

REPOSITORIO ACADÉMICO DIGITAL INSTITUCIONAL

El ideal del yo y el miedo a la desilusión en la elección de pareja en mujeres universitarias

Autor: Diana Thalía Montelongo Ruiz

**Tesis presentada para obtener el título de:
Diana Thalía Montelongo Ruiz**

**Nombre del asesor:
Evelyn Caballero Durán**

Este documento está disponible para su consulta en el Repositorio Académico Digital Institucional de la Universidad Vasco de Quiroga, cuyo objetivo es integrar, organizar, almacenar, preservar y difundir en formato digital la producción intelectual resultante de la actividad académica, científica e investigadora de los diferentes campus de la universidad, para beneficio de la comunidad universitaria.

Esta iniciativa está a cargo del Centro de Información y Documentación "Dr. Silvio Zavala" que lleva adelante las tareas de gestión y coordinación para la concreción de los objetivos planteados.

Esta Tesis se publica bajo licencia Creative Commons de tipo "Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada", se permite su consulta siempre y cuando se mantenga el reconocimiento de sus autores, no se haga uso comercial de las obras derivadas.





FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**“EL IDEAL DEL YO Y EL MIEDO A LA DESILUSIÓN EN LA ELECCIÓN DE
PAREJA EN MUJERES UNIVERSITARIAS”**

T E S I S

**PARA OBTENER EL GRADO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**P R E S E N T A
DIANA THALÍA MONTELONGO RUIZ**

**ASESORA:
MTRA. EVELYN CABALLERO DURÁN.**

MORELIA, MICHOACÁN, MAYO, 2012

Agradecimientos

A mi Mamá

Por haberme hecho la persona que soy hoy, por dármelo todo, por enseñarme a soñar y a luchar, por enseñarme a ser diferente, por enseñarme el valor de la responsabilidad y la justicia, por haberme inculcado el amor al estudio, el compromiso y a superarme, por ser mi modelo, mi ejemplo. Por levantarme cada vez que me he caído, por creer en mí aun a pesar de mí misma. Por darme la vida, por las risas y alegrías, por enseñarme a ser mejor. Por ser mi ángel personal. ¡¡Gracias mamá!! Por todo eso y más. Porque sin ti no hubiera llegado tan lejos. ¡¡¡¡¡LO LOGRAMOS!!!!!!.

A mis tíos:

Angelita

Por ser mi otra mamá, por siempre creer en mí y apoyarme, por brindarme cariño y siempre estar para mí ofreciéndome una sonrisa.

Mariano

Por enseñarme a contar estrellas, a creer en los sueños y por ser la imagen de un papá para mí.

Ramón

Para mí siempre serás mi tío Juan, Gracias, por curar mis malestares físicos. Y también los emocionales Por creer en mí, quererme mucho Y siempre tratarme con cariño.

Lety

Por el cariño y por impulsarme a que sea fiel a mí misma, y a que jamás, jamás, jamás me traicione por complacer a los demás.

A mi angelito que me cuida desde el cielo, ¡¡Mi abuel!! Gracias por todo, tú también ayudaste a construir la persona que soy hoy, gracias por el cariño, y por todo lo

que me enseñaste, se que desde donde estás siempre estás pendiente de mi cuidándome, iluminando y bendiciendo mis logros, te llevo siempre en mi corazón.

A ti pepe

Porque eres mi logro personal, porque has sido testigo de mis avances, por el apoyo, la comprensión, la paciencia, el cariño, las risas, los hermosos detalles, por enseñarme esa parte de la vida que no conocía, pero sobre todo por los aprendizajes, porque hemos crecido juntos.

A mis amigos

Porque han hecho de muchas experiencias, ¡¡algo mágico!!, gracias por siempre estar ahí cuando los he necesitado y por no estar cuando me ha tocado luchar sola. Por los buenos momentos, por las risas, por crecer a mi lado.

A mis maestros

Que me enseñaron a amar esta maravillosa profesión, que me aportaron todos los conocimientos que ahora tengo, que me enseñaron con su ejemplo, que me llevaron a cuestionarme cosas, que me impulsaron a crecer, que han sido la imagen de mi meta, les estaré eternamente agradecida, por TODO, hasta por los regaños y los malos ratos, porque gracias a ustedes hoy puedo estar del otro lado, Gracias a todos por creer en mi, por impulsarme a ser mejor, por exigir lo mejor de mi y por darme las herramientas y elementos para enfrentar al mundo. Gracias de todo corazón, aprendí de los mejores y estoy orgullosa de ello, porque mi logro es también el suyo... ¡¡¡Gracias!!!.

ÍNDICE

Introducción.....	1
Justificación	4
Capitulo 1. Marco teórico	6
1.- Aparato Psíquico.....	6
1.1 Ello	8
1.2 Yo.....	8
1.2.1 Las Funciones del Yo	9
2.- Súper Yo	13
2.1 Las Funciones del Súper Yo	14
3.- YO IDEAL VS YO REAL	17
3.1 El yo real contra la imagen idealizada del yo	20
3.2 Consecuencias dañinas de la identificación con el yo idealizado.....	24
4.- Pareja.....	32
4.1 Proyección e introyección en las relaciones interpersonales de pareja.....	34
4.2 Los guardianes en las relaciones interpersonales en la pareja.....	35
5.- El Narcisismo	61
5.1 La dinámica de la patología narcisista.....	63
5.1.1 La idealización y el amor sexual maduro (El amor sexual maduro).....	63
5.1.2 El narcisismo desde la perspectiva de la psicología del yo	64
6.- Adulto Temprano.....	70
Referencias Bibliográficas	77
Capitulo 2. Metodología.....	81
2.1 Enfoque.....	81

2.2 Tipo de Alcance.....	81
2.3 Objetivo General y Objetivos particulares	82
2.4 Planteamiento del Problema	82
2.5 Supuestos	83
2.6 Ejes Temáticos.....	83
2.7 Población.....	83
2.8 Técnicas de recolección de datos	84
2.9 Escenario	86
2.10 Procedimiento	86
Capitulo 3. Resultados	87
3.1 Análisis descriptivos de los resultados	87
Eje 1 Elección de pareja Ideal	87
Análisis del Eje 1	91
Eje 2 Significado de la pareja a través de los padres.....	95
Análisis del Eje 2	98
Eje 3.- La pareja como tal.....	102
Análisis del Eje 3	107
3.2 Análisis General	110
Capitulo 4. Conclusiones.....	112
Capitulo 5. Discusiones	115
Anexos	124

RESUMEN

El presente proyecto de investigación, que lleva por nombre, el ideal del yo y el miedo a la desilusión en la elección de pareja en mujeres universitarias. Cuyos objetivos fueron: Identificar la forma como se elige pareja desde el ideal del yo, identificar los motivos por los cuales una mujer sabotea la relación de pareja, ubicar las características de la pareja ideal desde los padres, identificar el tipo de personalidad de las mujeres, conocer el grado de influencia del grupo social al que pertenecen, analizar el significado que tiene para sus padres el noviazgo y determinar las expectativas a futuro. El enfoque de esta investigación es cualitativo y el alcance descriptivo, las Técnicas de Recolección de datos fueron Entrevista a Profundidad, Redes Semánticas, CAQ, Figura Humana de Karen Machover y Test de la Pareja. El total de la muestra fue de 14 mujeres universitarias, solteras y con dificultades para conseguir pareja, cuyas edades oscilaban entre los 18 y los 23 años de edad.

Palabras Clave: ideal del yo, pareja, mujeres universitarias, elección de pareja.

INTRODUCCIÓN

Las mujeres jóvenes de hoy en día, se aferran a la idea de encontrar a un compañero “perfecto” que embone totalmente en sus estándares de calidad y que sea todo lo que ellas sueñan o al menos lo que les dijeron que una pareja debía ser. Esto tiene mucho que ver con el propio autoconcepto y con los introyectos que los padres depositaron en ellas de lo que era o no correcto al momento de buscar una pareja, así como también de la influencia que ejerce en ellas las ideas del grupo social al que pertenecen. Al no encontrar a este compañero ideal, la persona va tropezando de una desilusión a otra, ya que cuando el otro no reúne las expectativas esperadas la persona huye, buscando a otro posible candidato que si cuente con lo que ella espera, limitando así la oportunidad de conocer a un compañero real que le ofrezca todo lo que ella necesita en verdad, pero que en el fondo no esta dispuesta a admitir. Esta actitud, no permite el desarrollo de una relación de pareja en la persona, limitando así su propio desarrollo como ser humano.

Por lo tanto, el tema central de esta investigación lleva por nombre; “El ideal del yo y el miedo a la desilusión en la elección de pareja en mujeres universitarias”. La cual tiene como objetivo general el estudio de este fenómeno, así como también la investigación de los siguientes factores de manera particular: Identificar la forma como se elige pareja desde el ideal del yo, los motivos por los cuales una mujer sabotea su relación de pareja, ubicar las características de la pareja ideal desde los padres, identificar el tipo de personalidad de las mujeres, conocer el grado de influencia del grupo social al que pertenecen, analizar el significado que tiene para sus padres el noviazgo y determinar las expectativas a futuro.

La investigación está centrada en mujeres universitarias ya que fue el grupo donde se comenzó a observar este fenómeno con mayor frecuencia. En este se encuentran ubicados los adultos jóvenes, los cuales constantemente están en busca de personas que puedan ser sus parejas.

La mayoría de los autores que fueron consultados para la redacción de este documento tienen un enfoque principalmente psicoanalítico, por lo cual esta Tesis adopta este tinte en particular.

Dentro de esta investigación se enfocan 6 temas fundamentales para lograr entender el funcionamiento de este fenómeno desde un punto de vista teórico, estos apartados comprenden: aparato psíquico (ello, yo y súper yo, funcionamiento básico de estas tres instancias del aparato psíquico, así como las 12 funciones específicas del yo); súper yo (que es la estructura en la cual se gesta el ideal del yo, tiene que ver también con los introyectos aportados por los padres). Yo ideal vs yo real (tema principal de la investigación, sus características principales, de donde nace y como evoluciona). Pareja (concepción humana de la pareja, enamoramiento, noviazgo, expectativas de la pareja, etc.). Narcisismo (tomando en cuenta las características del comportamiento narcisista en las cuales se escuda el propio ideal del yo y se proyectan al otro al momento de intentar elegir una pareja) y adulto temprano (principales características psicológicas de las personas en esta etapa de la vida y la tarea primordial de la misma, que es encontrar una pareja).

En conjunto, todos estos temas aportan conocimiento sobre el funcionamiento de la influencia del ideal del yo y la intrusión que esta tiene en la persona durante la elección de pareja.

En cuanto a su metodología el enfoque fue cualitativo de tipo descriptivo. Y las técnicas de recolección de datos utilizadas fueron Entrevista a Profundidad, Redes semánticas, CAQ, Figura humana y Test de la Pareja.

De acuerdo a esta batería de pruebas los resultados arrojaron que existe una fuerte influencia del ideal del yo transformado en expectativas que piden las mujeres y que es muy difícil que algún hombre las alcance, a esto se suman factores como la personalidad predominantemente narcisista y el modelo de pareja que ellas han adoptado imitando al de sus propios padres. Esto permitió llegar a las siguientes conclusiones las mujeres tienen un concepto muy elevado

de lo que una pareja debe ser porque eso es lo que han visto en sus padres y aunque dicen estar interesadas en tener una relación de pareja hacen poco o nada para conseguirla. Existe un miedo a ser lastimada y experimentar sentimientos de desilusión, esto alimenta la idea de que con un hombre ideal este sentimiento no volverá a aparecer jamás.

JUSTIFICACIÓN

Se eligió investigar sobre la influencia del ideal del yo en la elección de pareja, ya que es un fenómeno que se ha tenido la oportunidad de observar muy de cerca, porque se ha presentado en personas muy próximas (Amigas y familiares). Por lo cual se ha podido ver desde que inicia, el rumbo que toma y como termina. Se ha escuchado lo que las personas a las que les pasa o ha pasado opinan al respecto, lo que les duele, lo que no les gustó y como se sienten cuando las cosas no salen como ellas esperaban.

Particularmente, ha captado interés el hecho de que estas personas tienen ciertos puntos en común, como que son mujeres, estudiantes de licenciatura, en el rango de edad entre 18 y 23 años; nacidas en Morelia y siempre han vivido en esta ciudad. Sin embargo, también tienen otros aspectos que las hacen totalmente antagónicas como: el concepto que tienen sus padres sobre pareja y amor, su nivel socioeconómico y cultural, las carreras que estudian y su situación familiar. Todos estos factores las hacen ser muy diferentes entre sí, sin embargo las conductas que se presentan durante este fenómeno de “ideal del yo y el miedo a la desilusión en la elección de pareja en mujeres universitarias” son las mismas avanzando y terminando de la misma manera.

Además de lo que se ha podido observar por parte del investigador de manera personal, estas personas han acudido, compartiendo las experiencias ocurridas, los sentimientos que esto les genera, etc. Y se las ha visto caer en esta situación una y otra vez. Lo cual ha despertado interés a investigar más sobre este fenómeno, ¿Qué hay detrás de él? ¿Qué lo genera?, ¿Cuáles son las causas que motivan estas conductas tan recurrentes?

Se ha convertido en un tema interesante porque al pasar del tiempo se ha observado que es una conducta que se presenta cada vez con más intensidad y en mayor número de personas, se cree que tiene mucho que ver con las expectativas depositadas en el otro, desde el propio ideal del yo. Y esto sumado a

una serie de factores, lo que genera este tipo de conductas, que por lo regular, no terminan como se espera y si generan sentimientos de malestar en las personas que los sufren.

CAPITULO 1. MARCOTEÓRICO

Para tener una visión más clara del tema central de esta investigación, se abordarán los temas de: Aparato Psíquico, Súper Yo, Ideal del yo vs Yo real, Pareja, Narcisismo y Adulto Joven. Dichos tópicos aportan la base y sustento suficiente para entender la dinámica psíquica del ideal del yo y su desarrollo e influencia en la persona.

1.- Aparato Psíquico

*“La mente es el primer y más directo punto de experiencia,
y todo lo demás es inferencia remota”*

Arthur Eddington

El aparato psíquico está conformado por el Ello, Yo, y Súper Yo. Es por eso que en esta investigación se desarrollarán estos temas, tomando especial relevancia el Súper Yo que es donde se gesta el Ideal del Yo y se mencionarán algunas características del comportamiento narcisista, posteriormente se revisarán algunos aspectos sobre el tema de pareja y se concluirá con aspectos importantes del adulto temprano, temas relevantes para esta investigación.

