter y de alma que se ha formado."[32]

Este párrafo le otorga a los afectos una especial importancia, ya que estos no pueden ser eliminados, sería una pobre experiencia de la vida si así fuera, le estaríamos diciendo no a la experiencia humana. Lo que hay que hacer es conocer los impulsos de la afectividad, sus mecanismos y el origen de los mismos, así se fortalecerá no solo la propia vida de la mujer más aun lo hará en sus experiencias con los otros; la afectividad puede ser construida desde las propias capacidades, las mismas que no todas las personas tienen en la misma intensidad, estas capacidades facilitan el inicio de las relaciones humanas como la amistad. Estas capacidades en nuestro inconsciente a menudo nos llevan a vivir la afectividad más allá, así la familia tiene un rol importante, en favorecer las experiencias afectivas no sólo al interior de ella, sino también permitir estas relaciones con otras personas, ayudando con esto al desarrollo social.

> "La mujer a lo largo de su vida se enfrenta a muchas exigencias, cuando es niña por ejemplo entenderá su capacidad de ser madre por medio de sus juegos con muñecas, mas tarde se reflejara a ella como el motor de su propia vida, sin entenderlo responderá al deseo sexual del otro para dar vida a un hijo, sin otra opción para ser madre, entenderá de la soledad en un cuerpo preparado para la perdida sabrá de la verdad y de la anhelada satisfacción que no está creado para ella, pero también aprenderá que es el amor donde

[32] Nathaniel Branden. La Psicología de la autoestima Ediciones Paidos Ibérica, S.A. Buenos Aires 2001, pág. 301

> puede calmar su angustia desde luego si ese amor conoce el respeto, entiendo entonces que la búsqueda del otro por medio del amor es la meta".[33]

Por lo que en una mujer los afectos siempre están cargados de emociones fuertes que también la diferencian de los hombres, los afectos fácilmente causan en la mujer inquietud y hasta inestabilidad. Mariana Leibl, a quien citaré a continuación, en su libro "Psicología de la Mujer", asegura que la mujer maneja las emociones de manera distinta y desde que es niña sus emociones pasan fácilmente de una exaltación extrema a una timidez por el otro, en ambos casos se siente atrapada en un mar de emociones que pueden causarle conflictos, que probablemente no maneja bien y que pueden ser el resultante también de fallidas relaciones. Mientras la niña trata de hacer consciencia de la vida incorporando nuevas imágenes, sus inseguridades siguen afectando sus relaciones con los otros sobre todo en las relaciones afectivas.

Ahora bien al entender a la autora definimos que lo que marcaría la diferencia en todas las relaciones que mantiene, sobre todo en la relación amorosa, en la mujer es posible mirar la influencia de la afectividad en su comportamiento, es muy común que la mujer exprese con mucha facilidad sus afectos, evidentemente la mujer es mucho más influenciable en sus emociones y afectos, es tal vez esta una de las problemáticas de la mujer ya que al ser más vulnerables en sus afectos es necesario que aprendan a dirigirlos, nuevamente en la mujer la afectividad y las emociones forman un aspecto de suma importancia en su vida, ya que además estas emociones suelen darse como un factor en cadena, surge una emoción luego la otra y luego la otra, y esto puede desencadenarse de distintas maneras ya que la reacción de una mujer es distinta a la de otra, sin embargo dependiendo de sus recursos emocionales pasara que una mujer utilice esta circunstancia para reforzar su personalidad, o lo contrario entrar en una profunda depresión y angustia.

Por otro lado, los grandes conflictos humanos, tienen una raíz emocional, debido a frecuentemente carencias, falta o experiencias afectivas o de amor poco significativas, se podría decir que el amor y la afectividad es uno de los factores más determinantes en el desarrollo y equilibrio personal de una mujer, quien puede percibirse a sí misma como alguien, en la medida que es tratada como tal, lo que implica considerar que ese alguien

[33] Ruiz castillo Piedad. El maltrato a la mujer. Editorial Síntesis. Madrid 2006 pág. 160-

que tiene un valor personal, que merece respeto, que necesita un trato digno, es un ser que se desarrolla con otros y los otros con ella; cuestión que no es posible si no se ha expresado en el lenguaje de la afectividad. Amar al otro significa querer al otro como sujeto, es querer su promoción, es descubrir un "yo" que ama y desea la existencia de un "tú". El afecto más intenso que puede sentir una mujer definitivamente es el amor, su capacidad de amar es inmensa pero así mismo es su necesidad de sentirse amada.

La afectividad, guardaría entonces relación con el amar y sentirse amada, con sentimientos que despiertan la voluntad de comprometernos de manera particular con otras personas. La afectividad nos ayuda a tener una autoestima que determinará la forma de enfrentar las situaciones de nuestra vida diaria, la afectividad femenina debe experimentar acciones efectivas en sus vidas, cuando esto no ocurre pueden presentar falta de interés por los demás y caer en la desadaptación social, presentando conflictos con una autoestima inadecuada.

La afectividad en la mujer, será de mucha influencia en su comportamiento, muchas veces no se entiende que una mujer sufra todo tipo de maltrato, sin alejarse de su victimario; desde luego esta mujer maltratada que no puede apártese de aquello que la pone en riesgo, obedece al resultante de una intensa oleada de emociones, afectos y sentimientos que podrían llegar a dominar la vida de una mujer.

> "Sin embargo, una significativa paradoja determina que pasión amorosa sea tanto el colmo del amor como el instrumento de su subversión. Jurar pura y exclusivamente por el otro implica a la larga odio y muerte, que la pasión desencadena por los demás, y al final en la propia pareja apasionada, como lo confirman ampliamente los relatos explorados y estudiados en esta obra y donde bien puede estar ejerciéndose secretamente el poder de la desligazón. Así pues, la pasión podría ser al mismo tiempo el "colmo" del amor y algo así como "el más allá"[34]

El afecto más importante en la vida de una mujer parecería ser el amor, el mismo que confirma que la ausencia del objeto refuerza su atractivo, lo cual enlaza el objeto del amor a la función de la ausencia, se articula con la represión, de manera inconsciente lo que

[34] Paul Laurent Assoun. La pareja Inconsciente. Ediciones Nueva Visión Buenos Aires 2006, pág. 8

daría luz al problema que surge en la relación amorosa de la mujer, cuando esta se somete incondicionalmente al ser amado.

> "Decir que la pareja está ligada de manera sadomasoquista no explica todavía nada. Es mucho mejor subrayar que sadismo y masoquismo, como postura del sujeto inconsciente organizan dos concepciones muy distintas de la pareja inconsciente. Es verdad que el "sádico" forma con sus víctimas una especie de pareja, lo mismo que el masoquista con su verdugo. Pero lo "ligante" es, en cada caso, muy diferente. Se lo puede resumir de manera sumaria diciendo que el sádico encuentra en la proyección identificatoria con su víctima el segundo término que permite apuntalar su fantasma. La dualidad está subordinada aquí al fin perseguido por el sujeto: este debe querer la pareja (verdugo/víctima) en el mismo sentido en que quien quiere el fin quiere el medio. Por eso el universo sadiano está formado intrínsecamente por individualidades que, aun anudando una y otra vez alianzas de complicidad permanecen en estado de nómadas gozantes. El sádico no hace pareja "de veras"; su dispositivo no lo exige y tampoco lo requiere su "estructura".[35]

El hombre y la mujer mantienen sus relaciones no en su propia naturaleza, es el narcisismo de la mujer el que desafía al ideal masculino y su egoísmo. El hombre es percibido desde siempre como el que enlaza el pecado y la felicidad y la mujer como la que afirma su felicidad, el masoquismo es entonces la realidad de la relación amorosa, el placer de sufrir encuentra sus raíces en la infancia, en una enfermedad infantil, que se da desde la relación en los cuidados maternos; más tarde la mujer se relaciona con el hombre como su salvadora, sumisa y cumplidora de la ley femenina que se le ha otorgado quedando definida así una relación de dependencia casi adictiva.

2.3.1 LA BÚSQUEDA DE PROTECCIÓN AFECTIVA.

> "El sujeto tiene la sensación de que una instancia vela por él, y encuentra en esto consuelo y alivio. La persona "notoria" y /o de alto rango (actor, médico, sacerdote, profesor, hombre de estado) manifiesta mediante signos secretos su "consideración" (pensamos en la

[35] Paul Laurent Assoun. La pareja Inconsciente. Ediciones Nueva Visión Buenos Aires 2006, pág. 157-158

> forma protocolar "solicito de su alta consideración" pues bien la alta consideración distingue al sujeto sin que él haya pedido nada"[36]

Lo que se presenta como una figura protectora para el sujeto y vela por él desde la infancia es una imagen que el niño necesita, como un espejo en el cual reflejarse, lo que confirma la necesidad de hacerse adoptar por un padre no habiendo una afiliación al mismo, en una mujer su búsqueda es siempre la protección sea cual fuera su condición emocional, esta necesidad no es exclusiva de aquellas mujeres que se sienten disminuidas en su propia imagen o solas, toda mujer busca una relación en la cual se sienta protegida probablemente porque repite la tendencia del ser humano de buscar las primeras relaciones objétales. Sin embargo cuando esta necesidad de protección se vuelve una dependencia extrema en sus relaciones afectivas podemos suponer que hay una situación patológica.

En las relaciones de pareja que podemos llamar normales existe una necesidad de protección desde el otro, aunque esta situación no pueda ser expresada con palabras, por lo que se manifiesta más bien como un deseo, algo que le da al sujeto la sensación de seguridad, pero no se vuelve una condición imprescindible en el desenvolvimiento de su vida, sin embargo este sentimiento hacia el otro crecerá a medida que la relación se torne mucho más fuerte, o al contrario se llegara al final de la misma si la relación no llega a consolidarse, hay un cierre de dicha relación dentro de lo que se espera. En una sana relación ha existido necesidad de protección en dicha relación sin embargo, no se transformó en una dependencia afectiva, es más, considero que es necesario un suministro externo de la autoestima para una persona.

En las mujeres dependientes emocionales, este mecanismo funcionaría a la inversa, se entendería que este deseo de protección que se manifiesta en una relación normal, en una dependiente afectiva se volvería una necesidad imprescindible, la necesidad de sentirse cuidada y protegida por su pareja, es mucho más fuerte; habíamos visto en capítulos anteriores que la sensación de desprotección y soledad que siente la dependiente afectiva cuando sufre una separación. El desamparo emocional que se produce en el dependiente emocional, probablemente esté relacionado a su baja autoestima, es esta misma condición

[36] Paul – Laurent Assoun. La Pareja inconsciente. Ediciones Nueva Visión Buenos Aires 2006 Pag.121.

la que hace que el sujeto confunda el amor, la admiración, la necesidad de protección, con sometimiento.

Ahora bien es importante plantearse en donde empieza esta necesidad de protección afectiva:

Desde el concepto utilizado por Paul Laurent (2006), en su libro “La pareja inconsciente” es desde el momento de la concepción que necesitamos protección, la misma que en este momento es proporcionada en el útero materno aquí estamos seguros, protegidos y no nos hace falta nada; las necesidades en esta etapa están bien cubiertas por la primera figura de apego.

Existe un primer momento, mientras está en el útero de la madre, en el que el bebé está protegido, no se distingue corporalmente de su madre. Después, una vez que ha salido del útero materno, está bajo el cuidado de sus padres, y sigue protegido, Carl Gustav Jung hace una propuesta muy similar cuando asegura que el niño, durante la vida embrionaria, es una parte del cuerpo de la madre, durante muchos años el hijo es una parte de la atmósfera familiar; y es protegido gracias al cuidado de los padres.

Posiblemente desde este momento, el ser humano queda marcado, ya que siempre buscara la protección del objeto de amor, el regreso a la protección del vientre materno, ahora bien cuando las condiciones en la infancia no han sido de protección y amor seguramente se producirá una sensación de rechazo, que provocará en el niño los primeros cimientos para la formación de una baja autoestima, que a la vez será una de las condiciones que provocaran, la constante búsqueda de esta tan anhelada protección, que más tarde puede convertirse en una dependencia afectiva, lógicamente hay que tomar en cuenta que dentro de esta relación se verán expuestas otras variantes como es la mencionada baja autoestima que llevará a la dependiente afectiva a hacer elecciones de parejas con perfiles de personalidad distintas, por lo general buscaran la protección de lo opuesto a lo que ellas son; entendiéndose por opuesto a personas con una buena imagen de sí mismos o una buena autoestima.

Es necesario aclarar que no solo mujeres con poca preparación y con bajo nivel socioeconómico requieren de esta protección, no es así, ya que las que mujeres que tienen preparación y solvencia económica también necesitan sentirse protegidas de sus parejas, otra de las necesidades de protección de parte de una mujer es el factor económico, ya que desde muy temprana edad la mujer tiene entre sus preocupaciones como va a resolver su situación económica y puede sentir la necesidad de protección económica aún cuando ella tenga un buen trabajo, por ejemplo la mujer que vive con un abusador afectivo puede entender que no le sería difícil valerse por sí misma y después sentir que no necesita del hombre por su misma autonomía, sin embargo, le sobreviene un sentimiento que hace creciente en ella la necesidad de tener a una pareja a su lado para sentirse segura y apoyada aún cuando tal protección sea una fantasía creada desde su imaginación.

3. LA AUTOESTIMA

3.1 LA FORMACIÓN DE LA AUTOESTIMA EN LAS MUJERES

Antes de empezar este capítulo creo necesario definir un concepto de autoestima en contexto con el tema de la dependencia emocional.

> "La autoestima, según Nathaniel Branden, es la suma de la confianza (sentimiento de capacidad personal) y el respeto (sentimiento de valía personal) por uno mismo. Existe como consecuencia del juicio implícito que cada persona realiza acerca de, por un lado, su habilidad para afrontar los retos de la vida, es decir, para comprender y superar los problemas, y, por otro, su derecho a la felicidad, o, dicho de otro modo, a respetar y defender sus propios intereses y necesidades."[37]

Branden (1988), define a la autoestima como la suma de confianza y respeto por uno mismo, más no de las cualidades que una persona puede o no puede tener; la autoestima resultaría de una autoevaluación del propio sujeto, estaría basado en una serie de factores que están valorados socialmente, además de sentimientos propios que constituyen una valoración completa de nuestra persona, de la misma manera que podemos expresar nuestros sentimientos a nuestros seres amados o significativos, sentimientos en que en la mayoría de los casos son independientes de sus cualidades, en otras palabras la persona a la que se le demuestra el amor no necesariamente debería ser exitoso o guapo, para ser querido, lo mismo ocurre en cada individuo lo que se dirige hacia el mismo, es independiente de muchas cualidades que se posea o no, a este concepto se le llama autoestima.

> "La meta adecuada de la crianza de los padres consiste en preparar a un hijo para que sobreviva de forma independiente en la edad adulta. El bebé empieza en una situación de total dependencia. Si su crianza tiene éxito, el joven y la joven pasaran de esa dependencia a ser seres humanos que se respeten a sí mismos y son responsables de sí mismos, capaces de responder a los retos de la vida de forma competente y entusiasta. De este modo serán autosuficientes y no solo desde el punto de vista económico, sino también intelectual y psicológicamente."[38]

[37] http://es.wikipedia.org/wiki/Autoestima
[38] Branden Nathaniel Los Seis Pilares del Autoestima. Ediciones Paidos España 1988 pág. 191

Los seres humanos cuando nacemos no tenemos conciencia alguna de nuestro propio ser, en los primeros meses el bebé está tan ligado a su figura de cuidado, que hasta este momento no hay en el bebé ningún sentido de separación, es en el proceso de crecimiento en donde surge la primera meta del ser humano; que será conseguir el conocimiento de sí mismo, ahora en el camino a conseguir esta meta pueden ocurrir situaciones que detengan, frustren, o cambien la meta, haciendo que la persona quede fragmentada, o detenida en un punto de su crecimiento emocional, situación a la que se podría identificar como una inadecuada formación de la autoestima

De la misma manera que no nacemos con conciencia de nuestro propio ser, el ser humano no nace con un concepto de sí mismo, lo va formando progresivamente, a través de la percepción de su entorno, el mismo que puede presentarse como un lugar bueno o malo, seguro o peligroso, y es en los primeros años de vida que este concepto de sí mismo se determina en cada persona, dependiendo de los primeros vínculos que haya formado, por lo que en estos primeros años todo lo que represente un logro o un fracaso, la forma como fue tratado por las personas significativas en su vida, es lo que contribuye a la formación de la auto imagen; en consecuencia el tipo de autoestima que obtengamos provendrá en gran medida de el trato que nos dieron las personas a nuestro cuidado cuando fuimos bebés, será esta forma de vínculo la que hará una significativa diferencia en la vida de cada individuo, tanto los actos, así como las enseñanzas, la forma de pensar y hasta de hablar, ira formando la opinión que el niño tenga sobre sí mismo, la autoimagen del niño se formara a partir de la opinión de otro, esta auto imagen es la que sostiene la imagen de sí como se ve realmente y la imagen idealizada, que sería la imagen que cada persona desea alcanzar, en otras palabras como quiere ser, esto no quiere decir que estas imágenes se contrapongan, al contrario a medida de que haya madurez en el individuo éstas se van fusionando y van creando la personalidad.

Si la auto imagen es muy importante, ya que es esta autoimagen la que puede favorecer a obtener un buen concepto de lo que es nuestra identidad, interpretando lo que es una realidad externa de las experiencias que vivimos, ayudando a mantener un equilibrio emocional; en el caso de las mujeres con dependencia emocional, podríamos hablar de una mala autoestima, personas que aún cuando podrían haberse desarrollado en el ámbito

personal, y en el afectivo se han sentido rechazados, abandonadas, tomando sumisamente lo que su entorno familiar les ha ofrecido para su formación.