Freud citado por Brenner (1958) estableció una topografía de la mente dividiendo sus contenidos y funciones sobre la base de que fueran o no conscientes. Reconociendo tres sistemas mentales:

- a) Consciente: en esta zona esta todo aquello de lo que se percata la persona en un momento dado. Aquí se designa todo lo que es consciente a la mente. La conciencia es definida en general, como el conocimiento que tiene un ser de sí mismo y de su entorno. La conciencia puede también ser definida como el estado cognitivo no abstracto que permite la interacción e interpretación, así como la asociación con los estímulos externos denominados realidad. (Zamora, 2009).

b) Preconsciente: en esta zona están los recuerdos que la persona no percibe, solo si se hace un esfuerzo para evocarlos. Los contenidos pueden alcanzar la conciencia por un esfuerzo de la atención. Freud habla de aquel material que si no es consciente siempre, puede ser reproducido y recordado casi a voluntad, es un material susceptible de conciencia, que no ha sido reprimido sino que por el momento se ha retraído de la conciencia actual a fin de aumentar la capacidad funcional del organismo. (Freud citado por Dicaprio, 2001 & Juergen Kriz, 1997).

c) Inconsciente: en esta zona se encuentra todo lo reprimido y lo ancestral. Se refiere a los contenidos y procesos psíquicos que no alcanzan la conciencia. Es dinámico e ilógico, caótico y de gran reserva de impulsos instintivos. Los procesos del inconsciente dirigen gran parte del comportamiento de las personas. La conducta puede ser causada por experiencias infantiles dolorosas aparentemente olvidadas y es inaccesible. (Brenner, 1958).

Por su parte, Portuondo (2000) menciona que la experiencia desagradable se mantiene viva en el inconsciente y esto repercute en la conducta de la persona. Como características del inconsciente domina la ambivalencia, es atemporal debido a que independientemente de la edad de la persona el trauma permanece, usa simbolismos, es primitivo por los instintos de muerte, es mágico, debido a que está lleno de creencias y supersticiones.

Posteriormente Freud citado por Brenner (1958) planteó una hipótesis estructural que intenta agrupar los procesos y contenidos mentales que están relacionados funcionalmente y distingue entre los diversos grupos sobre la base de diferencias funcionales. A estas estructuras las denominó Ello, Yo y Súper yo. Freud expresó que el ello abarca en el nacimiento la totalidad del aparato psíquico y que el yo y el superyó eran originalmente partes del ello que se diferenciaron lo suficiente en el

curso del crecimiento como para garantizar que se les considere como entidades funcionales separadas.

1.1 Ello

Abarca lo heredado, los impulsos instintivos, es totalmente inconsciente y se rige por el “principio del placer”. Contiene las representaciones psíquicas de los impulsos y tiene 4 características principales (Portuondo, 2000):

- 1.- Esta cargado de toda la historia ancestral y primitiva de la persona.
- 2.- Es la fuente de toda la energía instintiva (es donde se encuentra la libido).
- 3.- Los objetos son clasificados en placenteros o displacenteros.
- 4.- No respeta la moral ni la lógica.

1.2 Yo

Nace del ello, de ahí toma su energía y es el que guía las relaciones con la realidad. Consiste en aquellas funciones que se relacionan con el medio ambiente y tiene 7 características principales:

- 1.- Cobra conciencia y se pondrá en relación adecuada con el medio ambiente.
- 2.- Comprueba la realidad, y orienta frente a los hechos, adopta el “principio de realidad”.
- 3.- Controla los deseos e impulsos del ello. Cuando los impulsos del ello provocan situaciones desagradables el yo es quien los controla y los orienta de acuerdo siempre a la realidad existente.
- 4.- Da lugar al nacimiento del súper yo.
- 5.- Tiene una parte que se dirige a lo externo y otra a lo interno.
- 6.- Esta situado entre el ello y la realidad externa.
- 7.- En el se originan la represión y la censura del material desagradable tanto cuando la persona está despierta como en sueños, (Portuondo, 2000).

Cabe mencionar que cuando el yo funciona adecuadamente utiliza los mecanismos de defensa más desarrollados como:

Sublimación

Según Fenichel (2003) las defensas pueden hacer uso de diversos mecanismos, tales como el cambio de la pasividad a una actitud activa, la vuelta contra el sujeto o la transformación de un fin en el fin opuesto. Los impulsos sublimados encuentran su forma de salida, a veces, por una vía artificial, en la sublimación el impulso originario desaparece porque su energía le es quitada en beneficio de la catexis de su sustituto.

Formación Reactiva

Se refiere a actitudes neuróticas de negar o reprimir ciertos impulsos o de defender a la persona de algún peligro instintivo. Se trata de actitudes obligadas y rígidas que estorban la expresión de los impulsos opuestos, (Fenichel, 2003).

Altruismo

Similitud entre la renuncia de un deseo o impulso a favor de otros y el placer de contemplación de un juego. La satisfacción del prójimo como medio de autosatisfacción instintiva, indirecta, prohibida por el súper Yo, (Freud, 2010).

1.2.1 Las 12 Funciones del Yo

Las funciones del yo fueron dadas a conocer por Hartmann, éstas consisten en:

1.- Prueba de Realidad

Habilidad para diferenciar los estímulos internos y externos, comparar y seleccionar las percepciones actuales con las percepciones e ideas del pasado. Se refiere a la capacidad de percepción cognoscitiva. Otros componentes importantes de la prueba de realidad incluyen la valoración de las percepciones intrapersonales e interpersonales, las primeras se refieren a la comparación de los datos percibidos por un sentido con los percibidos por otros, implica la comparación de las percepciones de uno mismo en relación con las de los demás.

2.- Juicio

La persona conoce las consecuencias probables de su comportamiento en relación con las situaciones que el sujeto crea. Tiene que ver con la lógica la cual incluye el darse cuenta y entender las relaciones de causa y efecto, su papel dentro del juicio tiene que ver con la capacidad del individuo para apreciar los efectos externos de la conducta.

3.- Sentido de realidad y del sí mismo

Se manifiesta por el grado en que los acontecimientos externos se experimentan como algo real e integrado a un contexto familiar, así como en el grado en que el cuerpo y su funcionamiento se experimentan como algo familiar y perteneciente a uno mismo. Está determinado dinámicamente y estructuralmente por el grado en que el individuo ha denominado la separación y la individuación, permitiendo la distinción entre sí mismo y las representaciones de los padres.

4.- Regulación y control de los impulsos, afectos e instintos

Habilidad del yo para manejar los impulsos que lo alteran, tiene que ver con el grado de tolerancia a la frustración y el nivel en el que se canalizan los derivados de los impulsos a través de la ideación, la expresión afectiva y la conducta manifiesta. Permite que los impulsos se expresen de manera modulada, adaptativa y óptima, de forma que no sea excesivo el control.

5.- Relaciones de objeto

Comprende tanto el grado como la manera de relacionarse con los demás. Es la medida en que los demás son percibidos como entidades separadas, más que como extensiones de sí mismo, así como la medida en que las relaciones presentes están influidas y moldeadas por las relaciones infantiles del pasado. Se expresa también el grado de dependencia o independencia que hay hacia los objetos amorosos y la tolerancia que se tiene ante las ausencias.

6.- Proceso de pensamiento

Es la capacidad para pensar con claridad que se manifiesta a través de la habilidad para comunicar los pensamientos de manera clara. La adecuación de los procesos que guían y sostienen el pensamiento, tales como la atención, la concentración, la formación de conceptos, el lenguaje y la memoria.

7.- Regresión adaptativa al servicio del Yo

Se refiere a la habilidad y fuerza que tiene la persona para soportar un evento estresante en el presente, haciendo uso de una actitud o acción que en el pasado fue satisfactoria. Ayudando así al individuo a resolver el estrés y enfrentarse a la situación desagradable de una forma creativa.

8.- Funcionamiento defensivo

Mide el grado en que las defensas tienen éxito en la reducción de afectos desagradables tales como la ansiedad, depresión y en los que las defensas mismas influyen adaptativa o inadaptativamente en la ideación y en la conducta. Las defensas protegen a las organizaciones preconscientes y conscientes de las frustraciones de los derivados del Ello, Yo y Súper Yo. Ayudan a la adaptación controlando el surgimiento de la ansiedad u otro contenido psíquico displacentero tal como los deseos y afectos instintivos ajenos al Yo.

9.- Barrera de Estímulo

Se refiere al umbral del individuo y la sensibilidad para los estímulos, tiene que ver con los sentidos y las percepciones de estos. Esta involucrado con el sistema nervioso.

10.- Funcionamiento Autónomo

Determina el deterioro de las funciones primarias: percepción, intencionalidad, concentración, atención, memoria, oído, vista, habla, lenguaje, productividad, desarrollo motor y expresión motriz. La autonomía secundaria: habilidades, hábitos, rutinas, pasatiempos e intereses y patrones conductuales que son

combinaciones de las funciones autónomas primarias o se han vuelto secundariamente autónomas por sublimación (Hartmann citado por Bellak, 1993).

11.- Funcionamiento sintético integrador

Una de las áreas ayuda a integrar el resto. Aunque la persona este mal en algún aspecto de su vida, puede darse cuenta de los recursos que posee y vive la realidad incluyendo estos recursos para enfrentar la situación negativa.

12.- Dominio- Competencia

Es la capacidad del individuo para manejar su medio con respecto a sus recursos. Tiene 3 componentes:

- 1) Desempeño objetivo en relación con la meta.
- 2) Sentido personal de competencia o expectativa de éxito.
- 3) Grado de congruencia entre el desempeño actual y la expectativa.

A continuación se habla sobre el Súper Yo, ya que es una instancia psíquica básica para entender el Ideal del Yo.

2.- Súper Yo

“La moralidad es la debilidad del cerebro”

Arthur Rimbaud

Nace del yo. Comprende las normas morales de la mente del individuo, así como las aspiraciones ideales y tiene 5 características principales:

1.- Se deriva del complejo de Edipo. En la etapa edípica (de los 3 a los 5 años de edad) el niño va a introyectar los aspectos positivos y negativos provenientes de las relaciones con sus padres.

2.- Se rige por “el principio del bien” para este las cosas son “buenas” o “malas” dentro del sistema ético.

3.- Es ilógico pero moral, inclusive a nivel inconsciente porque se va a guiar sin saberlo, por los principios morales que tiene dentro de su mente y ahora representa las “prohibiciones” y “castigos” de los padres.

4.- Ayuda al yo en la represión y en la censura. El yo controla los deseos del Ello en la vigilia y en los sueños no por temor al ello, sino al “regañó” del súper yo.

5.- Genera autocríticas y sentimientos de culpa. Cuando las personas se apartan de las “normas” establecidas dentro de ellos por el súper yo, que es ahora el representante intrapsíquico de los padres, maestros, costumbres, instituciones, etc. El individuo se puede sentir culpable y autocriticarse, “se castiga a sí mismo”.

En otros casos ni siquiera se ha quebrantado realmente ni la más mínima norma moral establecida por las costumbres, y sin embargo se puede sentir mal. En estas situaciones hay una lucha intrapsíquica (inconsciente) entre un deseo que quiere expresarse (del Ello) y una norma moral rígida (del Súper Yo) que se le opone y obliga al Yo a luchar contra el deseo prohibido proveniente del Ello.

El Súper Yo es un agente interno de índole principalmente prohibitiva. Al adherirse a las normas, adquiere un sentimiento de superioridad. Se divide en el Ideal del Yo

y la conciencia moral, que son las aspiraciones idealizadas nacidas de las identificaciones con las imágenes de los padres, pero que también parten del narcisismo.

Según Hartmann citado por Portuondo (2000). También existe el narcisismo primario: catexia (energía pulsional) del sí mismo (no del yo). Y el amor objetal: que es la catexia del objeto.

Criterio normativo moral: lo normal es aquello que la ética y la moral establecen que es “normal”. Este punto de vista es muy rígido, ya que está constituido por normas impuestas por alguna autoridad, sin tomar en cuenta diferencias individuales o situaciones que sin ser anormales modifican la conducta de cada individuo.

Gonzalez Nuñez (2000) agrega: “una escala de valores clara que permita ofrecer a su vez límites claros conscientes e inconscientes, donde se requiera ser y no poseer. Cuando el deber es agradable y el placer es el cumplimiento del deber, ambos pierden sus fronteras y su oposición, esto implica una verdadera alianza entre el Yo, el súper Yo y el Ideal del Yo”.

De acuerdo con el autor se entiende que existe una necesidad de obedecer al - Súper Yo y al satisfacer esta necesidad la persona se encontrará cada vez más apegada a su propio ideal del yo.

La necesidad neurótica de perfección se considera así como consecuencia del poder tiránico del Súper Yo. El hecho de que “mientras más reprime el hombre sus tendencias agresivas hacia los demás, más tiránico, es decir agresivo, se vuelve su ego-ideal”, (Freud citado por Horney, 1979).

2.1.- Las Funciones del súper Yo

La pareja se vuelve depositaria de las fantasías y los deseos conscientes e inconscientes de sus miembros y de sus relaciones objetales internalizadas. Establecer el Ideal del Yo como subestructura del súper yo es un requisito básico de la capacidad de enamorarse. La idealización del otro amado refleja la

proyección de aspectos del propio Ideal del Yo, un ideal que representa la realización sublimatoria de los deseos edípicos.

Es una proyección que coincide con el apego con este ideal proyectado, la sensación de que el otro amado representa la aparición viva en la realidad externa de un ideal deseable profundamente anhelado, (Kernberg, 2003).

Chasseguet-Smirgel citado por Kernberg (2003) menciona que la proyección del Ideal del Yo sobre la persona amada no reduce la propia autoestima, como lo entendió Freud (1914) originalmente, sino que la aumenta, porque de ese modo las aspiraciones del ideal del Yo se realizan.

El amor correspondido acrecienta la autoestima como parte de la gratificación de estar enamorado y ser amado. En cambio, el amor no correspondido puede tener desenlaces distintos. Un determinante es el equilibrio psíquico del individuo. En una persona con suficiente flexibilidad, un proceso de duelo hace posible la recuperación sin trauma significativo, pero si el individuo está fijado neuróticamente a lo que en su origen era un objeto inalcanzable y frustrante, la persona experimentará una pérdida de su autoestima. Cuanto mayor es la predisposición a la derrota edípica y la frustración preedípica más intensos serán los sentimientos de inferioridad relacionados con el amor no correspondido.

Al mismo tiempo se activa una función superyoica más sutil que son los aspectos sanos de los ideales del yo de ambos miembros de la pareja, que se combinan para crear una estructura conjunta de valores.

La culpa acrecienta la idealización. La primera idealización es la de la madre de la fase simbiótica del desarrollo; después se convierte en la idealización de la madre de la fase de la separación- individuación. La integración del súper yo que promueve el desarrollo de la capacidad para la culpa inconsciente estimula la evolución de la idealización como formación reactiva contra la culpa y como expresión directa de esta. Esta idealización estimulada por el súper yo, es un esfuerzo poderoso de la gratitud como componente del amor. (Kernberg, 2003).

La capacidad para la gratitud que resulta de la idealización va en contra de ciertas características avanzadas del Ideal del Yo en la etapa edípica del desarrollo, en la cual la relación idealizada por los progenitores edípicos proviene de la renuncia al erotismo infantil perverso polimorfo y a los afectos eróticos genitales de esa relación.

Dicks citado por Kernberg (2000) comenta que la idealización inicial recíproca de la pareja recién establecida y sus expectativas conscientes de una relación amorosa sostenida un poco antes o después entran en conflicto con la resurgencia de las relaciones objetales internalizadas de pasadas conflictivas, reprimidas y disociadas. Los conflictos edípicos y las correspondientes prohibiciones superyoicas generan en la mayoría de los casos un derrumbe gradual de esas idealizaciones tempranas, en el contexto de la renovación de la tarea de la adolescencia de integrar el erotismo y la ternura. Estos conflictos que ponen a prueba la estabilidad de la pareja, pueden no solo producir descubrimientos dolorosos para ambos participantes sino también crear sus propios procesos curativos.

Una vez que se han definido las características del Súper Yo, se abordará el tema del Ideal del Yo, desarrollado por Karen Horney (hasta el momento los libros de su autoría hablan de otros conceptos y no de el ideal del yo como tal). Por lo tanto se han tomado aportaciones de otros autores que la citan.

3.- YO IDEAL VS YO REAL

“Todo idealismo frente a la necesidad es un engaño”.

Friedrich Nietzsche

El yo ideal de acuerdo con Portuondo (2000) “es una idea de omnipotencia narcisista. Nace en el narcisismo del niño y en la omnipotencia de la madre. Según Numberg, es anterior al súper yo: es un ideal narcisista. Según D. Lagache, es narcisista y nace de la identificación primaria con la omnipotencia de la madre; es “sadomasoquista”: niega al otro y se afirma a sí mismo. Según L. Lacan, es narcisista y tiene su origen en la fase del espejo en la que el bebé de 6 a 18 meses de edad se relaciona imaginariamente con otros semejantes y se actualiza al verse en un espejo”.

El Ideal del Yo abre una brecha entre el yo ideal: es lo que al yo le falta señalándose la distribución entre lo que alguien cree ser y lo que aspira a tener. Se abre así camino a una dimensión simbólica a través del pasaje de un yo idealizado a aquello que el sujeto espera poder llegar a lograr. Siempre falta algo en el yo y en el otro para coincidir totalmente con el ideal, (Berenstein, 1991).

Entonces se idealizará también a quienes fueron figuras de idealización, para poder así constituir el Ideal del Yo como punto de referencia simbólica, más allá de cualquier personaje, a la manera de una función anónima y más allá de la individual, (Maci citado por Berenstein, 1991).

El Ideal del Yo marca el acceso a lo simbólico, ya que ubica al otro significativo como portador del lenguaje y de los emblemas identificatorios y no como encarnación de un ideal. Se convierte así en un guía que dirige al sujeto a nivel del plano simbólico, más allá de lo imaginario, (Lacan citado por Berenstein, 1991).

El Ideal del Yo solo proporciona aproximaciones a la realización. Es un viaje constante sin punto de llegada, una lucha de toda la vida a favor de la perfección.

Las exigencias del superyó pueden satisfacerse con la consiguiente sensación de bienestar. Las aspiraciones del Ideal del Yo son imposibles de cumplir, de hecho, lo que proporciona una sensación de bienestar es el sostenido esfuerzo en la lucha por la perfección, (Blos, 2003).

Tanto el Ideal del Yo como el Súper yo se desarrollan de forma temprana en el individuo, mucho antes de que se asuma la estructura de una instancia psíquica. Ambos surgen como respuesta al mundo externo.

A partir de la adolescencia, el Ideal del Yo constituye una estructura psíquica inalterable que extiende su influencia sobre el pensamiento y la conducta, abarcando un sector de la personalidad más amplio que antes.

El Súper Yo se establece al resolver la etapa fálico-edípica, mientras que el Ideal del Yo alcanza su estructura definitiva solo durante el final de la adolescencia, (Blos, 2003).

Freud citado por Berenstein (1991) señala que el funcionamiento narcisista, lo bueno, lo amado, lo interior coincidirá con el ideal, quedando frente; a lo malo, lo odiado, lo exterior, funcionando como anti-ideal. La ubicación del ideal y del anti-ideal delimita las polaridades del narcisismo.

Para Horney, citada por Dicaprio (1989) cuando el niño se desarrolla en un ambiente hostil se vuelve inseguro y crea una estrategia para aliviar sus sentimientos de inseguridad. También habla de la ansiedad básica, definiéndola como el sentimiento de estar aislado y desamparado en un mundo potencialmente hostil. El niño descubre que puede reducir su inseguridad si hace lo que los padres le piden, aún cuando deba sacrificar sus propios deseos.

Para el adulto, ser apreciado de acuerdo a la imagen idealizada de uno mismo representa el paraíso. Al sentirse no apreciado, el individuo queda expuesto a los terrores y a los tormentos de odio hacia sí mismo y del impulso autodestructivo, tan intolerables que se ve obligado a protegerse pensando que son otros los que lo despreciaron. (Horney, 1973).

La mayoría de las personas desean ser queridas, gozar con el sentimiento de serlo y se sienten ofendidos si no lo son. El sentimiento de ser amado por los padres tiene para el niño fundamental importancia en relación con su desarrollo armónico, (Horney, 1997).

El apego seguro aumenta la exploración, la curiosidad, la solución de problemas, el juego y las relaciones con los otros compañeros, es decir, permite abrirse más al mundo. La persona con apego seguro tiene más confianza en ella misma, pues se sabe querida y eso le da seguridad, tiene confianza en sí misma y en los otros. Se puede ser mucho más tolerante hacia los demás, comprenderles mejor, incluso en sus acciones hostiles, pues se consideran pasajeras y no alteran la imagen de uno.

En cambio, un apego inseguro hace que cualquier conducta ambivalente o poco clara de los otros con los que la persona se siente vinculado afectivamente, se interprete como un rechazo total y lleve a la desesperación o al rechazo. La toma de consciencia de cómo ha sido la propia vida les permitirá a las personas modificar relaciones que no se consideraban satisfactorias, estableciendo vínculos mejores, (Delval, 1999).

Horney citada por Dicaprio (1989) identificó 10 necesidades neuróticas y de ellas más tarde derivó 3 orientaciones hacia las relaciones sociales a las cuales llamó tendencias neuróticas:

- Ir hacia las personas
- Ir contra las personas
- Apartarse de las personas.

Posteriormente amplía estas no solo dirigiéndolas a las relaciones sociales sino orientadas hacia toda la vida:

- Solución de retraimiento (obediencia y lucha por obtener amor)
- Solución expansiva (lucha por lograr superioridad)
- Resignación (lucha por la libertad)

En cuanto a las 10 necesidades neuróticas las cuales determinan el comportamiento del individuo Horney citada por Schultz (2004) sostuvo que todas las personas manifiestan esas necesidades en cierta medida. La satisfacción de esas necesidades ayudará a escapar un poco de la incomodidad que ocasiona la ansiedad. Horney citada por Dicaprio (1989). Enumeró las siguientes:

- 1.- Afecto y aprobación: se vive para complacer y ganar el afecto de los demás.
- 2.- Una pareja dominante en la vida: ceder ante el compañero fuerte que proteja, a cambio de un amor total.
- 3.- Poder: alabar el poder y la fuerza a pesar de ser débil.
- 4.- Explotación de otros: ganar, dominar siempre.
- 5.- Prestigio: aparecer, ser famoso.
- 6.- Admiración personal: que los demás vean en uno la imagen ideal.
- 7.- Ambición en logros personales: tener el deseo de ser rico, famoso, importante sin reparar en lo que cueste al yo o a los otros.
- 8.- Límites estrechos de la vida: ser conservador, mantener el status quo, retirarse al fondo.
- 9.- Autosuficiencia e independencia: hacer lo posible por no deberle nada a nadie.
- 10.- Perfección e irreductibilidad: procurar no tener falla alguna por ser hipersensible a la crítica.

Horney citada por Schultz (2004). Sostuvo que todas las personas manifiestan esas necesidades en cierta medida y es sano. Se vuelven patológicas cuando la persona busca satisfacerlas en forma intensiva y compulsiva como el único medio de resolver su ansiedad básica.

3.1 El yo real contra la imagen idealizada del yo

Para lograr la realización del yo, el ser humano ha de poseer un yo idealizado que le sirva de modelo. La imagen idealizada del sí mismo (self) es una imagen idealizada de sí misma construida sobre la valoración realista y flexible de las capacidades personales. Para los neuróticos, la autoimagen se basa en una

autovaloración inflexible y poco realista. Por lo que, la búsqueda de nosotros mismos es lo más doloroso, (Horney citada por Schultz, 2004).

Cuando la persona se descubre a sí misma, recurre a su propio concepto del yo, que puede ser o no una representación exacta de su yo real. También se puede tener una noción más o menos vaga de lo que se desearía ser, la versión idealizada del yo. La cual se adopta como el yo real, lo que crea tensión y conflictos internos, según (Horney citada por DiCaprio, 1989).

Todos los seres humanos forman una imagen del yo idealizado, que es el yo que se quisiera ser. Se adopta la imagen idealizada del yo como el yo real, lo que constituye la base para la neurosis, desde el punto de vista de Horney citada por DiCaprio (1989), la distinción entre el yo real y el yo ideal es borrosa y la persona empieza a distorsionar la realidad. La representación o imagen del yo puede o no corresponder bastante bien al yo existente. Es decir, “Lo que soy” puede o no corresponder con “lo que creo ser”.

La gente que sigue lo que dicta su imagen del yo y opina firmemente que su representación del yo es su yo real, crea problemas para su yo real. El falso concepto del yo puede iniciar algún comportamiento, pero la calidad de esa conducta depende de los atributos del yo real.

Las personas construyen una imagen de sí mismas sobre una valoración realista de las habilidades, potenciales, debilidades, metas y relaciones con los demás. Esta imagen proporciona a la personalidad un sentido de unidad e integración y un marco de referencia dentro del cual puede acercarse a los demás y a sí misma.

Las personas construyen una imagen idealizada del sí mismo (self) con el propósito de unificar la personalidad. Pero su intento está predestinado al fracaso porque su autoimagen no se basa en una valoración realista de las fortalezas y debilidades personales, sino en una ilusión, un ideal inalcanzable de perfección absoluta, (Horney citada por Schultz, 2004).

Para intentar realizar este ideal inalcanzable, las personas se comprometen con lo que Horney denominó **“Tiranía de los debería”**. Y se dicen a sí mismos que deberían ser el mejor estudiante, hijo, amigo, pareja, etc. Como encuentran que su verdadera autoimagen es tan poco deseable, se creen que deben actuar para ser dignos de su autoimagen idealizada e ilusoria, en la cual se ven bajo una luz muy positiva. Al hacerlo niegan su verdadero yo e intentan convertirse en lo que piensan que deberían o necesitan ser para igualar su autoimagen idealizada.

La perfección personal, que ayuda a sostener una imagen divinizada del yo, se presenta por medio de un sistema de dictados internos o expectativas. Son diseñados para acomodarse al nivel individual requerido por su yo ideal. Las pretensiones son exigencias irreales de personas y cosas fuera de la persona y los debes son expectativas irreales de uno mismo.

Los debes contra las demandas realistas del yo

Las expectativas realistas que la gente normal se impone a sí misma (los que consideran las ventajas y desventajas y las circunstancias prevalecientes) son el producto del yo real. Los debes son expectativas de grandeza inalcanzables, que son el resultado de la influencia del yo idealizado.

El orgullo viene del yo ideal; y el desprecio de la deficiencia del yo real. Los mecanismos del autoengaño y de la distorsión de la realidad se emplean para alterar las verdades desagradables del yo. La persona se forja una imagen idealizada de sí misma, porque no puede tolerarse a sí misma como realmente es. La persona no puede aprender de sus errores, simplemente porque no los ve, (Dicaprio, 1989).

Aunque la imagen idealizada no coincida con la realidad, es verdadera y precisa para la persona que la creó. Alguien más puede ver con facilidad a través de esta falsa imagen, pero la persona que la tiene no. La persona cree que esa autoimagen incompleta y errónea es verdadera. La autoimagen idealizada es un modelo de lo que la persona piensa que es, puede o debe ser.

Una autoimagen realista es flexible y dinámica y se adapta conforme el individuo se desarrolla y cambia. Refleja los puntos fuertes, el crecimiento y la consciencia de sí mismo. La imagen realista es una meta, algo por lo cual esforzarse y como tal, refleja y dirige a la persona. En cambio, la autoimagen idealizada es estática, inflexible y rígida. No es una meta, sino una idea fija, no es un incentivo para crecer sino un impedimento que demanda seguir de manera rígida sus órdenes.

La persona tiene poca confianza en sí misma debido a la inseguridad y la ansiedad, y la imagen idealizada del sí mismo no le permite corregir esas deficiencias. Solo le proporciona un sentido ficticio de valía y lo aleja del verdadero sí mismo (self). (Schultz, 2004).

El más ligero rompimiento en la autoimagen idealizada amenaza el falso sentido de superioridad y seguridad que la persona buscaba construir. El yo idealizado (la persona perfecta) es imposible. En lugar de volver a la “espontaneidad” del yo real, la persona continua apartándose de su realidad, para seguir la imagen de lo que desearía ser; imagen falsa, ilusoria y ajena a la realidad. Entre más persiga la persona una meta ilusoria, más se enajenará de su yo real.

La enajenación del yo

Es el abandono total del yo real a favor del yo ideal. Las personas que rechazan su yo real han perdido contacto con su mayor origen de fuerza, Horney citada por Dicaprio (1989). Todas las personas enfrentan este conflicto, al luchar por mejorar el yo real, se forma la imagen del yo perfeccionado y se usa como guía. La imagen puede ser irreal, o la persona puede creerse más cercana del perfeccionamiento de lo que en realidad está.