Es en nuestro entorno familiar en donde registramos nuestras primeras relaciones y es ahí donde encontramos los primeros conceptos acerca de nosotros mismos, son estas primeras relaciones las que producen en nosotros los primeros valores vigentes en la sociedad, la familia debería educar para la vida, fortaleciendo así la buena imagen del niño, mediante la confianza, el amor y sobre todo el respeto, ahora bien la educación de la niña es distinta a la del varón, y es a partir de esta educación, que podría formarse en ella una autoestima diferente; como ya se ha mencionado en los capítulos anteriores desde pequeña la niña recibe incluso un lenguaje distinto al que recibe el varón, es muy común decirle a una niña; no te subas a ese árbol te puedes caer, no salgas a jugar con la pelota te puedes golpear, lo que no ocurre con el niño, el cual es tan fuerte y valiente que puede subir al árbol y mientras más alto escale los padres están más orgullosos, o los largos partidos de fútbol que juegan como verdaderos héroes en el viento o la lluvia, esto denota claramente que existen ideas pre – concebidas acerca de la incompetencia y la debilidad de la niña.

Respecto a estos conceptos de la niña y el niño también resulta interesante el aporte del autor Jorge Castelló (2005), quien menciona que la mayoría de fundamentos sobre la construcción de la autoestima son tan válidos para mujeres como para hombres, sin embargo en donde se encuentra la mayor diferencia entre hombres y mujeres es en el hecho de realizar actividades.

La sensación del varón de realizar bien las cosas está relacionada con la autoestima en general, lo que no ocurre con las niñas que sienten que son mucho menos competentes, sensación que está relacionada con una mala autoestima, lo que quiere decir que generalmente a las niñas se las educa para ser complacientes, no se les enseña a ser competitivas, por lo general a una niña se le halaga resaltando una cualidad física, mientras que al hombre seguramente se le halagará por una destreza, y así también la niña ira construyendo su autoestima, esta escena se desenvuelve, desde el panorama social. En conclusión una niña está limitada por las normas relativas al sexo, impuestas por las consideraciones familiares y culturales de las mismas.

Por tanto desde edades tempranas en la mayoría de las sociedades latinas existe discriminación para la mujer, aún cuando este panorama comienza a cambiar gracias a movimientos feministas, en lucha de igualdad de derechos y obligaciones, aún así desde siempre en la historia de la humanidad las mujeres, no solo han sido discriminadas, han sido también violadas sus derechos, las niñas reciben esta educación que proviene de otra mujer… la madre, que es con quien se identifican, desde la cual se construye la autoestima de una niña y desde la cual es indispensable el hecho de saberse querida sin necesidad de que exista un trueque, tú me das yo te doy, si son buenas recibirán la recompensa, si son malas a cambio estarán condenadas a pagar su culpa casi por toda su vida con humillaciones y maltratos.

Si bien es cierto esto no es una certificación, de que todas las niñas tienen una baja autoestima o todo los niños posean una buena autoestima, artículos sobre la autoestima afirman que todas las personas formamos nuestra autoestima a partir de la influencia de nuestros seres más cercanos, y no solo en los primeros meses de vida si no a lo largo de nuestra vida, ya sea si recibimos sentimientos que pueden ser positivos o negativos de aquellas personas que están ligadas a nosotros afectivamente, si el sentimiento es de bienestar, probablemente el niño obtendrá un sentimiento agradable que ayudará a que su autoestima sea buena, mas si los sentimientos son negativos, es posible que el sentimiento dañe a la persona creando en ella un auto rechazo que es el equivalente de una baja autoestima.

Hay que tomar en cuenta que la autoestima es ese sentimiento que es exclusivo del ser humano el mismo que puede denotar sentimientos de cariño, amor, etc. Así mismo pueden ser sentimientos negativos o de rechazo que tenemos acerca de nosotros mismos; si se explica desde el ego de un persona que es la instancia en donde el individuo se reconoce, una autoestima apropiada sería nuestra capacidad para amarnos o tenernos aprecio, en medida que somos capaces de reconocer nuestras virtudes, así como nuestras limitaciones; y es a partir de esta autoestima adecuada que se determinarán la relaciones sanas con los otros.

> "Un adagio antiguo y excelente afirma que la paternidad consiste en dar a un hijo primero raíces para crecer y luego alas para volar. La seguridad de una base firme y la confianza en

> sí mismo para abandonarla un día. Los hijos no crecen en un vacio. Crecen en un contexto social. De hecho gran parte del drama del desarrollo de la individuación y la autonomía tiene lugar y solo puede tener lugar mediante la relación con los otros seres humanos. En los primeros años de su niñez un hijo puede experimentar la seguridad que hace posible la aparición del yo o bien el terror y la inestabilidad que descompone el yo antes de que se forme por completo. En las relaciones posteriores un hijo puede tener la experiencia de ser aceptado, respetado, rechazado y postergado. Un niño puede experimentar el equilibrio adecuado entre protección y libertad o bien; a) la sobreprotección que le infantiliza o bien b) la sobreprotección que exige al niño recursos que puede no tener aun. Estas experiencias, así como otras que examinaremos, contribuyen al tipo de identidad y de autoestima que se forma con el tiempo"[39]

Otra de la condiciones para la construcción del autoestima, es por supuesto lo que el otro piensa, siente e inclusive dice de un sujeto, la forma en que los demás actúan en su trato, en la forma en que los motivan, estimulan, rechazan, anulan o critican, todos estos elementos ejercen influencia en la construcción de la autoestima. Desde luego cada individuo interioriza los criterios que los otros tienen de él, por ello es de tanta importancia lo que los demás dicen o hacen, ya que es la representación de la propia valoración; en este momento surge la necesidad de investigar como a partir de los otros puede construirse una identidad propia.

[39] Branden Nathaniel. Los Seis Pilares del Autoestima Ediciones Paidos España1988 págs. 191,192

3.2. LA ALTA AUTOESTIMA VERSUS LA POCA AUTOESTIMA.

Cada necesidad, toda experiencia que una persona reúne a lo largo de la vida son las que dan lugar a una alta o baja autoestima. Al hablar de una buena autoestima hablamos de una autoestima positiva, que ha sido fomentada desde los primeros años de vida, ayudando a adquirir una buena autonomía, definiendo una fuerte personalidad, que definitivamente le va a ayudar a hacer frente a la vida. A partir de esta buena autoestima se puede desarrollar el aprecio y el respeto a los demás, y por otra parte la baja autoestima traerá consigo problemas de adaptación, al no valorar las cualidades de otras personas, así mismo, sobrevaloran, o cambian aspectos personales que consideran negativos, o le dan poco valor a lo positivo en sus vidas y las vidas de los demás.

Para Branden la autoestima de cada individuo, se crea a partir de las expectativas lógicamente apropiadas para cada uno, expectativas que se convierten en realidades a través de las experiencias, las mismas que refuerzan nuestras primeras creencias y la autoestima. La autoestima alta o baja tiende a proclamar condiciones de vida que cada persona se encarga de hacer cumplir, todo ser humano debe alcanzar su autoestima, mediante el entendimiento de todo aquello que percibe durante su desarrollo.

El niño tiene la necesidad de conocer, entender y crecer, sea cual sea el grado de inteligencia necesita identificar lo que existe en su mente, con la realidad, aunque por lo general ésta característica no se consigue por lo que se daña en un estadío muy temprano de la vida de una persona, en el momento en que el mundo es percibido por el niño como amenazador y no aporta ningún tipo de confianza en el mismo, esta sensación puede ser el resultante de un niño que no se siente atraído al cuestionamiento o el desarrollo de los propios pensamientos, volviéndose pasivo y dependiente, por lo general el niño tiende a pensar que el mundo de adultos que le rodea es incomprensible, la mayor parte de veces los anhelos, acciones, y emociones de los adultos parecen exigencias absurdas, contradictorias, e incluso llenas de represión, aún así el niño hace el intento pero por lo general cuando no lo consigue simplemente se frustra y se culpa por su supuesta falta de aptitudes, reaccionando con ira, ansiedad y depresión, entendiendo al fracaso como el resultante de lo que es el mismo; concluyendo que algo no anda bien en él, luego de un grado de conocimiento las personas se adaptan a un medio que puede presentarse como

confiable o amenazador, como ya se menciono aquí se encontrarán las primeras raíces de una formación adecuada o inadecuada del autoestima…