Gradualmente la persona se convierte en su yo ideal. Porque este es mucho más atractivo que el yo real. Así que, fácilmente se idealiza. El yo ideal se vuelve más egosintónico para la persona que el yo real. La persona menosprecia todo lo que es para adoptar las cualidades ideales.

El pacto con el diablo

Horney citada por Dicaprio (1989). Presentó una analogía que llamó “el pacto con el diablo”, para describir el proceso de enajenación del yo real por el ideal. La base del pacto es el deseo de grandeza y un gran deseo por lograr soluciones fáciles. La persona vende su alma, es decir, el yo real, por la gloria imaginada, el yo ideal. Horney comenta que la enajenación ocurre cuando se renuncia al yo real. El yo idealizado es una creación del individuo que se hace intratable y se apodera de la vida de la persona.

3.2 Consecuencias dañinas de la identificación con el yo idealizado

La búsqueda de Gloria va acompañada de 3 necesidades de acuerdo con Horney citada por Dicaprio (1989):

1.- Necesidad de perfección

Es la búsqueda de la perfección en un anhelo común de la juventud, pero en el curso del desarrollo la persona normal aprende a aceptar lo que es algo menos que la perfección, lo bueno junto con lo malo. Cuando una persona se cree la versión idealizada del yo, la imperfección es intolerable. La persona debe ser perfecta.

La naturaleza de la perfección será determinada por el rumbo hacia el cual los individuos han organizado su personalidad: hacia la gente, deben ser no solo moralmente buenos, sino llenos de virtudes y sin equivocaciones. Si van contra la gente deben ser no solo capaces, sino súper hombres o súper mujeres. Si se alejan de la gente, debe haber perfección y nada menos. (Dicaprio, 1989).

2.- La ambición neurótica

El componente principal es destacar, la superioridad sobre los demás. Al niño se le enseña desde temprana edad que debe ser un buen competidor. Las metas que se buscan son grandiosas y fantásticas. Pueden ser totalmente irreales y estar lejos de las potencialidades del individuo. Pero el hecho de que las metas sean

elevadas y altamente deseables, imparten a su búsqueda un sentido de importancia y urgencia.

3.- Necesidad de un triunfo vengativo

Se manifiesta conscientemente como un deseo de superar y humillar a otros. Cuando las personas no logran sus metas y la solución que adoptan los condena a fracasos continuos. No abandonan la búsqueda de la gloria, sin embargo, ya que han rechazado su yo real, se amargan y resienten a quienes tienen poder sobre ellos. Culpan a tales personas de sus problemas y frustraciones. Algún día quienes los han lastimado apreciarán su verdadero valor y pagaran por lo que han hecho, (Dicaprio, 1989).

Otra aportación que hace Karen Horney es: **Necesidades neuróticas y círculos viciosos:** La necesidad es irreal, puesto que no puede ser satisfecha, menos al grado que la persona lo desea. Debido a que la necesidad no puede ser satisfecha completamente, el temor siempre va asociado con lo que causa la necesidad. El temor se convierte en un componente regular de todas las necesidades principales del neurótico. Este temor, a su vez, aumenta la intensidad de la necesidad y la urgencia de satisfacerla.

Intentos por sostener la propia imagen idealizada

La imaginación está al servicio del yo ideal de manera inconsciente. Horney citada por Dicaprio (1989). Planteó 4 métodos mediante los cuales el neurótico, ayudado por su imaginación, y busca tener una imagen divinizada del yo:

1.- Orgullo neurótico

Se diferencia del orgullo real, el cuál viene de una evaluación del yo y toma la forma de amor propio o egoísmo. El orgullo verdadero requiere un fundamento básico de la realidad. El orgullo genuino, como esta basado en la realidad, generalmente no se manifiesta en forma pomposa.

El orgullo neurótico consiste en convertir las debilidades en virtudes. A través del proceso de una imaginación distorsionada y un razonamiento defectuoso, los

verdaderos atributos del yo, que son inaceptables para esa persona, se transforman en virtudes altamente valoradas. Cuando esto ocurre la persona experimenta un falso sentido de dignidad. Las necesidades se convierten en virtudes, mediante la distorsión, racionalización y el desplazamiento.

Debido a que el orgullo neurótico es una forma exagerada de la propia valoración, la persona se sensibiliza en cuanto a las amenazas y los prejuicios. Cualquier ligera irritación puede provocar miedo o ira. Creando el razonamiento parecido a: “soy una persona muy especial”, ¿Cómo pudiste hacerme esto? Estaría muy mal que se lo hicieras a otros, pero hacérmelo a mí ¡es algo absolutamente inadmisible!.

El temor a ser lastimado también se refleja en el rechazo del individuo neuróticamente orgulloso de las situaciones que pudieran provocarle vergüenza o humillación. El sistema de orgullo exige evitar estas situaciones, no superarlas.

Las exigencias del yo ideal, junto con el orgullo neurótico, convierten las necesidades existentes en pretensiones neuróticas y las imperfecciones del yo en suposiciones imposibles.

2.- Pretensiones neuróticas

Son necesidades neuróticas transformadas por la imaginación, comprende la afirmación infundada de un derecho o título. Durante la infancia la estrategia principal del niño, aún cuando obviamente no la formule conscientemente, es obtener la satisfacción de sus requerimientos con bases en el hecho de que es indefenso, pero adorable. Este es un comportamiento normal de la niñez, pero si se permite que continúe demasiado tiempo, se convierte en la base del proceso de enajenación.

El niño criado en condiciones de consentimiento y complacencia rápidamente exige toda clase de gustos únicamente con base en ser una “persona gloriosa”. La tendencia de idealizar el yo llega en forma bastante natural, y, por tanto, debería ser restringida en vez de alentada por los padres.

Como muchos aspectos de su búsqueda por la perfección, las pretensiones de los neuróticos están organizadas en torno a sus principales objetivos en la vida

La relación de las pretensiones con moverse hacia las personas.

Modestia y obediencia como medio para obtener cuanto necesitan, su pretensión tomará la forma de un amor incondicional. Deben tener la seguridad constante del amor del otro. La ironía de esta situación es que quien afirma su devoción a su pareja generalmente no hace nada para merecer su amor. El amor se reclama por las cualidades supuestamente impuestas por el yo ideal. El deseo implícito de una solución fácil es el fundamento de todas las exigencias neuróticas. (Horney, citada por Dicaprio, 1989).

Como tratar las pretensiones

Horney mantenía que la base de las pretensiones es la identificación del yo con la propia imagen idealizada.

Externalizar significa el proceso de atribuir a otros los deseos o faltas no reconocidos. El individuo que externaliza no solo cambia la responsabilidad hacia otro objeto, sino que realmente piensa que esas cosas suceden fuera de él. Se ha despojado tanto de su yo real al tratar de vivir dentro de su imagen idealizada, que puede culpar a las fuerzas externas de todos sus fracasos. (Ledford, 2007).

Horney citada por Ledford (2007) menciona siete enfoques llamados “estructura protectora” los cuales la personalidad utiliza para aliviar los conflictos fundamentales que se relacionan con el yo y con los otros. Básicamente dos de ellos son importantes para esta investigación porque tienen que ver con el ideal del yo.

1.- Puntos ciegos: cuando es imposible operar un conflicto interno, se tiene la inclinación a ignorar la fuerza antagónica. Apartar la conducta que no encaja de la imagen del yo idealizado es un intento artificial por equilibrar la vida. Como el yo olvida la verdadera situación, no hay solución directa del problema. Como la

solución intentada es artificial. Es imposible que dure mucho. El conflicto vuelve a surgir.

2.- Racionalización es “dar buenas razones para excusar una conducta, antes que declarar la razón real” que la explica. Es una ampliación de la externalización al mismo tiempo que cierta forma de autoengaño, basada en un razonamiento erróneo. Como también requiere un proceso mental consciente, afin al razonamiento, quien la practica se siente por completo justificado de usarla, pese a lo difícil de controlar que es. La racionalización es un método primario para tratar de eliminar las diferencias existentes entre el yo real y el yo idealizado y buscado.

Miller (1992) dice que la identificación que cuenta, la que manda, no es observable sino deducible; es más bien de orden lógico. Así pues, se trata de captar en lo que el sujeto dice desde dónde se identifica. Surgirán entonces los diferentes espejismos que el sujeto muestra y comenta en el análisis. La sentencia de Lacan “Tú no me ves desde donde yo te miro” subraya, justamente, esta separación. Esto es lo que Freud, gracias a Lacan, llamó Ideal del Yo. El ideal como instancia simbólica no es totalmente consciente. (Bleger y Miller, 1992).

Kernberg (1998) considero que la introyección es el nivel básico más temprano y primitivo de los procesos de internalización. Es la reproducción y fijación de una interacción con el medio, a través de una relación organizada de huellas mnésicas (recuerdos) en las que participan 3 componentes:

- 1.- La imagen de un objeto.
- 2.- La imagen del sí mismo en interacción con ese objeto.
- 3.- El afecto de la imagen objetal y de la imagen del sí mismo bajo la influencia del representante instintivo actuante en el momento de la interacción.

Este proceso constituye un mecanismo de crecimiento del aparato psíquico que el Yo utiliza también con fines defensivos. (Kernberg, 1998).

La “identidad del yo” representa el más alto nivel de organización de los procesos de internalización. Se refiere a la organización general de las identificaciones e introyecciones, bajo el principio orientador de la función sintética del yo. Esta organización implica:

1.- La consolidación de las estructuras yoicas, relacionadas con un sentido de continuidad del sí mismo (siendo el sí mismo la organización de las autoimágenes que formaban parte de las introyecciones e identificadores).

2.- Una coherente concepción global del “mundo de los objetos”, resultante de la organización de las imágenes objetales que formaban parte de las introyecciones e identificadores y un sentido de coherencia en las propias interacciones personales; las manifestaciones de la conducta o más específicamente, la coherencia general de los patrones de conducta.

3.- El reconocimiento de esta coherencia en las interacciones como característica del individuo por parte de su ambiente interpersonal y, a su vez, percepción por parte del individuo de ese reconocimiento que le otorga el ambiente. (Kernberg, 1998).

El sí mismo ideal representa la aspiración de un estado ideal del sí mismo capaz de hacer al individuo aceptable para el objeto ideal, de acercarlo a él y, en última instancia de refusionarlo simbólicamente con este objeto ideal (la temprana imagen materna, amante y magnífica).

Una parte del Súper Yo tiene su origen en el sí mismo ideal y las representaciones objetales ideales del yo. La condensación de estas mágicas representaciones ideales del sí mismo y del objeto constituye el núcleo ideal del yo. Se integran entonces los precursores superyoicos de origen sádico y la temprana formación del ideal del yo.

La capacidad de enamorarse y de mantener los vínculos de amor depende del desarrollo de las relaciones objetales internalizadas. Durante la adolescencia se

presenta el proceso de la separación de los padres como objetos de amor y la búsqueda de un nuevo objeto amoroso: la pareja. Por lo tanto, las figuras parentales juegan un papel importante en el desarrollo del ser humano.

Los adolescentes están en la etapa en la cual se favorece el ideal del Yo con características narcisistas, por lo cual idealizan la amistad y la toman como un asunto sumamente importante. Las personas eligen a sus amigos desde una perspectiva narcisista, esperando que el amigo les sirva de espejo de su propio Yo omnipotente, de modo que los adolescentes sobrevaloran sus capacidades sin tomar en cuenta las opiniones de los demás personas y esperan que el amigo íntimo les reconozca su omnipotencia, dado que aún no tienen un verdadero interés por el otro.

Cualquier diferencia les parece un obstáculo insuperable para lo que entienden por amistad. No toleran contradicciones y esperan que el amigo los escuche y los apruebe incondicionalmente.

Los adolescentes buscan en sus amigos un eco y una reproducción del propio Ideal del Yo, con sus valores y aspiraciones, cuando sienten el deseo de tener a la persona como amiga, se debe a que ya han captado inconscientemente que en ciertos aspectos de su personalidad tal individuo corresponde a su ideal del Yo, que tiene aspiraciones idénticas o semejantes, y que lo rigen los mismos valores. Sin embargo, no basta que el otro se conforme al propio ideal del Yo para que nazca la amistad. Es preciso también que exista reciprocidad.

Los adolescentes saben inconscientemente si su amistad con otro es viable, al captar y darse cuenta de cómo es el otro, particularmente en función del ideal del Yo, y al determinar si hay afinidad y complemento con el propio Yo. Consciente o inconscientemente, toman el ideal del Yo del amigo como modelo de identificación.

El afecto que se experimenta con los amigos es menos propenso a alcanzar niveles en donde el adolescente quede “ciego” ante los defectos del otro, (Gonzalez, 2004).

Adler citado por Schultz (2004) describió su idea de la lucha por la superioridad como el hecho fundamental de la vida. El no usó el término de superioridad en el sentido usual ni refiriéndose al complejo de superioridad, sino más bien, se refería a una pulsión hacia la perfección, vocablo latino que significa completar o terminar. Por ende, propone que los seres humanos luchan por la superioridad en un esfuerzo de perfeccionarse, de llegar a ser personas completas o totales.

De ahí que se busque una pareja relativamente “perfecta”, en la lucha por la superioridad, el Ideal del Yo busca la otra mitad perfecta que unida a la propia perfección ayudará a que esta se complemente, según el pensamiento idealizado.

La pareja es importante en la vida del ser humano, ya que esta brinda la oportunidad de tener o no un vínculo afectivo dependiendo de las expectativas que tenga el Yo, por lo que desarrollar este tema es importante de acuerdo a la línea de investigación.

4.- PAREJA

“Si una persona ama sólo a otra y es indiferente al resto de sus semejantes, su amor no es amor, sino una relación simbiótica o un egoísmo ampliado”.

Erich Fromm

La pareja se refiere a una relación que se da entre 2 seres, ligados además a otros, tanto en el pasado como en el futuro, de modo que es difícil definir allí a un sujeto y un objeto. No basta con que uno de ellos encuentre en el otro la representación de su ideal del Yo; también es preciso que este otro, o bien encuentre él también en el primero la representación de su propio ideal del Yo, o las satisfacciones derivadas de que lo ame un compañero en quien busca la debilidad o la falla. Desde que el ser humano va creciendo, se va formando expectativas sobre la pareja.