> "… En el caso del niño esto ocurre debido a que aun no es capaz de entender que muchas de las exigencias que hace el adulto son irracionales, entender esto se le dificulta al niño ya que al mismo tiempo el adulto es razonable, sensato y justo y aun más es el proveedor de afecto y seguridad. La autoridad que tiene el adulto en el niño es indispensable para esta relación ya que el niño no siempre cuestiona al adulto, sin embargo cuando el niño no renuncia a tratar de entender el discurso del adulto, mientras él no se abandone a su propia necesidad de comprender, seguirá el camino correcto para obtener una buena autoestima, en este momento el niño empezara a entender que muchas de las respuestas que busca las obtendrá en medida de su crecimiento, ahora en cuanto existen muchas cosas que él sentirá que no podrá explicar no le permitirán seguir desarrollándose con el éxito esperado."[40]

Según algunas encuestas realizadas a personas entre 20 y 40 años de edad (www.buenastareas.com/temas/encuestas-sobre-autoestima/0), una persona ha logrado una buena autoestima, si es feliz con los logros conseguidos de acuerdo a las metas que se trazo, por lo que concluyeron que una buena autoestima también estaría relacionada con la resistencia que tiene el individuo ante las adversidades de la vida, sin embargo una buena autoestima no es la garantía de que todo salga bien siempre, pero los momentos de angustia generalmente pasan permitiendo al individuo sentir confianza en el futuro, la buena autoestima no está relaciona con la capacidad del individuo de resistir el sufrimiento, muchas mujeres envueltas en violencia familiar, llegan a la consulta psicológica con discursos mal formados de una mala relación, creyendo que ante tanta humillación y sufrimiento ellas se han hecho más fuertes, y han adquirido otro tipo de aprendizaje que las hace de algún modo más sabias que otras mujeres, formándose en ellas una falsa autoestima, que solo justifica la dependencia que ha creado hacia el agresor.

Según Branden (1988), en el libro "Los Seis Pilares del Autoestima" una buena autoestima, es el objetivo de todo ser humano, o por lo menos debería serlo, ya que una buena autoestima consolida a la persona que la tiene y la impulsa a buscar aquello de lo que es merecedora que es la felicidad, pero la verdad es que en la realidad y por lo general están más consolidados en nosotros los sentimientos de temor, rechazo y culpabilidad.

[40] Branden Nathaniel Los Seis Pilares del Autoestima Ediciones Paidos España 1988 págs. 191,192

Tener un buen concepto de uno mismo no es fácil, ya que satisfacerse a uno mismo es un trabajo que se lleva a cabo a lo largo de toda la vida, la autoestima podría ser medida dependiendo de la promoción de su desarrollo, que se refleja en la calidad de vida que cada individuo consigue y en el grado de satisfacción de las propias habilidades.

No se puede negar el valor que tiene una buena autoestima, pero no se puede caer en el error de tener muchas expectativas de ello, es necesario mencionar nuevamente que el tener una buena autoestima no es lo único que se necesita para obtener éxito y felicidad, existen factores como las circunstancias de cada persona así como las oportunidades externas que tenga, así como los factores internos, como la inteligencia y la motivación por conseguir los éxitos, de cuantas metas se ha impuesto y la energía que tenga para alcanzarlas, definitivamente una autoestima saludable no es la única garantía de la autorrealización pero la ausencia de la misma tiene como destino final una profunda frustración y depresión.

El hecho es que el autoestima funciona en cada persona como una necesidad de supervivencia, ya que con una mala autoestima se altera la capacidad de un buen funcionamiento emocional, una buena autoestima ayuda a aumentar estas capacidades, volviéndonos menos manipulables, y más sensibles a las necesidades de los otros y a nuestras propias necesidades, el ser humano en su crecimiento se verá forzado a hacer elecciones, las mismas que se darán de acuerdo a cómo se ha estructurado su yo…

> "… Por esta razón he llegado a la conclusión de que una autoestima positiva es, en realidad, como el sistema inmunitario de la consciencia, que proporciona resistencia, fuerza y capacidad para la regeneración. Aunque un sistema inmunitario no nos garantice que vayamos a caer enfermos, nos hace menos vulnerables a las enfermedades y mejor equipados para recuperarnos de ellas, por lo tanto, una autoestima saludable, no nos garantiza que no vayamos a sufrir ansiedades y depresiones ante las dificultades de la vida, pero nos hace menos susceptibles y nos prepara mejor para afrontarlas, rechazarlas y superarlas. La gente con un grado alto de autoestima seguramente puede derrumbarse por un excesivo número de problemas, pero tendrá la capacidad de sobreponerse con mayor rapidez otra vez."[41]

[41] Branden Nathaniel Los Seis Pilares del Autoestima Ediciones Paidos España 1988 págs. 36,37

Ahora bien, todo cuanto hasta aquí se ha dicho de la buena autoestima esta lógicamente contra puesto a todo lo que se puede mencionar de una pobre autoestima, pero es necesario mencionar que no siempre una baja autoestima tiene como resultante problemas muy obvios, ya que muchas veces trascienden de forma indirecta, permitiendo que el individuo de alguna manera alcance éxitos, pero tarde o temprano acudirá a métodos de corrupción de su ser, que le aseguren su posición, así como también puede pasar que cuando están a punto de conseguir sus metas se sabotean a ellos mismos, ya que la idea de un gran logro puede estar más allá de las ideas que crearon de sí mismos.

Una pobre autoestima no permite a la persona tener la capacidad de valorar sus propias aportaciones, así como tampoco son capaces de admirar las aportaciones de los demás, una persona con baja autoestima no es capaz de extraer lo mejor de otro ser humano, ya que el concepto de sí mismo se basa en lo que piensa de él mismo, por lo que no puede entender el comportamiento de los otros sin los conceptos que de sí mismo posea.

Cuando se posee una baja autoestima es más difícil hacerle frente a las adversidades de la vida, será mucho más difícil, y traerá mucho sufrimiento al no poder tener opciones de salida a dichos problemas , aumentando el sentido de impotencia que traerá consigo el sentimiento de frustración, esto no significa que nunca se consigan logros o que no se pueda ser productivo y afectivo, solo significa que cada logro estará en duda de cómo fue conseguido, y no causará ni el impacto ni la felicidad esperada, ya que existe en la persona un sentimiento de falta constante.

Si la autoestima es la construcción adecuada o no adecuada de nuestra propia imagen, dependiendo del tipo de estimulo que recibimos de nuestro entorno familiar, es en el ámbito familiar que se ubican los frutos de una baja autoestima, actualmente con la fuerte presencia de problemas como la anorexia y la drogadicción, que son casos en los que se advierte la presencia de una baja autoestima y aún temas más antiguos y que se han dado desde siempre como un gran problemática de la sociedad como es la violencia familiar, en donde por lo general la víctima y el victimario son personas que poseen poca autoestima, por un lado la víctima que es una persona incapaz de poner límites y no logra entender que está siendo violentada, por otro lado el abusador que está tratando de compensar sus falencias a través del maltrato y el abuso, percibiéndose superior a alguien desde su

enferma concepción de autoestima, esta es una cadena hereditaria, un circulo vicioso que se repite una y otra vez.

Si se habla de una cadena hereditaria, la formación de la autoestima es válida y se da desde el aprendizaje donde se trasmiten los sentimientos, así los padres dañan de manera no intencional la autoestima de sus hijos ya que ellos están repitiendo la forma en cómo fueron criados, de cómo un padre se comunicó con su hijo, formando e incorporando afectos a su personalidad, los padres en su relación les mostraron a sus hijos la forma de relacionarse con los demás, por tanto una mujer dependiente afectivamente, es la flamante heredera de una baja autoestima heredada de su madre.

3.3 LA ACEPTACIÓN DE SI MISMA Y LA ACEPTACIÓN DE LOS DEMÁS.

La palabra aceptación conlleva por un lado la aceptación de uno mismo, y por otro, la aceptación de los demás a partir de la propia imagen, aceptando lo que somos, lo que representamos, es la aceptación de nosotros mismos, aún cuando la aceptación según Branden implique el rechazo, y el dolor que implica ser rechazado. De acuerdo a las investigaciones en distintos artículos sobre autoestima que he realizado; la mayoría de personas asumen que los seres humanos no somos el producto de una planificación familiar, lo que haría suponer que desde el comienzo podríamos ser seres rechazados o por lo menos no esperados, esta podría ser la primera condición que unida a una cadena de eventos que se dan a lo largo de la vida, formaran en nosotros sentimientos de rechazo, o falta de aceptación hacia nosotros mismos.

> **"**En el nivel más profundo posible, aceptarse a uno mismo es la virtud de comprometerse con el valor de su propia persona. No se trata de fingir un autoestima que no posee, sino más bien un acto primario de valoración propia que funciona como punto de partida desde el que dedicarse a procurar la autoestima".[42]

[42]Branden Nathaniel. La Psicología de la autoestima Ediciones Paidos Iberica, S.A. Buenos Aires 2001, pág. 21

Desde luego este juicio propio de valor no se da como un proceso consciente, sino más bien como un constante y permanente sentimiento que forma parte de los demás sentimientos, e implica un sentimiento primero de cuan eficiente es y luego que valor propio ha obtenido, los seres humanos entramos en el mundo con diferencias inherentes, que tienen que ver con una sana aceptación de sí mismos, diferencias que tienen que ver con lo cultural, la resistencia, la energía, la disposición para disfrutar de la vida.