El concepto de pareja se refiere al conjunto de dos personas que tienen una correlación entre sí, que suele establecerse por vínculos afectivos, sexuales, o ambos, Barrera, citado por Bucío (2007), con el fin de satisfacer necesidades específicas de afecto y compañía (Nahoul, 2005).

El ser humano tiene una tendencia que es no solo social, sino individual, hacia buscar una pareja. Lo sano sería conocerse a sí mismo antes de elegir. En la adolescencia ensaya la relación interpersonal del noviazgo, en la cual se van dando tipos de relación idealizadas.

Gonzalez (2004) divide a la pareja en varios tipos, entre ellos, las parejas tipo “tu novio, es tu propio enemigo” donde señala que la elección de pareja, que normalmente se realiza con amor, puede transformarse en una relación de rencor. En estas relaciones se vive la sensación de ser atacado por la pareja; esta vivencia persecutoria no proviene de la agresión real de la pareja, sino que es el resultado de una idealización del otro, en donde se espera que el otro satisfaga mágicamente las propias necesidades, que las adivine y no las frustre.

Después sigue la sensación de haber sido desilusionado por el otro cuando dicha idealización se derrumba ante las frustraciones normales de la propia relación, lo cual genera una gran desconfianza. Posteriormente viene una proyección de los propios impulsos agresivos, aumentados por la supuesta desilusión del otro. Los cuales se traducen como devaluación y rechazo hacia la pareja, afectos que, al no ser reconocidos en uno mismo y ser proyectados en el otro, lo convierten entonces en la persona agresiva, el enemigo temido. Esto incluye el temor a la venganza, que da como resultado una agresión intensificada misma que nuevamente es proyectada en la pareja formándose así, un círculo vicioso y la idea distorsionada de que el otro, la pareja se ha convertido en el propio enemigo.

En un proceso de pareja uno de los factores más importantes para un verdadero desarrollo es que cada uno de los cónyuges progrese en su propio ser, ya que esto reditúa en beneficio y enriquecimiento de la pareja, (Rogers citado por Rage, 2002).

La vida de la pareja va en esta línea: nadie da lo que no tiene. La persona tiene que ser persona para poder compartir plenamente con el otro. La relación es un proceso. Cada día y en cada momento se van realizando sus potencialidades. El individuo es consciente de su autoidentidad y, por tanto, no puede ser una copia de un patrón social, sino que es una persona significativa por ser única, singular e irremplazable.

Alberdi citada por Castells (2008) argumenta que la pareja se construye a lo largo de la relación que se establece entre dos personas que le van dando una importancia creciente hasta hacerla el centro de sus vidas.

La confianza básica entre los miembros de una pareja implica estar plenamente seguro de que uno puede confiar por completo en su consorte, de que siempre lo encontrará dispuesto a ayudarlo, defenderá sus intereses y procurará en todo momento su bienestar. En suma, puede confiar en el otro su propia persona.

Cuando la persona se da cuenta de que las cosas no resultaron como esperaba el primer sentimiento que se presenta en su mente es la desilusión. Porque se puso mucha ilusión en construir una relación y está no resulto.

Es evidente que la vida en pareja facilita la maduración de cada uno de los miembros, pero también ofrece un marco protector para el hombre y la mujer. El enriquecimiento espiritual de cada miembro de la pareja contribuye a reforzar su cohesión.

La pareja evoluciona a través de conflictos y crisis que deben servir para fortalecer su estructura, superando las eventualidades que se presenten. (Castells, 2008).

Rojas citado por Castells (2008) menciona que “para preservar un emparejamiento feliz es necesaria la presencia de un amplio abanico de virtudes como la honestidad, la generosidad, la tolerancia, el entusiasmo y la fuerza de voluntad.

4.1 Proyección e Introyección en las relaciones interpersonales de pareja

El bebé tiene que llevar a cabo este proceso de diferenciación (Erikson, 1987 citado por Nahoul, 2005). Si se siguen usando en exceso durante la vida adulta pueden resultar perjudiciales en las interacciones con la pareja. En la introyección se actúa como si algo de afuera ahora estuviera dentro de la persona misma. En la proyección se experimenta la vida interna como externa y se les atribuye a personas significativas el mal o el amor que en realidad existe en uno mismo.

La pareja aparece entonces como el modo de organización de estas introyecciones y proyecciones mutuas mediante el cual cada uno, confrontando sus pulsiones agresivas o amorosas, utiliza al otro como soporte externo de sus propios aspectos malos y buenos.

4.2 Los guardianes en las relaciones interpersonales en la pareja

El tipo de relación de la pareja esta determinada por las características y actitudes de los padres y hermanos internalizado, que desde el interior se vuelven “guardianes del deseo”, (González 1998 citado por Nahoul, 2004).

En ciertas familias se transmiten pautas multigeneracionales fácilmente reconocibles en las relaciones. La relación de cada miembro con su sistema de relaciones configura la parte crucial de su mundo existencial. Boszormenyi-Nagy (2008). Se cree que las mujeres suelen buscar a alguien fuerte, un hombre que pueda sustituir sus lazos familiares hasta cierto punto. (Sheehy citado por Butler-Bowdon, 2009)

Recurrir a la idealización del otro miembro de la pareja, tan importante en el momento de la instauración del lazo amoroso en todas las parejas, no es patológico en sí. En realidad, resulta gratificante en este proceso la idealización, el que uno sea el orgullo del otro y viceversa con lo que se mantiene una idealización sana y realista. Cuando esta idealización se pierde, da lugar a la angustia, el enojo y el resentimiento.

Hellinger (2002) argumenta que cuando el hijo o hija llega a la edad adulta, encuentra a otra persona que se le hace importante y acaba sustituyendo a la madre. Durante el primer periodo del enamoramiento cada uno de los compañeros piensa que por fin ha encontrado a la madre tal como siempre lo había deseado, por eso, este amor es ciego, no ve al otro nítidamente. La dificultad reside en que ambos compañeros tienen la misma sensación.

Cuando uno de los compañeros inició la relación con la sensación de haber encontrado a la madre ideal. También ha encontrado a alguien que nuevamente le “educa”; que pretende formarlo de acuerdo con su propia imagen. Así se crea un gran obstáculo para el amor. Quien no está de acuerdo con su pareja tal como es, la perderá. Ya que, cada uno piensa que sus padres fueron ideales y que su familia fue la ideal. Y que el mundo sería perfecto si todos fueran como sus padres

y como su familia y que las leyes que eran validas en su familia de origen, también se aplicaran a todo el mundo, (Neuhauser, 2002).

Enamorarse y convertirse en pareja

La capacidad para enamorarse es un pilar básico de la relación de pareja. Supone la capacidad para vincular la idealización al deseo erótico, y el potencial para establecer una relación objetal profunda.

Estar enamorado también representa un proceso de duelo relacionado con el crecimiento y la independencia, con la experiencia de dejar atrás los objetos reales de la infancia.

El enamoramiento es un estado emocional que surge de una necesidad que sólo puede ser satisfecha con la interacción de una persona específica y, la satisfacción de esta necesidad resulta, sumamente importante para el bienestar emocional en ese momento y si de manera más o menos azarosa se da el encuentro con alguna persona que parece llenar las necesidades particulares, el resultado es inevitable: las personas se enamoran, (Zumaya, 2000).

Los síntomas del enamoramiento son: energía vital que se contagia, deseo, añoranza, sueños de esperanza hacia el futuro, sensibilidad a la poesía, a la ternura y al romanticismo, (Alberoni, 1987).

El enamoramiento es primitivo, egoísta, basado en un yo – ello, más que en un yo – tú y exige ser satisfecho a como de lugar, poco le importa la libertad del objeto amoroso, lo que quiere el enamorado es sentirse amado, por lo tanto todavía no se puede considerar amor.

Algo patológico sería renunciar a la sola satisfacción de las necesidades narcisistas y tomar al objeto amoroso únicamente como un objeto gratificante, porque eso sería mantenerlo solo como objeto y no darle la calidad de sujeto. Lo sano sería tener acceso a una relación donde se oscile entre la realidad y el sueño.

Es necesario que en una pareja cada uno encuentre en el otro la representación de su propio ideal del yo o por lo menos las satisfacciones derivadas de que lo ame un compañero en quien busca la debilidad o la falla que lo complementa.

El amor

Es la emoción más gratificante y satisfactoria que puede sentir el ser humano. En general la mujer espera encontrar un hombre que sólo la ame a ella, la respete y valore, le hable de tal modo que ella sea feliz por ser mujer, que la respalde, le brinde consuelo y satisfacción sexual, y que esté a su lado en momentos difíciles. Satir (1991). Saint- Exupéry citado por Rage (2002) dice que el amor es el proceso de dirigir al otro gentilmente hacia él mismo.

El amor es la última y más elevada aspiración del hombre. Incluye todo lo que la persona es, porque el amor es parte de lo humano. La gran importancia del amor es que se relaciona con las dimensiones de la persona, (Frankl citado por Rage, 2002).

El amor no es un sentimiento, como a veces se supone. Es una compleja realidad afectiva que comprende pasiones, motivaciones, afectos y sentimientos. (Universidad Panamericana, 2009).

La palabra amor deriva del latín “amoris” y “amare”. Del término etrusco “amino” que significa “genio del amor”, amar por inclinación, por simpatía. El amor es extender el “yo” hacia un “tú” para formar un “nosotros”. Por eso enamorarse es enajenarse, hacerse ajeno, ampliarse, formar una unidad más extensa y profunda. (Rojas, 2004).

El amor no es esencialmente una relación con una persona específica; es una actitud, una orientación del carácter que determina el tipo de relación de una persona con el mundo como totalidad, no como objeto amoroso, (Fromm, 2004).

El amor erótico es el anhelo de fusión completa, de unión con una única otra persona. Siguiendo a Fromm (2004), el amor no es egoísta, y su única referencia es el otro. El amor acaba con la vida en soledad.

Para Hellinger (1999). El amor nace hacia lo imperfecto, ya que genera un impulso de crecimiento, buscando lo perfecto.

Es imprescindible un conocimiento del objeto de amor y también es imprescindible tener la oportunidad de escoger libremente para amar. Es un primer momento en el que la persona descubre en el otro un bien para sí mismo, esto no es amor, sino una condición que supone el amor.

Cuando el desconocido se ha convertido en una persona íntimamente conocida, ya no hay más barreras que superar, ningún súbito acercamiento que lograr. Se llega a conocer a la persona amada tan bien como a uno mismo, (Fromm, 2004).

Los seres humanos tienen sentimientos pasajeros en los cuales todo es transitorio y fugaz, responden a un primer entusiasmo que se desvanece en poco tiempo; son frecuentes en la adolescencia y en las personas inmaduras, incapaces de calibrar una relación afectiva de forma adecuada. Sabiendo que los sentimientos necesitan tiempo para echar raíces.

Existen también sentimientos pasivos en los que domina el dejarse invadir y encontrarse instalado en una vivencia determinada. En los sentimientos activos se produce la necesidad de tomar parte y actuar en relación con el hecho vivido. (Rojas, 2004).

La raíz del núcleo afectivo es el enamoramiento. Enamorarse es encontrarse a sí mismo fuera del sí mismo. Todo el proceso de enamoramiento está envuelto en un halo de misterio: fascinación y sorpresa, ilusión y deseo de lo mejor. Se produce una serie de ideas y puntos de vista, y se siente la impresión de que se conoce a la otra persona de toda la vida. Al elegir a otra persona, uno enseña el modelo humano que le agrada, con todo lo que ello implica.

LOS PRINCIPALES ERRORES ACERCA DEL AMOR

Equivocarse en las expectativas

Las expectativas son ideas preconcebidas, esperanza, ilusiones sobre lo que se entiende a nivel general que debe ser un determinado asunto. La manera de ser de la persona estará constituida por diversos factores: la información que se ha ido recibiendo desde pequeños, la educación sentimental (si la hubo), los referentes familiares, las circunstancias personales, el estilo de vida, así como las ideas y creencias. Según Rojas (2004). Los principales errores acerca del amor son 6:

- 1.- Divinizar el amor: elogiar en exceso el amor, absolutizarlo tanto que deslumbrar a los individuos y los haga pensar que las cosas serán siempre así es un error.
- 2.- Hacer de la otra persona un absoluto: es situar al otro en una posición excesivamente elevada, en un pedestal psicológico.
- 3.- Pensar que es suficiente con estar enamorado: el amor es como el fuego hay que avivarlo día a día, sino se apaga. Hay que nutrirlo de detalles pequeños, en apariencia poco relevantes, necesarios para la tarea de la vida diaria.
- 4.- Creer que la vida conyugal no necesita ser aprendida: pensar que todo marchará bien por el solo hecho de estar enamorados y tener la buena voluntad de que así sea. Esto no es suficiente, se necesita compromiso, la convivencia es un trabajo costoso que exige comprensión y generosidad constantes.
- 5.- Ignorar que existen crisis de pareja: desconocer que a lo largo de cualquier relación amorosa, por estable y positiva que sea, han de darse algunas crisis normales.
- 6.- No conocerse a uno mismo antes que a la pareja: para que exista una relación estable hay que tener cierto equilibrio psicológico. Para estar con alguien es preciso estar primero con uno mismo.

El enamoramiento se considera como un estado de ilusión, de distorsión proyectiva, incluso como un brote psicótico. En definitiva, como un estado en el que se pierde el sentido de la realidad y en el que es imposible hablar con los afectados con argumentos racionales, (Willi, 2004).

El amor a primera vista está considerado, simplemente, como algo ilusorio, ósea, como una proyección del propio ideal en una pareja a la que todavía no se puede conocer. En cambio, un enamoramiento paulatino está considerado como una forma de relación más madura, racional y sólida.

Según Buber citado por Willi (2004). La relación amorosa apunta al ámbito más personal e íntimo del crecimiento humano. Apunta al Yo, que terminará en un Tú. Se quiere tener a alguien que comprenda, y responda positivamente, al que se puedan mostrar las angustias y debilidades sin sentirse avergonzado, con el que puedan sentirse seguros y protegidos, sin tener miedo de entregarse ni de abusar de los propios sentimientos. Se necesita a alguien que proteja y cuide cuando las cosas vayan mal, que defienda cuando se fracase y que este orgulloso cuando se tenga éxito. Básicamente se quiere a alguien que busque a la persona que hay en cada ser humano.

Todo ser humano se siente más o menos inseguro de su propia valía, que tiene carencias y debilidades y que está a la búsqueda de cómo puede superar esas inseguridades. La atracción específica entre 2 personas no surge únicamente de cualidades positivas. Dicha atracción parte más bien de las inseguridades y debilidades encubiertas de una persona y de su anhelo de superarlas, (Needleman citado por Willi, 2004).