Branden (1988) en su libro "Los Seis Pilares del Autoestima" menciona que en la mujer hay una circunstancia especial desde el momento en que nace mujer, ya que los conceptos machistas, y las diferencias de género, hacen que el nacimiento de un niña no sea un acontecimiento esperado en la vida de un padre, ya que él espera que sea un hombre quien le herede y perpetúe su apellido; así la mujer aprende desde pequeña que ella no es la responsable de perpetuar el apellido, más bien ella es la responsable de el cuidado de la vida de sus seres queridos, ella tiene que ser buena madre, buena mujer, buena ama de casa, y además ella tiene una preocupación extra, ella tiene que mantenerse en buena forma física, su cuerpo y cara deben ser bellos para poder ser atractiva a su marido, y por tanto tener la oportunidad de competir con sus rivales; cuando estas condiciones no se dan, la mujer; puede llegar a sentirse tan culpable que puede caer en una profunda y constante depresión.

Este sería el resultante de una mala incorporación de aptitudes, habilidades y cualidades en la niña, representaría un constante rechazo hacia ella misma, una falta de aceptación de lo que ella es, muy probablemente por unas figuras de apego muy poco protectoras, amorosas, gratificantes, al contrario, entenderíamos que sus primeras relaciones fueron, poco confiables, no brindaron seguridad, ni cuidados, además de tomar en cuenta los componentes culturales ya mencionados.

Luego también tenemos el referente que es el otro, cuando la persona se siente fea, vieja, tonta insegura sin valor, muy probablemente se está comparando con otro, o existe un otro de referencia, un modelo a seguir.

Por lo general la persona espera alcanzar el ideal impuesto, si se menciona un ideal, se habla de un otro que sirve como modelo, si se alcanza este ideal, esto le dará a la persona

una sensación de seguridad, y más aún si ha encontrado en el caminar la aceptación de las otras personas.

Las personas más cercanas a cada ser humano son los padres, familiares, profesores y amigos por lo que son aquellos que influyen la autoestima de un individuo. Si los sentimientos y las expectativas hacia el niño son positivos, la percepción positiva de sí mismo aumentará; si son negativas disminuirá, por cuanto la necesidad de aceptación de los otros es una constante en la vida; cuando somos pequeños buscamos la aprobación de nuestros padres, luego esta necesidad de aprobación se traslada a cada relación que establecemos; amigos, compañeros, pareja y esta necesidad es la que provoca que hagamos muchas cosas inconscientes por buscar dicha aceptación, cuando sucede lo contrario aparece de inmediato el sentimiento de rechazo que es lo contrario de la aceptación, pero es un rechazo hacia nosotros mismos, es una lucha contra una corriente imaginaria que nunca podremos dominar.

Buscar la propia aceptación se reduce entonces a la aceptación de los demás, su aprobación y su amor, si revisamos nuestro discurso y el discurso de los demás nos daremos cuenta que son juicios que bloquean la comunicación y es posible que en realidad estén encubriendo una necesidad propia, así mismo como una persona experimenta los juicios de los otros, hay situaciones en las que esta misma persona ha dicho o utilizado juicios, por lo que se entiende que no hay aceptación al otro, nuevamente por una falta de aceptación propia.

Aceptarse a sí mismo sería el proceso por el cual, uno llega a entender situaciones psíquicas que se dieron en nuestro inconsciente desde nuestra infancia, y aprende a separar el deseo de los demás sobre nuestros propios deseos y convicciones, es el rompimiento de aquellos prototipos con los que nacemos y crecemos y se van interiorizando en nosotros como reales.

> "Amar al otro significa querer al otro como sujeto, es querer su promoción, es descubrir un yo que ama y desea la existencia de un tú."[43]

[43] Mario Sánchez Bustos. El amor y la afectividad en el ser humano, www.htp// La afectividad en ser humano.

3.4. LA CONSTRUCCION DE LA IDENTIDAD FEMENINA A PARTIR DEL OTRO.

> **"**Mujer no significa una totalidad de la persona, sino una "conjugación constante" que implica una cualidad de negación inseparable de esta "significancia". La noción de feminidad representa un fenómeno heurístico". Los hombres piensan en la mujer y encuentran sencillo quitarle un pene. Después esta perspectiva sugiere posibilidades inquietantes: contrarios, se defienden a disgusto con una construcción teórica reivindicación, castración, falta. Como si el ser mujer fuera un defecto, una enfermedad, una tendencia a no – ser."[44]

Al tratar de entender la construcción de la identidad femenina hay que distanciar este concepto de lo que es una idea biológica, que pudiera relacionar la feminidad con factores tan solo genéticamente determinados, la feminidad de la mujer comienza desde el momento en que nace mujer así es, desde ese momento se evidencia la diferencia del hombre, aunque la feminidad realmente puede considerarse una modalidad en el psiquismo de la mujer, el aparato psíquico se fundamenta en los códigos e identificaciones de un conjunto de emociones y afectos.

> "A partir del momento mismo del parto, el recién nacido es inscrito como niño o niña: la rotulación que médicos y familiares realizan del recién nacido se convierte en el primer criterio de identificación de un sujeto y determinará el núcleo de identidad de género. A partir de ese momento, los padres y la familia entera se comportará con respecto a este dato, emitiendo un discurso cultural que reflejará los estereotipos de la masculinidad y la feminidad según el caso para la crianza de ese recién nacido. La mirada y la convicción de los padres acerca del sexo de su hijo o hija son absolutamente determinantes para el desarrollo de su identidad"[45]

La autora Juliet Mitchel, en sus libro "Mujeres por mujeres", propone que la feminidad engloba un sin número de condiciones: el ser hembra, el ser madre, el poder de reproducir, el orgasmo vaginal, la modalidad de ser mujer, lo que la diferencia del hombre, y su forma

[44] Anzieu Annie. La mujer sin cualidad. Biblioteca Nueva, Madrid 1993, pág. 21.
[45] Pauluzzi Liliana Educación Sexual y Prevención de la Violencia. Argentina, Hipólita Ediciones 2006 pag.69

de relacionarse con este entorno, los papeles que se le asignan a la mujer a lo largo de la vida son parte de la construcción de la feminidad, pero de ninguna manera la maternidad o la reproducción es lo que hace o construye en una mujer su feminidad.

La construcción de la feminidad en la niña comienza desde el nacimiento en este mismo momento empiezan a diferenciarse de los hombres. Probablemente la diferencia fisiológica señala ya los roles de la niña, así como la parte afectiva cumplirá también un papel en el que el padre podría sentirse insatisfecho, ya que no estaría totalmente orgulloso de que haya nacido hembra según una sociedad completamente machista, la sociedad patriarcal, genera una relación en desigualdad respecto al hombre, el mismo que en esta misma sociedad, domina y somete, esta subordinación de parte del sexo femenino, se puede hacer más fuerte en una mujer gracias a la construcción de imágenes y símbolos, en lugares que definen los roles que habrán de ocupar hombres y mujeres.

Según Anzieu Annie en su obra La mujer sin cualidad (1993), sostiene que en la infancia la niña vive la separación e independencia sin mayor diferencia que la de un niño, sin embargo el trato que recibirá será mucho más sutil, que del que se le da al varón. Más tarde en la edad escolar las diferencias entre niño y niña comienzan a ser más evidentes no solo en el trato o en la diversidad de juegos, también comienza haber diferencias en el tipo de elecciones que hace cada niño como la sumisión con que la niña se desenvuelve y la agresión del niño. Desde esta etapa la niña sentirá la presión del deseo del otro.

> "La feminidad de la mujer solo puede ser representada como lo opuesto o distinto al hombre. La feminidad no puede ser más que inducida por la presencia externa o la ausencia en mí del otro". [46] (1976).

En nuestra cultura los hombres y las mujeres han sido concebidos con características distintas, opuestas, lo que ha generado creencias sobre lo que es femenino y masculino estas creencias delegan a la mujer cualidades como la pasividad, paciencia, abnegación, ternura, sensibilidad, emotividad, mientras que en el caso del varón el modelo tradicional hace de la figura masculina alguien más racional, controlado, independiente, egocéntrico, agresivo, dominador y con capacidad de autoridad y poder.

[46] Aronson Jason, Object Relations. Theory and Clinical Psychoanalysis. New York, 1977 pág. 52

Para Aronson entonces, existen roles de género definidos, el rol masculino con características como, la eficacia, la inhibición de sentimientos, versus el rol femenino, que busca la realización emocional, estabilidad, la evaluación de los demás a partir de sus cualidades personales y la aceptación del otro como un fin en sí mismo y no como un medio.