Atractivos de la pareja

Generalmente se está de acuerdo en la importancia de tener relaciones interpersonales sanas, pero el problema surge en comprenderlas, ya que cada persona las enfoca desde su propio yo, de acuerdo con sus propias percepciones, metas, sentimientos y suposiciones sobre sí mismo y su mundo.

La interacción con otro yo suele hacer muy compleja la relación. Ya que no hay dos personas iguales. Las relaciones pueden ser satisfactorias, generadoras de desarrollo y plenas, o al contrario, pueden ser frustrantes, decepcionantes e inmensamente destructivas, (Rage, 1996).

Los jóvenes se basan en criterios muy superficiales para establecer una relación de noviazgo, tales como atractivo físico, gustos e intereses. Es muy importante que la posible pareja sea aceptada por sus iguales, como amigos o compañeros de estudio, sin importar mucho las reacciones de los padres o los familiares. Ya pasados los 22 años el sistema de valores que se ha asimilado a través de la educación y del ejemplo de los padres, se vuelve importante y lleva a comparar los valores propios con los valores que la otra persona tiene, como producto de sus experiencias, de su educación, así como de su entorno social y cultural. (López y Valencia, 2000).

Las razones por las cuales se elige a un tipo de persona y no a otra, en el psicoanálisis por ejemplo, se plantea que esta elección tiene mucho que ver con la introyección que se hace de un modelo de pareja a partir de la figura paterna en el caso de la mujer o de la imagen materna en el caso de los hombres, entre los 3 y los 5 años de edad.

Una relación íntima es un encuentro dinámico entre patrones de necesidades. La meta realista es aprender a discriminar las necesidades del otro como válidas a pesar de ser distintas de las propias. Cuando una persona está influida por su ideal del yo en la elección de pareja, pierde de vista esta meta realista, ya que no discrimina entre sus necesidades y las del otro, puesto que las únicas necesidades que le interesa cubrir son las propias, asumiendo que el otro no las tiene, (Pérez, 2011).

Elección de Pareja

Desde un punto de vista psicodinámico, el proceso de elección de pareja estaría relacionado con las experiencias que la persona ha tenido en la relación con sus

padres. Willi (1978) y Framo (1996), señalan que, con frecuencia, “se elige una pareja que pueda corregir un desarrollo familiar defectuoso”. Así que, las relaciones amorosas ofrecen la posibilidad de corregir experiencias traumáticas de la infancia o de años posteriores. Se espera entonces encontrar una pareja que “cure” las heridas y frustraciones sufridas en la familia de origen.

Para Boszormenyi Nagy (1994), la elección de la pareja puede estar determinada de forma inconsciente por alguno de los siguientes 3 factores:

1. Deseo de obtener un orden justo en el universo humano por medio del acceso a la pareja y su familia, supuestamente más generosa.
2. Esperanzas de encontrar un grupo más receptivo, en el cual uno pueda actuar de forma más justa con los demás y enmendar deudas pasadas.
3. Uso proyectivo del otro y su familia con el fin de rehabilitar a la propia familia de origen.

En las relaciones amorosas, el otro quiere agradarnos, quiere no desilusionarnos, quiere responder a las expectativas que se han puesto en él. De manera que la imagen proyectada en él se pueda convertir en su propio ideal. Norwood (1986) describe la forma tan sorprendente cómo las mujeres que aman demasiado están dispuestas a sacrificarlo todo, dejarse humillar para facilitar al hombre amado el cumplimiento de sus deseos apasionados más profundos. (Willi, 2004).

Freud citado por Jean-g (2001) en “Introducción al narcisismo” propuso que se ama:

- 1.- A lo que es el sí mismo.
- 2.- A lo que ha sido.
- 3.- A lo que querría que fuese
- 4.- A la persona que fue una parte de la propia persona.

A lo que Freud citado por Jean-g (2001) y en Gonzalez y Nahoul (2005), agrega “la cualidad que se quería tener”. Se trata entonces de una imagen, y en particular de la imagen de lo que se quisiera ser o del ideal del Yo. Así, la dimensión imaginaria aparece como fundamental en la organización de la elección amorosa y subraya su conexión con la propia historia del sujeto. La elección de pareja es uno de los comportamientos en los que se reconoce claramente el instinto innato del ser humano. Respondiendo a la necesidad de estar con una persona, que no ponga al descubierto las incapacidades, limitaciones y miedos propios y que al mismo tiempo ocupe el lugar de ciertas figuras psicológicamente ausentes del pasado.

Por lo que “Enamorarse apasionadamente es algo que va mucho más allá de un sentimiento. No se trata únicamente de un instinto básico, es un proceso cognitivo, intelectual y sofisticado”.

Fisher (2011) señala que la atracción romántica está relacionada con tres sistemas: el impulso sexual, los sentimientos de apego profundo y el amor romántico que se manifiestan con “unas ansias intensas de lograr una conexión emocional que va más allá de una relación sexual, una fuerte motivación para conquistar a la persona que atrae que se convierte en obsesión”.

La rabia, el dolor y el aislamiento se apoderan del individuo cuándo se siente traicionado porque pierde parte de sí mismo. “Los seres humanos fueron diseñados para establecer lazos y es muy hiriente que estos se rompan porque la persona en quien se confió y creyó ha fallado”. (Cacioppo, 2011).

Las personas suelen culparse por no haber encontrado al compañero ideal concibiendo la idea de que con otra persona las cosas hubieran sido mejores y quedan insatisfechos soñando con el ideal sin hacer nada por mejorar la unión que tienen con el compañero actual y se sienten cada vez más frustrados e insatisfechos, (Tapia, 2004).

Las personas creen que si encuentran al compañero adecuado, encontrarán también la respuesta correcta para la confusión de su existencia, y una vez encontrada esta pareja hay que impedir que cambie. Esto genera ruptura y nueva búsqueda de otra persona que no cambie para así no enfrentarse a la necesidad de cambiar. Jourard (1991). La gente piensa que amar es fácil y que lo difícil es encontrar un objeto apropiado para amar. (Fromm, 1970).

Napier (1971) señala que las personas seleccionan a su compañero sobre la base de sus temores más profundos y eligen a la persona que puede controlar sus temores. Jourard (1975) menciona que las personas se casan con lo que se piensa que la otra persona es. Es decir, con ilusiones o fantasías.

La teoría psicoanalítica postula que en la elección de pareja se involucran principios psíquicos inconscientes que se traducen en la existencia de necesidades, tendencias, presiones y expectativas para toda la familia. (Tapia, 2004).

La organización de la pareja más fácil de comprender es aquella donde opera el proceso más clásico de la relación amorosa, el de la proyección del Ideal del Yo del sujeto sobre el objeto de Amor. En el caso del sujeto a quien le ha faltado la realización de una cierta forma de su ideal, y elige a su compañero para que él encarne este ideal. Como consecuencia, inducirá y seguirá induciendo esta figuración. El compañero se convertirá en una especie de sustituto del Ideal del Yo del primero, quien padece por no haber podido realizar este aspecto preciso de su Ideal del Yo, (Lemaire, 2003).

ELECCIÓN DE OBJETO QUE SE AMA

Freud establece que hay dos caminos para la elección del objeto que se ama:

1.- Por apuntalamiento: donde se busca en la pareja a la mujer nutricia o al padre protector. De forma positiva se busca repetir el mismo patrón de conducta

buscando una persona muy parecida al padre o a la madre, o bien de forma negativa cuando se busca al opuesto a la imagen parental.

2.- Por narcisismo: donde se busca en la pareja lo que uno es, lo que uno fue, lo que uno quisiera ser, a la persona que fue una parte de uno mismo, a la cualidad que se querría tener. Suele ocurrir que se ve en el otro una serie de cualidades que no existen, sino que son producto de la idealización, de ponerle todo aquello que le gustaría que poseyera y en ese caso seguirá la desilusión y aparecerá la decepción.

Fromm señala que si no se diferencia que el amor es un hecho y no un sentimiento se puede confundir fácilmente con la experiencia de enamorarse, que surge cuando entre dos extraños aparece una repentina intimidad que produce una sensación placentera, un sentimiento afectuoso por el otro que lleva implícito el deseo sexual, pero que si da todo esto no está estimulado por el amor fraterno caracterizado por la ternura y por la decisión voluntaria de permanencia no puede conducir a la unión, salvo en un sentido orgiástico y transitorio, dejando la sensación en los amantes de que lo que está mal es el objeto amoroso y para remediarlo hay que prescindir de éste y buscar otro que sea adecuado.

La mayoría de los individuos comparten una imagen de una pareja ideal. Tienen ideas definidas sobre lo que están buscando en una pareja, así como las categorías de personas que son “elegibles” o “no elegibles”.

Existen diferentes tipos de atractivos. Para algunos será muy importante el aspecto físico, la apariencia física desempeña un papel muy importante en la atracción social. Para otros, los elementos psicológicos (ternura, inteligencia, comunicación, comprensión, etc.) otros más buscarán el nivel educativo y social alto y compatible con el suyo. Finalmente, habrá personas que se fijen en los valores morales y religiosos de la persona.

Banta y Helherington citados por Rage (1996), encontraron en su estudio que las personas que se atraen mutuamente presentan más rasgos semejantes que complementarios. La semejanza atrae y aumenta cuando la similitud es percibida.

En la elección de pareja existe un cierto tipo de egolatría, debido a que muchas parejas tienden a parecerse mucho entre sí, en aspectos como la apariencia física, salud física y mental, inteligencia, aspectos sociales y popularidad, etc.

Elegir pareja puede ser una de las decisiones más importantes en la vida de una persona. Si se elige adecuadamente entonces se tendrá la oportunidad de crecer al lado de alguien con quien se compartirán las penas, alegrías, el placer, el dolor, el alcance de los sueños, así como las frustraciones de aquellos otros sueños que no se lograron concretar.

En el caso de hacer una elección equivocada, entonces se producirá mucho dolor y sufrimiento en la persona, antes de aprender a protegerse para evitar ser lastimadas o tomar una decisión tan radical y dolorosa como una separación.

Según López y Valencia (2000). Entre los principales aspectos que una persona debería de tener en cuenta, además de sentirse muy enamorada, para llevar a cabo una elección de pareja, se encuentran los siguientes:

- Provenir de hogares en los cuales ha habido estabilidad emocional y buenos ejemplos.
- Haber revisado las expectativas mutuas y descubierto que son bastante similares.
- Haber revisado su escala de valores y encontrado que son compatibles.
- Poseer un concepto de pareja similar.
- Tener intereses y aptitudes semejantes.
- Provenir de una clase social semejante.
- Tener creencias religiosas y filosóficas afines.
- Provenir de ambientes educativos y culturales parecidos.
- Tener actitudes y expectativas semejantes con respecto a la vida sexual,

- Tener sueños materiales y económicos semejantes para el futuro.
- Poseer sistemas de distracción o pasatiempos similares.
- Contar de preferencia con la aceptación de las familias políticas.

La percepción del concepto de pareja, puede ser determinante en la forma como dos personas tiendan a relacionarse entre sí, una vez que decidan convivir juntas.

En cada generación se producen cambios muy importantes que afectan, con frecuencia, a las relaciones de pareja y a la propia concepción de lo que debe ser una pareja, (Palacios, 2003).

El amor Sexual, maduro y la pareja sexual

El establecimiento conjunto del otro, así como de la relación de pareja, no solo puede tener propósitos defensivos contra una apreciación más realista de las necesidades de ambas personas y de su relación, sino que también lleva consigo el predominio de las funciones superyoicas en general y del superyó infantil, con sus restos de prohibición de los deseos edípicos y de la sexualidad infantil.

El desarrollo de la capacidad para las relaciones objetales o integradas implica el logro de una identidad yoica y, por la misma razón, de relaciones objetales profundas, que facilitan la selección intuitiva de una persona que corresponda a los propios deseos y aspiraciones. Siempre habrá determinantes inconscientes en el proceso de selección pero, en circunstancias comunes, la discrepancia entre los deseos y temores inconscientes y las expectativas conscientes no será tan extrema como para convertir en un peligro importante la disolución de los procesos tempranos de idealización en la relación de pareja, (Kernberg, 2003).

El grupo familiar de origen es el que orienta la elección de la pareja. En el plano psicológico parece que el joven siente como de su interés propio, más que como obligación, el comportarse conforme a las imposiciones de su medio, aún si este comportamiento es contrario a sus proyectos, a sus sentimientos, a sus intereses económicos y materiales. El lazo que une a la pareja es afectivo.

Para encontrarse las personas necesitan en gran medida la ayuda de la sociedad y una especie de complicidad de los adultos. Y si logran encontrarse, la elección no se produce en seguida, pues tienen que aprender a conocerse y a descubrir si concuerdan.

En cuanto a la organización de los procesos inconsciente, que va a constituir el lazo entre los dos componentes de la pareja, es comprensible que en tales casos no haya habido tiempo de llevarlo a cabo. Los sujetos se encuentran de grado o por fuerza “atados institucionalmente” uno al otro, cuando apenas estaban en la etapa de “encontrarse” o de “buscarse”, sin haber llegado todavía a la de “elegirse”.

Lo que se espera del objeto del amor difiere, según lo que se espere de la nueva relación principalmente una satisfacción a corto plazo, o más que nada una contribución al equilibrio personal y a la organización defensiva del Yo frente a un conjunto pulsional jamás controlado por completo.

La elección del objeto de amor debe responder a estos 2 criterios a la vez: debe ser el origen de satisfacciones de la mayor parte de los deseos conscientes, y al mismo tiempo contribuir a reforzar al Yo y a su seguridad propia.

La elección referida a las imágenes parentales

El primer objeto sirve de referencia de base. Estas elecciones, muy frecuentes, no plantean muchos problemas cuando son poco acusadas, parciales y no masivas; pero cuando la referencia a la imagen parental es más acentuada, y exclusiva aparecen las consecuencias clínicas. La lealtad invisible, en la pareja se da con frecuencia hacia los padres, (Nagy, 1994).

Los compromisos de lealtad son como fibras invisibles pero resistentes que mantienen unidos fragmentos completos de conducta relacional. (Boszormenyi-Nagy, 2008).

Por su etimología la palabra “lealtad” deriva de la voz francesa “loi” que significa ley, de manera que implica actitudes de acatamiento a la ley. Las familias tienen sus propias leyes, en forma de expectativas compartidas no escritas. Cada miembro de la familia se halla constantemente sujeto a pautas variables de expectativas, las que cumple o no, (Boszormenyi-Nagy, 2008).