> "El esquema ideo afectivo más primitivo, consciente o inconsciente de la pertenecía a un sexo y no a otro, es lo que se llama "núcleo de la identidad de género" "soy una mujer" o soy "un varón" es el núcleo de consciencia, la auto percepción, núcleo esencialmente inalterable que debe distinguirse del soy "viril" o soy "femenina". Esta última creencia corresponde a un desarrollo más complicado y más sutil, que va a consolidarse cuando el niño o la niña comprenda acabadamente de qué manera sus padres quieren verlo comportarse y expresar su masculinidad o feminidad para corresponder con la idea que los padres tienen de lo que es un niño o una niña. O sea que esto está en relación con el conjunto de expectativas acerca de los comportamientos sociales apropiados para las personas que poseen un sexo determinado"[47]

La identidad marca una frontera, y puede constituir una sensación de pertenencia a un género, las mujeres actúan el papel que les ha sido asignado, tanto en lo cultural como en lo humano, pese a lo cual cargan sobre sus hombros la tarea de preservar su cultura y la identidad de género, vendría a ser una percepción que se elabora en el nivel de las imágenes socialmente compartidas, organizadas por códigos que la colectividad reproduce, sanciona y acepta estas imágenes.

La feminidad de la mujer estuvo presente desde el nacimiento de la misma, y comenzará a construirse a partir de sus propias modificaciones, tiene patrones que le han sido impuestos y finalmente siempre se entenderá desde la lectura que le dé otro. Además es importante tomar en cuenta el entorno afectuoso y de comprensión en el que se desenvuelve la niña que es lo que permitirá la expansión de sus sentimientos con confianza y espontaneidad, ayudando al desarrollo de la feminidad.

[47] Pauluzzi Liliana. Educación Sexual y Prevención de la Violencia. Argentina, Hipólita Ediciones 2006 pag,70

Desde que la niña es pequeña en un momento se dará cuenta de que es mujer y siempre será así, esta identidad femenina es un aspecto importante de su identidad personal, podríamos decir que una niña que tiene una idea positiva de sí misma llega a considerar buena la feminidad, lo que ocurrirá es que la niña aceptará los estereotipos culturales de manera atractiva para ella, la niña finalmente siempre estuvo identificada con su feminidad pero fue necesario el entorno adecuado para que se desarrolle.

Si la feminidad de la madre es el primer punto de referencia para la feminidad de la niña, los aromas, ojos, piel, son imágenes que la niña tiene de la madre y que ha codificado; luego más tarde, estos puntos de referencia se seguirá escribiendo en la feminidad de la mujer como en un papel en blanco en cual se escribirán no solo aquellas conductas aprendidas negativas, también aquellas buenas conductas que agradaran en su redacción a las personas cercanas a ellas y que representan figuras fuertes en la vida de la mujer.

4. DISEÑO DE UN MODELO DE PROMOCIÓN DE LA AUTOESTIMA

4.1. ESTRUCTURACIÓN DEL MODELO DE PROMOCIÓN DE LA AUTOESTIMA.

TITULO DEL PROYECTO

"Diseño de un modelo de la promoción de la autoestima, en mujeres que sufren dependencia afectiva"

ESTRUCTURA DEL PROYECTO:

1. El informe preliminar del proyecto.-

La dependencia afectiva en la mujer comprende sentimientos que provocan en ella una gran sensación de fragilidad y desprotección, por lo que estos sentimientos podrán provenir de una carencia de identidad y autonomía y pueden llegar a sentirse indefensas, esta sensación que se posesiona en algunas mujeres será el resultante de diversas situaciones vividas desde la infancia, y que se formaron como parte de la personalidad de cada una. El área que estarían afectada en una mujer con dependencia afectiva es la autoestima, por lo que una forma de de prevención sobre dicha patología será dar énfasis al trabajo para fomentar el autoestima.

La dependencia afectiva es un problema que podría catalogarse como un problema social, más aun cuando aparece en escena el grupo de maltratadores y la mujer comienza a ser víctima de violencia doméstica. Por esta razón, toma importancia la creación de este proyecto, además de otros espacios terapéuticos, foros, talleres, sustento teórico, que aporten a la sociedad mediante, la educación, la prevención, y el tratamiento sobre conductas violentas.

2. Presentación.-

Este proyecto, está destinado al trabajo, con mujeres que sufren algún tipo de maltrato, mejorando su auto concepción, enmendando errores que pudieron darse en relación con sus

primeros vínculos, edificando su estructura emocional para responder a la crítica, y educar a los más pequeños de modo que cuenten con una autoestima positiva.

La autoestima positiva constituye una condición básica para la estabilidad emocional, el equilibrio personal y en última instancia, la salud mental del ser humano.

3. Fundamentación.-

He trabajado en el dispensario Médico Divino Niño Jesús por cinco años, como Psicóloga Clínica, en este tiempo he advertido la necesidad de las mujeres que son pacientes de este dispensario médico; en todas las áreas, de recibir ayuda en un problema muy común dentro de esta población como es la baja autoestima, que es una de las principales causas para el sometimiento de dichas mujeres a situaciones de violencia, por ello la propuesta de realizar un aporte profesional a la comunidad con la que trabajo, no solo aportando desde la teoría, además diseñando dicho modelo de promoción de autoestima que ayude a resolver el problema planteado en esta disertación.

4. Localización.-

El proyecto se realizará en las instalaciones del Dispensario del Divino niño Jesús ubicado en la ciudad de Quito, sector Cotocollao en las calles Machala 5471 y Vicente López.

5. Población.-

El proyecto estará dirigido a mujeres pacientes del Dispensario Médico del Divino niño Jesús, entre 25 y 35 años de edad.

6. Objetivos.-

General.-

- Fomentar una buena autoestima en mujeres que sufren dependencia afectiva, y prevenir toda forma de maltrato.

Específicos.-

- Trabajar los afectos de las mujeres que sufren dependencia afectiva.
- Afianzar la necesidad de cambio.
- Asumir su responsabilidad.
- Deshabituación de viejas costumbres respecto a sus relaciones afectivas.
- Recuperación de la propia identidad
- Estabilidad anímica.
- Construir la autonomía en cada mujer dentro del proyecto.

Estrategias.-

Para lograr los objetivos del proyecto es necesario.:

- Involucrar en el proyecto, a todas las personas que de alguna manera serán parte del mismo, como son: los médicos que trabajan en el dispensario, participantes del proyecto y a la comunidad en un proceso de reflexión.

- Preparar material adecuado, como es la revisión de videos, literatura, dinámicas de grupo, etc.

- Lograr establecer un vínculo con las presuntas participantes del proyecto, para generar expectativas con respecto al proyecto.

- Diseñar actividades didácticas que permitan conducir los procesos emotivos a trabajarse dentro del proyecto

7. Metodología y actividades.

a) Metodología.-

- La metodología a utilizarse en este proyecto consistirá en:

- El trabajo terapéutico con dos grupos conformados por cinco integrantes por grupo.
- La lectura de los afectos por parte de la Terapeuta, motivando la comprensión del problema por parte de los miembros del grupo.
- Exposición verbal de las emociones de los miembros del grupo que quieran participar de forma voluntaria.
- Aportaciones, por medio de conclusiones de cada miembro del grupo.
- Conclusiones del terapeuta, devolución de la información obtenida en el proceso, sostén efectivo de las emociones de las participantes, cerrando el proceso.
- Análisis de la historia individual de cada participante.
- Realización de talleres dentro de los cuales se realizará cuestionarios a cerca de las emociones que emergieron durante el proceso de reconocimiento de emociones por parte de los miembros del grupo, de forma anónima.

b) Actividades.-

1.- Trípticos informativos:

Conjuntamente, Psicólogo y Secretaria del Dispensario Médico, impartirán volantes con información acerca del proyecto, en el mismo debe haber la siguiente información:

- ✓ Tema del proyecto.
- ✓ La finalidad del mismo.
- ✓ ¿Quiénes pueden acceder al mismo?
- ✓ ¿Cómo se puede acceder al mismo?
- ✓ Lugar en el que se desarrollara las sesiones grupales.
- ✓ El número de sesiones, y el tiempo de duración.
- ✓ Fechas y horarios en las cuales se realizara el mismo.
- ✓ Persona que dirige el proyecto.
- ✓ Costo del mismo.

2.- Carteles informativos:

La misma información se encontrara impresa y publicada en carteles que se encontrarán, ubicados en el Dispensario Médico.

3.- Ficha Psicológica:

Una vez que se ha informado acerca del proyecto, y se promueva el mismo por medio de información básica del problema se comenzará el proceso de inscripciones, ya que el número de integrantes en los dos grupos existentes será limitado, las fichas constarán de información básica y personal del paciente, la ficha será abierta solo por el Psicólogo.

4.- Terapia grupal:

El soporte teórico de esta terapia será el psicoanálisis.
Los factores contemplados serán los siguientes:

- Autocrítica, cada paciente debía tratar de ser lo más crítico posible consigo mismo y profundizar en sus pensamientos inconscientes, una vez conocidos los mecanismos que regulan los mismos.
- Transferencia grupal, se consideraba que en el grupo las transferencias se producen diferentes a la psicoterapia individual, ya que los pacientes no sólo se relacionaban con el terapeuta, sino también entre ellos.
- Interacción de grupo que incluye: identificación y el desarrollo de experiencias comunes.
- Impartición de conferencias en el grupo.
- Discusiones en el grupo a partir del material aportado por el estudio individual de cada paciente, el cual se presentaba a la consideración del grupo con algunas ligeras modificaciones.

Las sesiones en grupo se realizarán en etapas, con un tiempo aproximado de dos horas por sesión, con un espacio de 8 días entre sesión y sesión; el grupo se manejará como grupo cerrado.

En la primera parte de la Psicoterapia, se formarán 2 grupos de hasta 14 persona, los grupos serán agrupados por el tipo de conflicto que presente la paciente al momento de iniciar la terapia.

Primera etapa: Inicio del grupo, el facilitador comunica a los miembros que ellos deben dirigir el grupo y comienza la introducción de la terapia, la terapeuta se presenta y da la bienvenida, dentro de la presentación se hace ciertos señalamientos terapéuticos necesarios para las participantes, como la confidencialidad, y el sentimiento en común que une al grupo, haciendo un relato corto y claro del problema planteado y los objetivos, estos se enfocan desde lo teórico y desde lo humano. Antes de continuar se averigua al grupo si hay alguna pregunta. En esta etapa predominan los silencios, la tensión y la confusión, cada cual se comunica sin tener en cuenta el otro.

Ahora se pide a cada integrante que se presente y comente cuales fueron las motivaciones que le llevaron a la elección de este programa, la paciente puede hacer una auto biografía, con la información que ella desee revelar.

Durante la presentación de los participantes el Terapeuta identificará el sentimiento que se repite en los participantes, percibirá los mecanismos de defensa, haciendo un diagnóstico del grupo.

A continuación pedimos a los mismos miembros del grupo que aconsejen a sus compañeros, respecto a lo que escucharon de los demás. Pueden hacerlo eligiendo específicamente al participante al que quieren dirigirse.

La terapeuta termina esta primera sesión, identificándose con los sentimientos del grupo, haciendo el cierre de la sesión, y la despedida

Segunda etapa: se caracteriza por la resistencia de los participantes a la expresión y la exploración personal. Los sujetos comienzan manifestando en su sí mismo-público y progresivamente y con temor el sí - mismo privado, por lo que comenzamos sondeando cómo les fue a todos durante la semana, se motiva a que comenten si identificaron en la primera reunión algún movimiento en sus afectos.

Al finalizar la dinámica, el grupo toma sus lugares, la terapeuta analiza más a fondo el problema de la dependencia afectiva, la baja autoestima y la violencia dentro del núcleo familiar por medio de conferencias.

De inmediato se entrega cuestionarios a las participantes, en el mismo se explora emociones sumamente dolorosas, por lo que se pide que sea anónimo, se motiva a escribir una experiencia respecto a las emociones en trabajo, que ellas sientan que hayan marcado la vida de cada una de ellas.

Se lee las preguntas del cuestionarios a todo el grupo y en voz alta, y luego se motiva a que alguna o todas las participantes cuenten la experiencia de forma verbal, si esto no ocurre la terapeuta puede comentar casos que conozca.

Se realiza el cierre de la sesión sosteniendo las emociones que han aparecido en la sesión, y se sostiene las emociones de manera individual si es necesario.

Tercera etapa: se describen los sentimientos pasados y presentes como si estuvieran en el pasado para disminuir su importancia.

En esta sesión es importante comenzar a derribar los mecanismos de defensa que ha levantado el grupo dándole un sentido y una explicación a lo que pasa y a lo que están sintiendo, (a los mecanismos que se hayan formado).

Al terminar esta actividad, es importante incluir una dinámica que las ayude a relajarse y bajar sus niveles de ansiedad.

Cuarta etapa: se expresan los sentimientos negativos hacia el facilitador o hacia otros miembros del grupo.

Quinta etapa: en esta etapa comienza la exploración y la expresión del material personalmente significativo.

Se presentara al grupo un video, en donde se pueda identificar la dependencia afectiva con situaciones de violencia y falta de autovaloración de parte de la protagonista, por ello se ha elegido la película cicatrices, la proyección del video es de aproximadamente una hora, luego de lo cual se procederá a que cada participante llene un cuestionario, que tendrá preguntas acerca del video que acabarán de ver y de los sentimientos que esto provocó en ellas, lo harán de forma escrita y anónima, luego de esto la terapeuta comentará alguna de las respuestas guiando el tema con coherencia para poder sostener las incoherencias y contradicciones que puedan surgir.

En este momento se trata de exponer a las participantes, las ventajas y ganancias que se obtendrían de un cambio de estilo de vida, de la autonomía y una vida libre de violencia. Así como la necesidad de hacer una terapia de forma individual.

Sexta etapa: En este momento evolutivo del grupo comienzan a expresarse sentimientos interpersonales inmediatos dentro del grupo.

Séptima etapa: el grupo muestra su capacidad de aliviar el dolor ajeno.

Aquí se pide a los participantes que se consuelen entre ellos y logren identificar los sentimientos de sus compañeros.

Octava etapa: cada individuo se va aceptando más a sí mismo, se encuentra contento tal y como es, con sus virtudes y defectos, acepta toda su experiencia como suya y sus actuaciones. Es el momento en que se comienza a cambiar.

Novena etapa: van desapareciendo las fachadas, aquellos sujetos que son los primeros en quitarse “las máscaras” en el grupo sirven de ejemplo y estimulo a los demás.

Décima etapa: se perfilan las relaciones intergrupales. Se han roto las fachadas y los sujetos se enfrentan con entera libertad.

Décimo primera etapa: la retroalimentación a veces es muy fuerte y provoca algunos enfrentamientos entre los miembros del grupo pero que es aceptada por los mismos.

Décimo segunda etapa: se observa la ayuda mutua que se brindan los miembros del grupo, cada uno es un co-terapeuta.

Décimo tercera etapa: los miembros del grupo desarrollan entre sí relaciones auténticas.

Décimo cuarta etapa: los miembros del grupo se sientes como una familia unida, donde expresan todos los sentimientos y problemas. Se observa la expresión de sentimiento positivo y el acercamiento mutuo entre los participantes.

Décimo quinta etapa: resulta evidente los cambios de conducta que se operaran en el grupo hasta este momento. En esta última etapa se invitara a una o dos mujeres, que hayan sufrido de dependencia afectiva y luego de un tratamiento terapéutico hayan superado dicho problema, compartirán con el grupo sus vivencias, y las participantes podrán hacerles preguntas.

La décimo quinta sesión es también el cierre de la terapia grupal, en este día, se hará una recopilación de conclusiones y objetivos de parte de los participantes, así como de parte del terapeuta debe hacer una conclusión motivadora respecto al grupo. También se recopilan de forma verbal las emociones, y experiencias positivas compartidas con los pacientes.

En este momento se deja abierta la posibilidad que tiene cada integrante de acceder a una Psicoterapia individual, de hecho uno de los logros que debe alcanzarse en este proceso, es que las pacientes se integren en este nuevo proceso individual.

Psicoterapia Individual

La terapia individual que se propone dentro del modelo de promoción de la autoestima es:

- Evaluación adecuada del problema.

Al iniciar el tratamiento de deberá inducir a la paciente a realizar una historia clínica en la cual se debe incluir datos desde que era niña, continuando con su desarrollo y vínculos con

sus seres más cercanos, luego debe hacerse un recorrido por su adolescencia, y la edad adulta, en donde debe ponerse mayor énfasis en sus primeras relaciones amorosas, o de otro tipo, toda esta historia debe estar comentada por la paciente como por la terapeuta, esto ayudará que durante la revisión de este recorrido biográfico la paciente pueda ir identificando situaciones que podrían haber contribuido a su dependencia emocional.

- Segundo paso: que el sujeto vaya racionalizando su problema de dependencia y poco a poco lo concientice.

En el momento en que una mujer con baja autoestima, desvalorizada empieza con la terapia hay que considerar que no hay paciente, me refiero a que su "yo" está debilitado, no hay amor propio, ni buena autoestima, por lo que no se ve presencia de un ego fuerte, es por ello que al empezar la terapia; el terapeuta podría encontrarse con distintos mecanismos de defensa, que comienzan a activarse para salvaguardar los contenidos inconscientes que están reprimidos; los mismos que cuando son identificados y explicados, tienden a asumirse por parte de la paciente y por tanto van superándose, ya de una manera consciente.