Se le dona a la pareja una falta recubierta de espejismos objetales para que la futura pareja se ilusione con la posibilidad eficaz, aunque meramente ilusoria de la realidad de un encuentro, al que se supone capaz de resolver la angustia existencial. Se ama en el otro el objeto del cual él también carece. (Milmaniene, 2000).

En la elección del objeto de amor siempre se elige a la persona por referencia directa, positiva o negativa, a la imagen parental del padre del sexo opuesto. Aunque también existe la posibilidad de que según los procesos inconscientes la referencia principal es la imagen del padre del mismo sexo.

Este objeto se elige en la medida en que favorece al Yo y a sus defensas propias, ya sea por las satisfacciones que le aporta al sujeto o por las prohibiciones que le impone.

Escisión, Idealización y Elección del compañero de pareja

En el momento de establecer el vínculo amoroso, este proceso de idealización tan fundamental parece encontrar su fuente originaria en los primerísimos momentos de la existencia psíquica del bebé; y corresponde a una actividad imaginativa ligada al proceso de escisión. La búsqueda amorosa de la adolescencia o de la edad adulta repite este proceso; los cambios de la evolución no piden que persista la nostalgia del pecho bueno, del objeto bueno, y el establecimiento de la relación amorosa convoca de igual modo a la escisión y la idealización para encontrar un objeto bueno gratificador.

Así, el mundo de lo amoroso se divide en un objeto totalmente bueno, que pertenece al sujeto, y al resto del mundo en cuyo interior aparecen los objetos

malos, perseguidores y amenazantes, tanto con respecto al sujeto como al objeto introyectado. La estrategia amorosa reproduce la de los primeros momentos de la existencia, cuando tiende a mantener, gracias a la actividad fantasmática, el carácter totalmente bueno del objeto y apartar de él las que podrían aparecer como partes malas.

En el momento del flechazo, o de la luna de miel, se busca suprimir radicalmente, mediante la negación, todas las situaciones de disgusto así como todos los aspectos insatisfactorios del objeto. Entonces las personas siguen rechazando la realidad interna más o menos penosa, mediante una negación de carácter casi mágico.

Los jóvenes reaccionan mediante la búsqueda ciega de un compañero cualquiera, en lo posible de su edad para poder experimentar un mínimo de identificación con ellos, y distinguirlos así de las figuras parentales momentáneamente despreciadas o rechazadas. Esta elección se halla tan fuertemente marcada por este mecanismo de idealización, que puede recaer sobre cualquiera de los candidatos a compañeros, sin ninguna crítica; y aquí una escisión rigurosa distingue a este objeto que se supone totalmente satisfactorio, de los perseguidores presentados como constantemente como perseguidores. Estas experiencias suelen ser de corta duración, aun cuando se repitan varias veces durante la adolescencia.

Klein citada por Lemaire (2003). Señala que la incapacidad de establecer la relación de carácter ambivalente con respecto al objeto, y el rechazo total de toda relación con quien, después de haber sido idealizado, muestra alguna falla en la perfección de la imagen que el sujeto se había forjado de él. Sigue funcionando una especie de “todo” o “nada” como si estos sujetos hubieran quedado fijados a los primeros periodos de su existencia, en esta posición paranoide en que los procesos de escisión son indispensables para el funcionamiento psíquico del sujeto: o el objeto es totalmente bueno, o, si no lo es, forma parte desde ahora de los objetos malos que deben ser inmediatamente rechazados.

El trabajo de duelo debe entenderse, evidentemente, como el duelo por el objeto idealizado. Lo que se pierde no es entonces la realidad del objeto global, sino su realidad psíquica interna, tal como es vivida por el sujeto.

Freud citado por Lemaire (2003). Supone una energía considerable, puesto que se trata de renunciar a la escisión primero y a la idealización tan fácil del compañero de pareja. Aceptar el reconocimiento de la imperfección del objeto, su carácter no totalmente satisfactorio, es aceptar el reconocimiento de los sentimientos ambivalentes que él inspira, y por lo tanto aceptar que nacen sentimientos hostiles en el seno mismo de un verdadero apego por él. Por tanto, también el sujeto tiene necesidad de percibir en sí mismo un aspecto de odio con respecto a un objeto reconocido por otro lado lo bastante satisfactorio para no rechazarlo.

Renunciando a esta primera línea de escisión en el interior del Yo y reintroyectar los objetos malos o las malas cualidades en el interior del Yo, es por definición el proceso que conduce a la posición depresiva. Por lo tanto, se comprenden las dificultades de la vida amorosa en quienes todavía no tuvieron ocasión en su existencia de atravesar por esta fase dolorosa ni de desarrollar las defensas características de esta posición: se trata de hacer un verdadero duelo por el objeto, aceptando en él aspectos satisfactorios, y al mismo tiempo el duelo por una representación totalmente buena, idealizada, del sí mismo (Klein citada por Lemaire, 2003).

Diferentes maneras de limitar la relación para mantener la idealización de un objeto bueno

Las personas intentan sistemáticamente limitar su vida amorosa a un aspecto, como si tendieran ante todo a idealizar y a mantener así su relación con el objeto de su elección. Encontrarlo en otras circunstancias, en otros lugares, en otros tiempos, etc. supondría correr el riesgo de perder esta imagen idealizada.

Estas defensas mediante la idealización y la limitación de la relación a lo que es idealizable son también muy exigentes. Cuando mayor es la idealización más insignificante es su soporte. El objeto corre el riesgo de ser descubierto en su

pobreza, y al no mostrarse lo bastante bueno, será rechazado de manera radical como enteramente malo. El compañero de pareja será juzgado a través de un prisma invertido, acusado de traición por no corresponder a la imagen primitivamente amada que se había idealizado, (Lemaire, 2003).

Luna de Miel y simbiosis

Los enamorados no se critican nada, y no solamente se perdonan todo, sino que ignoran el defecto o la debilidad del elegido; no se es capaz de soportar la menor visión desfavorable y hasta se rechazan las percepciones propias cuando no están conformes en la visión idealizada que se tiene del otro. Esta idealización alcanza en esta fase sus aspectos más ostensibles, y llega hasta negar la realidad: hay una verdadera transfiguración del elegido, (Lemaire, 2003).

La expectativa aumenta la idealización que, mediante una retroalimentación en este caso positiva, aumenta a su vez la expectativa. El objeto elegido, soporte de las proyecciones del Ideal del Yo, es de alguna manera apropiado de nuevo y reintroyectado en el Yo del sujeto.

Es también gracias a la proyección del súper Yo sobre el elegido, que se atenúa el temor constante a las críticas y agresiones provenientes de esta instancia, al menos en sus aspectos inconscientes. Puesto que el objeto de amor manifiesta su aprobación, su estima y hasta su amor, y que se ha convertido en portador de todas estas instancias ideales o críticas, no hay por el momento nada que temer, y entonces cesa la angustia existencial elemental.

La libido narcisista parece no contradecir la libido objetal, puesto que la intensa catexia afectiva de la que se beneficia el objeto de amor es integralmente reenviada al sujeto, por el hecho de que éste, en cuanto objeto amado apasionadamente, es introyectado como ideal del Yo del sujeto mismo.

Crisis de la pareja y trabajo psíquico del duelo

Un temor frecuente en el enamorado es que el enamoramiento pueda acabarse. Se intenta alimentar el enamoramiento idealizando la relación. Se niega y se evita

lo que pueda distanciar a las personas que conforman la pareja y lo que pueda crear conflictos, (Willi, 2004).

Las desilusiones amorosas que acaban con reproches, y de las que se sale con un importante sentimiento de inseguridad, dejan el temor a que se pueda repetir otro gran fracaso. En lugar de darse un tiempo para reflexionar, se inicia apresuradamente una relación únicamente para no estar solo. Hecho que automáticamente conduce al desencanto. En las relaciones amorosas, están en juego disposiciones personales profundas, que no salen a relucir en otras relaciones. Ante la posibilidad de iniciar una nueva relación, nace la esperanza de superar los déficits relacionales, las inhibiciones y represiones existentes hasta el momento, pero al mismo tiempo surge el temor a que todo sea un espejismo.

Cuando la persona se da cuenta de que el otro no era lo que esta esperaba se presenta una etapa de desilusión, y ahora le parece frustrante lo que le fue atractivo en un principio.

La desilusión es más intensa en aquellos que creyeron que la pareja les ayudaría a alcanzar una nueva vida y a hacer de ellos una persona nueva. De esta forma, el individuo que tenía las expectativas se siente defraudado por el otro que no cumplió con ellas. La desilusión destruye la idealización que promovió en la relación uno de los integrantes y la simbiosis, además de separar a los miembros de la pareja. La desilusión amorosa va unida al dolor, la ira, la pena y el sufrimiento.

El proceso de crisis se introduce a través de la decepción experimentada por el sujeto frente a una falla atribuida al objeto. Aunque sea pequeña o parcial, la decepción aparece cuando el objeto no responde a los deseos del sujeto. El objeto falla cuando menos en un aspecto: defraudó la expectativa. Aún cuando el integrante de la pareja no haya cambiado objetivamente de actitud, objetivamente su imagen interiorizada parece fallar y es sentida de modo insatisfactorio con respecto a la expectativa del sujeto que deseaba.

La decepción que se siente está en proporción con la proyección que se ha hecho sobre el objeto elegido. Todo lo que los procesos de escisión e idealización permitieron proyectar de bueno sobre este objeto, y todo lo que lo había hecho omnipotente por la vía de la fantasía como fuente de satisfacción, amenaza ahora con quedar cuestionado, (Lemaire, 2003).

La nueva realidad psíquica vivida por el sujeto tiene un carácter doloroso; pero por otra parte posee efectos madurativos muy importantes, por lo tanto, es la realidad psíquica del sujeto la que se modifica y no la realidad del objeto.

Cuanto mayor ha sido la expectativa tanto más fácil sobrevendrá la decepción. A veces bastará una falla insignificante del compañero para que la decepción se infiltre. Una ligera variación en los sistemas perceptivos del sujeto basta para que ella se inicie y modifique el estado del objeto. La comparación más frecuente con el compañero objeto “externo”, soporte de las proyecciones del objeto interno, lleva al sujeto a corregir la imagen embellecida que se había construido. La caída de estos embellecimientos es entonces motivo de esa primera decepción, sin que por eso el objeto haya manifestado la menor falla real, (Lemaire, 2003).

La ruptura de la idealización y de la escisión

A causa de la decepción o por atribuirle al objeto una supuesta falla, se despierta la posibilidad de una nueva crítica, es decir, de la expresión de una cierta forma de agresividad.

El despertar de la ambivalencia con respecto al objeto puede ser difícil de soportar, porque supone que el sujeto reconoce en sí mismo una cierta forma de agresividad, una cierta capacidad de odio con respecto a este objeto de amor dotado de múltiples aspectos que habían sido idealizados, (Lemaire, 2003).

El trabajo psíquico del duelo y “desconfirmación” mutua

Freud citado por Lemaire (2003). Liga la elección del objeto con el Ideal del Yo, amar al objeto equivale a amar a la mejor parte de uno mismo, real o imaginada. Pero entonces criticar al objeto y despertar las pulsiones agresivas contra él,

aunque estén cuidadosamente controladas y sean parciales y limitadas, equivale a atenuar el beneficio de este colmamiento narcisista.

La descatectización narcisista del objeto perdido debe de hacerse necesariamente, cualquiera que sea el sufrimiento y la energía psíquica exigidas. Aún cuando se manifiesta una primera reacción de aburrimiento y las producciones de los sueños e imaginativas salidas del inconsciente confirman el rechazo profundo a aceptar esta prueba de realidad, sin embargo esta se impone y obliga al sujeto, al precio de un gran sufrimiento, a descatectizar al objeto perdido definitivamente.

En la crisis amorosa, el trabajo del duelo en el plano psíquico se hace más difícil por el hecho de que, al no ser total la pérdida del objeto, el sujeto se ve impulsado a volver repetitivamente a la idealización primitiva para escapar a ella. Este vaivén puede prolongarse durante largo tiempo en que transcurre el trabajo del duelo; pero otros objetos se le presentan al sujeto, más o menos referidos al primero, idealizados en su lugar, e impedirán así que finalice este trabajo penoso.

El fracaso del proceso se vincula con el hecho de que el sujeto es capaz de desarrollar con respecto a su compañero, soporte de sus proyecciones agresivas, un odio suficiente que permitirá el equilibrio de una autocrítica, de un comportamiento auto agresivo: en las crisis se puede tanto odiarse a sí mismo por haber herido y perdido al otro, como odiar al otro que ha herido, (Lemaire, 2003).

Crisis y distanciamiento del objeto

El objeto de amor es primero interiorizado como bueno, ya sea que se lo elija según una modulación narcisista como ideal del Yo, o según una forma de apoyo como capaz de satisfacer o de tranquilizar.

En la instauración del objeto amoroso la satisfacción se liga al sentimiento de ser no sólo comprendido, sino también adivinado por el objeto de amor, hasta el punto de que el deseo pueda ser perfectamente satisfecho. Descubrir que un ser humano es capaz de realizar así el deseo, no sólo resulta una fuente de intensa

satisfacción, sino también de una especie de encantamiento que hace desaparecer por completo toda aprehensión y la invierte hacia una reacción eufórica en que el sujeto amado es capaz de revivir el sentimiento inicial de su omnipotencia, (Lemaire, 2003).

Miedo en la relación de pareja

Una de las emociones más fuertes que predomina en el ser humano es el miedo. En este mundo, el tipo normal de relación está compuesto por un 95% de miedo y un 5% de amor. Esto cambia según las personas por supuesto, pero aún cuando el miedo ocupe el 60% y el amor el 40% todavía seguirá basándose en el miedo, (Ruiz, 2001).

El miedo surge como una interpretación del individuo de una situación como potencialmente peligrosa y amenazante. Los peligros y amenazas percibidos pueden ser psicológicos o físicos. Las situaciones más comunes que activan el miedo son las que provocan que el individuo anticipe el daño físico o psicológico, la vulnerabilidad al peligro o una expectativa de que las habilidades de enfrentamiento de uno no podrán adaptarse a las circunstancias por venir, (Bandura citado por Reeve, 2003).

La motivación de protección se manifiesta de manera característica a través del escape y la renuncia del objeto(s), o mediante respuestas de enfrentamiento y resolución al toparse con el objeto frente a frente. La huida pone distancia física (o psicológica) entre el yo y lo que es temido, (Reeve, 2003).