- Hacerle ver al paciente la necesidad que tiene de tomar distancias, alejamiento emocional del problema; en este momento de la terapia, el terapeuta debe ser un sostén que refuerza su independencia, entendiendo sus dificultades de relacionarse y siendo un referente en "que" poder cambiar.

Hay que considerar que las mujeres con baja autoestima no solo se relacionan con parejas con las cuales crean dependencia sino que además crean un círculo vicioso de violencia, en todas sus formas y expresiones, como son la agresividad verbal, física, doméstica, sexual, psicológica, etc.

Es importante el análisis de la historia respecto a las relaciones amorosa de la paciente, es necesario detallar su relación amorosa actual o reciente, tratando de entender la dinámica de la pareja, luego de entender esta dinámica, se debe hacer una lectura del tipo de relación que mantiene con otras personas importantes de su entorno familiar.

En este momento la paciente podría estar pasando por un proceso de soledad el mismo que ayudará a la paciente a entender sus propias emociones y comenzar a tener control sobre ellas, la idea no es que la paciente se quede sola más bien que sus próximas relaciones sean estables agradables y seguras.

El terapeuta debe reestructurar al dependiente emocional, o lo que es lo mismo modificar la forma de interacción de la dependiente con las demás personas, deberá existir un cambio de actitud, no solo en lo que tiene que ver con sus sentimientos actuales sino que además será importante que comience a concebir otra forma de relacionarse con sus futuras parejas o relaciones, nuevamente fortaleciendo su ego, y mostrándole a la paciente los beneficios y recompensa de mantener una relación libre.

- Fomentar y reforzar la propia autonomía, la paciente debe protagonizar un cambio de gestión. Una reconstrucción de su propia autonomía.

La paciente debe tener pautas apropiadas para iniciar una nueva relación, arrancando en este punto, la necesidad de intervenir en la focalización de fuentes internas de su autoestima, comenzando por una análisis profundo de sus estados de ánimo, ya sean positivos o negativos, debe cambiar sus hábitos de comportamiento respecto a ella misma, los mismos que ha venido llevando durante toda su vida.

A lo largo de su relación de pareja, la paciente ha venido asumiendo que ella no vale nada, que no es capaz de ser buena en nada, que todo proyecto que emprenda seguramente será un fracaso, son estos supuestos defectos que ella se ha atribuido son la justificación para tan poco amor a sí misma, por ello en esta propuesta se mejora el autoestima a través del aumento del amor propio de la paciente, la erradicación de la autocrítica, enfrentamiento de sentimiento negativos, defendiendo sus propios intereses, y sus valores, la paciente debe estar segura y comprender sus pensamientos, creencias, y opiniones, podemos trabajar sobre el cambio de conducta, introducir poco a poco sentimientos positivos hacia ella misma, el terapeuta debe mantenerse pendiente en cuanto a cualquier comportamiento desadaptado de la paciente o malos hábitos, esto para tratar de modificarlos.

Desde luego existen caso en que es necesaria la interconsulta sobre todo cuando en la paciente se identifica es un exceso de ansiedad o depresión, el mismo que puede desencadenar insomnio, taquicardias, falta de apetito, entre otros síntomas o en ciertos casos, en los que existen enfermedades orgánicas, de influencia como en el caso del hipotiroidismo o la anorexia nerviosa, por lo mismo que en muchos de los casos se deberá pensar en una intervención de tipo psicofarmacológico, el mismo que deberá realizarse de forma multidisciplinaria con el respectivo profesional.

Específicamente con el área de psiquiatría, y si fuera necesario se aportaría un tratamiento farmacológico con antidepresivos, ansiolíticos que ayudarían a la paciente paliar la intensidad de los síntomas. La intervención biológica es solo un paliativo de los síntomas resultantes de la ansiedad y la depresión, los fármacos lo que harán será ayudar a regular el sistema nervioso, que es el encargado de la regulación de los estados de ánimo.

8.- Cronograma:



9.- Recursos humanos:

Se contara con el apoyo de la secretaria del Dispensario Médico, la Psicóloga, y como apoyo de la prevención, se involucra al grupo de trabajo a la Psicóloga, el Ginecólogo, y el Psiquiatra.

10.- Recursos materiales:

Cuestionarios, lápices, película, televisión, proyector.

11.- Presupuesto y obtención de recursos:

El presupuesto será financiado en su totalidad por la Comunidad de Hermanas Franciscanas del dispensario Médico Divino Niño Jesús.

12.- Informe final.

Se deberá presentar un informe final, a modo de evaluación de resultados. Al final de este trabajo debe haberse cumplido con lo propuesto; han quedado expuestos los principales conceptos y teorías en cuanto a lo que fue el tema de investigación.

CONCLUSIONES

1.- La falta de una buena autoestima en una mujer es una de las causas predominantes para el sometimiento y permanencia dentro de una relación de dependencia afectiva.

2.- No existen relaciones de dependencia que puedan asumirse como sanas, una relación buena siempre incluye en ella respeto y autonomía.

3.- Las relaciones de dependencia están íntimamente ligadas a la relación que tuvo la persona con sus primeras figuras de apego, si estas fueron buenas y proveedoras de seguridad en los primeros años, sus elecciones futuras traerán al adulto confianza y satisfacción.

4.- La mujer cumple un rol que le ha sido asignado desde siempre en el seno de la sociedad, el mismo que ha tomado como referencia al varón.

6.- La baja autoestima no le permite a una mujer recuperar su autonomía, y poner fin a relaciones de subordinación y violencia.

7.- Las mujeres con dependencia afectiva, están expuestas a situaciones de violencia debido a la alta tolerancia que tienen a situaciones de humillación, dolor y agresión.

8.- El machismo constituye un problema social que afecta principalmente al sexo femenino, el mismo que trae consecuencias nefastas para la sociedad.

9.- La dependencia emocional, es un problema que se puede superar cuando se fomenta la autoestima a través de una psicoterapia.

RECOMENDACIONES

1.-Fomentar la autoestima en mujeres que sufran de dependencia afectiva a través de la concientización de que se trata de un problema que conlleva sufrimiento y que ha llegado a acabar con la vida de miles de mujeres.

2.- Realizar campañas de prevención utilizando el modelo propuesto en la investigación para ser aplicado en escuelas y colegios, incluyendo el tema de prevención incluso en escuela para padres.

3.- Realizar campañas que concienticen a la comunidad acerca del problema social que conlleva el machismo.

4.-Circular información, que no solo capacite a la comunidad acerca del problema, sino que ofrezca lugares en donde puedan encontrar apoyo para superar la crisis.

5.- Se propone un trabajo conjunto entre psicólogos, psiquiatras, maestros, e incluso instituciones como la Dinapen para tomar acciones inmediatas sobre los agresores, y así mismo la debida protección a las víctimas.

BIBLIOGRAFÍA.

ANZIEU Annie. La mujer sin cualidad. Editorial Nueva Madrid, 1993.

ARIAS Londoño Melba. Cinco formas de violencia en contra de la mujer. Editorial Colombia Nueva Ltda. Colombia 1990.

AROSONSON Jasson. Object Relations Theory and Clinical Psychoanalysis. Nueva York, 1977.

BOWLBY John. El vínculo Afectivo. Editorial Paidos Buenos Aires, 1976.

BRANDEN Nathaniel. Los seis pilares de la autoestima. Ediciones Paidos 1994

BRANDEN Nathaniel. La Psicología de la autoestima. Ediciones Paidos Ibérica S.A. Buenos
Aires 2001.

CASTELO Blasco Jorge. Dependencia Emocional. Alianza Editorial. Madrid 2005.

CASTILLO Ruiz Piedad. El maltrato a la mujer. Editorial Síntesis S.A, 2006

CANTON Duarte José. Cortés Arboleda Ma. Rosario. El apego del niño a sus cuidadores. Alianza Editorial, Madrid 2000.

DOTTIN Mireille. La mujer Fatal (Según Ellos). Ediciones la Flor buenos Aires, 1996.

GARCIA Ana. Desarrollo del género en la feminidad y la masculinidad. Narcea, S.A. de Ediciones. Madrid 2003.

HYDE Janet Sh. La Psicología de la Mujer. La otra parte de la experiencia humana. Ediciones Morata, 1995.

LEIBL Marianna. Psicología de la Mujer. Editorial psique. Buenos Aires, 1955.

MORETA María Eugenia. El Apego. Cuatro Vientos Editorial Santiago de Chile, 2003.

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

DECLARACIÓN y AUTORIZACIÓN

Yo, **KARLA ELIZABETH NOGALES VARGAS**, CI: 1713734562, autora del trabajo de graduación intitulado: **"La Dependencia afectiva y su influencia en la construcción del Autoestima en pacientes mujeres del dispensario Médico del Divino Niño Jesús"**, previa a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGA CLINICA,** en la Facultad de **Psicología**

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, mayo del 2011

Karla Nogales N

Karla Elizabeth Nogales Vargas

CI. 1713734562