Las funciones del miedo se encuentran relacionadas con la adaptación, es decir, una persona que siente miedo toma consciencia de la dificultad de la situación, de lo que puede perder, y, como consecuencia de esos análisis conscientes, la persona decida escapar o enfrentarse a la situación, en ambos casos experimentando una importante activación de todos los mecanismos y procesos que se encuentran relacionados con la defensa, para incrementar la probabilidad de éxito, (Palmero, 2002).

El miedo es una reacción de auto protección a una situación nueva o aversiva. Sullivan citado por Palmero (2002) El problema surge cuando la mente, con todas las ideas preconcebidas, creencias y las experiencias del pasado, entra en contacto con esa emoción, haciendo que se transforme en un miedo irracional o en un falso temor que puede paralizar, nublar el entendimiento y llevar a actuar sin razón. En ese momento se crean las fobias y los pánicos infundados, (Jaramillo, 2009).

El miedo está lleno de obligaciones, en él, la razón de cualquier cosa que se haga es que se “tiene” que hacer y se espera que otras personas hagan algo porque “tienen” que hacerlo. Cuanta más resistencia ponga la persona hacia él, más sufrirá.

El miedo está lleno de expectativas. Cuando las personas tienen miedo, hacen cosas porque suponen que tienen que hacerlas y esperan que los demás hagan lo mismo. Se espera algo, y si no tiene lugar, la persona se siente herida: no es justo. Y culpa a los demás por no satisfacer sus expectativas.

Este evita la responsabilidad, aunque esto no significa que no sea responsable. El intento de evitar la responsabilidad es uno de los errores más grandes que cometen los seres humanos, porque cada acción tiene una consecuencia. Si se hace una elección, se obtiene un resultado o una reacción. Si no se hace, también se obtiene un resultado o una reacción.

El enfado no es otra cosa que el miedo cubierto con una máscara. El miedo es egoísta, solo se ocupa de uno mismo. El egoísmo cierra todas las puertas.

El miedo está lleno de condiciones. En este, “Te amo, si me permites que te controle, si eres bueno conmigo, si te ajustas a la imagen que he creado de ti. Construyo una imagen de cómo deberías ser, y dado que no eres y nunca serás como esa imagen, te juzgo por esa razón y te declaro culpable. En muchas ocasiones incluso, llego a sentirme avergonzado de ti, porque no eres lo que yo quiero que seas. Si no te ajustas a la imagen que yo he creado, me avergüenzas, me enfureces y no tengo la menor paciencia contigo”.

En el miedo se tienen tantas condiciones, expectativas y obligaciones que la persona inventa muchas reglas a fin de protegerse contra el dolor emocional, cuando lo cierto es que no debería existir ninguna regla. Ya que, estas reglas perjudican la calidad de los canales de comunicación entre los seres humanos, porque cuando las personas tienen miedo, mienten.

Si la expectativa de una persona sobre su pareja es que tiene que ser de determinada manera, entonces la pareja se siente obligada a ser de ese modo, aunque en realidad no sea lo que la otra persona quiere que sea. Entonces el día que la pareja es sincera y se muestra tal cual es, la otra persona se siente herida, se enfada, así que la pareja mejor miente porque teme a su juicio. Teme que la censure, que la declare culpable y que la castigue. Y después cada vez que la otra persona se acuerde de ese error, castigará a su pareja sin cesar por él. (Ruiz, 2001).

Lo que es totalmente opuesto al amor es el miedo. Durante toda la vida se ha pensado que para amar realmente debemos tener a nuestro lado y poseer a la persona amada, cuando en realidad lo que nos causa es un sufrimiento, debido al miedo de perder a esa persona. Esto se denomina: apego. Por tal razón. “el alimento predilecto del apego es el miedo”. Entre más las personas se aferran al miedo, más se debilitará el amor.

El amor nutre la relación y da el poder de disfrutar y experimentar la vida de múltiples maneras, mientras que el miedo paraliza e incapacita para experimentar una vida tranquila y serena.

La vida de las personas está llena de miedos camuflados sutilmente en el inconsciente. Para poder trabajar a fondo los miedos y llegar a liberarlos, primero se debe identificar los más frecuentes, (Jaramillo, 2009).

Barreras en el amor

Corey citado por Rage (2002). Habla de las barreras para evitar amar y ser amado. Nadie da lo que no tiene. La falta de confianza en sí mismo y de

autoestima constituyen una de las grandes barreras. Si la persona emite el mensaje de que no merece ser amado, se crea una profecía en la que el temor se hace realidad. Esto puede deberse a que en cierta etapa de la vida, básicamente en la niñez, la persona se hace la idea de que no puede ser amada a menos que haga ciertas cosas que se esperan de ella.

Otra barrera en el amor sería el miedo. Amar conlleva siempre riesgos. El ser amado puede enfermarse, accidentarse, morir, ausentarse, etc. si el miedo vence, el precio es vivir sin amor. El amor demanda valor, ya que siempre implica un riesgo.

Willi (2004) Explica 11 etapas de la autorealización en el proceso de una relación amorosa, en cada una de las cuales expresa ciertos desarrollos personales y los temores que estos conllevan en la persona, para fines de esta investigación solo se tomarán en cuenta los primeros 6 expuestos en el siguiente cuadro:

Etapas del Amor	Estimulación de desarrollos personales	Temores y estrategias defensivas
1.- Deseo vehemente de amar.	Reconocimiento de la propia necesidad de amar.	Temor a exponerse a la dinámica amorosa; defensa mediante la negación del evidente deseo de amar o incrementándolo hasta lo irrealizable.
2.- Elección de Pareja	Esperanza de corregir anteriores experiencias relacionales, así como los desarrollos personales y familiares erróneos.	Temor a repetir fracasos anteriores, defensa mediante la elección de una pareja.
3.- Enamoramiento	Apertura a la realización de nuevas perspectivas vitales.	Temor a perder el control, sufrir una regresión, fusionarse; defensa mediante el rechazo a enamorarse o mediante un enamoramiento controlado de una pareja inalcanzable.
4.- Desilusión amorosa y soledad en el amor	Aceptación de las limitaciones de la relación amorosa para el desenvolvimiento de la autonomía.	Temor a perder el tiempo o ser abandonado; defensa mediante idealización de la felicidad y la armonía en el amor. Huida de la relación al aumentar la desilusión.
5.- posibilidades de compensar los límites del amor	Configuración declarada de relaciones compensatorias manteniendo la primacía de la relación amorosa.	Temor a dispensar a la pareja de las expectativas puestas en ella; celos por relaciones compensatorias; falta de compromiso respecto a las exigencias planteadas a la pareja.
6.- La configuración de un mundo común	Inversión comprometida del potencial personal.	Temor a perder la libertad y la autonomía; defensa dejando abiertas vías de escape, fobia al matrimonio.

Las características del narcisista son importantes para entender un poco la forma como se elige a la pareja por lo que a continuación se hablará sobre el tema del narcisismo.

5.- EL NARCISISMO

“El narcisismo de las pequeñas diferencias, es la obsesión por diferenciarse de aquello que resulta más familiar y parecido”.

Sigmund Freud

Hartmann citado por Kernberg (1979) definió el narcisismo normal como la caracterización libidinal del sí mismo. El sí mismo es una estructura intrapsíquica formada por múltiples representaciones de sí mismo con sus correspondientes disposiciones afectivas. Las representaciones de sí mismo son estructuras afectivo- cognitivas que reflejan la manera en que un individuo se percibe a sí mismo en las interacciones reales con los demás y en interacciones fantaseadas con representaciones internas de otras personas significativas, ósea representaciones objetales.

Los fenómenos narcisistas incluyen la vanidad, el engreimiento, el anhelo de prestigio y admiración, el deseo de ser amado en relación con la incapacidad de amar a los demás, el apartamiento de los demás, el aprecio normal de sí mismo, ideales, anhelos creadores, preocupaciones angustiosas por la salud, por el aspecto, por las facultades intelectuales, (Horney, 1979).

Cuando la personalidad narcisista se enamora, la idealización del objeto puede centrarse en la belleza física como fuente de admiración, o en el poder, la riqueza o la fama, como atributos que hay que admirar o inconscientemente incorporar como parte del self.

“No es que no ame o deteste a los demás y lo quiera todo para sí, sino que esta en su fuero interno enamorado de sí mismo y busca por doquier un espejo en que admirar y cortejar su propia imagen” (Zilboorg citado por Horney, 1979).

La repercusión edípica de las relaciones amorosas determina que el narcisista intenta inconscientemente una relación dominada por la agresión tanto o más que por el amor, a causa de la frustración y el resentimiento profundos del pasado.

Este, según la fantasía será superado mágicamente mediante la gratificación sexual procurada por el nuevo objeto.

En los pacientes narcisistas se encuentra un miedo inconsciente al objeto del amor, relacionado con la agresión proyectada; también presentan una notable falta de libertad interna para interesarse por la personalidad del otro.

Los aspectos no reconocidos e intolerables del self se proyectan sobre el compañero para proteger una autoimagen idealizada. La provocación inconsciente al compañero para que se ajuste a los aspectos proyectados del self va a la par con el rechazo y los ataques a una persona, percibida de este modo distorsionado.

La incorporación simbólica de los rasgos admirados del otro puede servir como gratificación narcisista. Van der Walls citado por Kernberg (1965) dice que no se trata de que el narcisista se ame solamente a sí mismo y a nadie más, sino de que se ama a sí mismo tan mal como ama a los otros.

El narcisismo significa que la persona se ama y admira por valores que no tienen un fundamento auténtico, igualmente quiere decir que espera amor y admiración de los demás por cualidades que no posee, por lo menos al grado que él supone, (Horney, 1979).

Lo que gana un individuo con agradarse a sí mismo es escapar del sentimiento de menosprecio, modelándose a sí mismo, en su imaginación, como un individuo superior.

Las inclinaciones narcisistas son un intento de enfrentarse a sí mismo y a los demás por medio del engreimiento.

El narcisismo no es una expresión de amor propio, sino de distanciamiento, enajenación de la propia persona, es decir, una persona se aferra a las ilusiones que se forja respecto a su propia persona porque se ha perdido en sí misma (Horney, 1979).

En la medida en que la persona elegida refleja los propios ideales, una cualidad evidentemente “narcisista” impregna sin duda el enamorarse y el estar enamorado.

5.1 La dinámica de la patología Narcisista

El narcisista proyecta el self grandioso patológico sobre el compañero y escenifica una relación entre ese self grandioso y su reflejo introyectado.

La personalidad narcisista necesita ser admirada, más que amada. La admiración del otro respalda y reconfirma la autoestima, la autoidealización del self grandioso patológico. La admiración de los otros reemplaza las funciones normalmente protectoras y autorreguladoras de la autoestima del superyó debilitado y distorsionado, principalmente del ideal del yo.

A veces, la elección de una pareja incluye esfuerzos por curar la propia patología. Estos esfuerzos curativos pueden desarrollarse en los sistemas del ideal del yo de la pareja y en los conflictos pasados inconscientes.

5.1.1 La idealización y el amor sexual maduro (EL AMOR SEXUAL MADURO)

David (1971) y Chasseguet-Smirgel (1973) explican la importancia de la idealización en la relación amorosa. Ellos entienden que el estado de enamoramiento enriquece el self y acrecienta su investidura libidinal, porque realiza un estado ideal del self y porque la relación del self exaltado con el objeto reproduce la relación óptima entre el self y el ideal del yo.

Chasseguet-Smirgel citado por Kernberg (2003) dice que en el amor maduro, en contraste con los enamoramientos transitorios del adolescente, hay una proyección limitada de un ideal del yo moderado sobre el objeto idealizado del amor y un realce simultáneo de la investidura narcisista (en el self) como resultado de la gratificación sexual que procura el objeto amado.

La idealización normal constituye un nivel evolutivo avanzado del mecanismo mediante el cual la moral del infante y el niño se transforma en un sistema ético adulto. Concebida de este modo, la idealización, es una función de la relación amorosa madura, y establece continuidad entre el amor adolescente “romántico” y el amor maduro. En condiciones normales, lo que se proyecta no es el Ideal del Yo, sino los ideales que derivan de desarrollos estructurales dentro del Súper Yo (entre ellos el Ideal del Yo).

La idealización temprana del cuerpo del otro amado y la idealización posterior de la persona total del otro evolucionan hasta convertirse en la idealización de un sistema de valores, una idealización de los valores éticos, culturales y estéticos, desarrollo que asegura la capacidad para el enamoramiento romántico (Kernberg, 2003).

5.1.2 El narcisismo desde la perspectiva de la psicología del Yo

Hartmann distingue las catexias del Yo de las catexias del Self (sí mismo) y reserva para estas últimas el término “narcisismo”. El yo como instancia psíquica sería solo una subestructura de la personalidad, el self estaría compuesto por subestructuras entre las cuales no solo se cuenta el Yo sino que también esta el Súper Yo y el Ello.

Lo opuesto a la catexia del objeto no es la catexia del yo, sino la catexia de la propia persona, ósea, la catexia de sí mismo; esta catexia no se da a entender si está situada en el ello, el yo o el superyó. En esta formación se encuentra el narcisismo, así el narcisismo es la catexia libidinal no del yo sino del sí mismo, (Zamora, 2009).

Las interacciones de los narcisistas con otras personas están enfocadas a sí mismos en medida inusual; sienten gran necesidad de ser amados y admirados y presentan una curiosa contradicción entre un concepto muy elevado de sí mismo y una desmedida necesidad de homenaje por parte de los demás. Su vida emocional carece de hondura; experimentan escasa empatía hacia los

sentimientos de otras personas; disfrutan poco de la vida más allá del tributo que reciben de los demás y en sus propias fantasías grandiosas; caen en el desasosiego y aburrimiento cuando el brillo externo se desvanece y no encuentran nuevas fuentes para alimentar su autoestima. Sienten envidia hacia los demás; tienden a idealizar a las personas de quienes esperan una gratificación de su narcisismo y a desvalorizar y despreciar aquellos de quienes ya nada esperan, muchas veces sus antiguos ídolos, (Kernberg, 1979).

Se observa una notable carencia de relaciones objetales; en un nivel más profundo, sus interacciones reflejan relaciones objetales internalizadas muy intensas, primitivas y de naturaleza atemorizante, y su incapacidad de depender de sus objetos buenos internalizados.

En la personalidad narcisista tiene lugar una nueva fusión de las imágenes internalizadas de sí mismo y de los objetos en una etapa del desarrollo en que los límites yoicos ya están estabilizados. En ese momento y a modo de defensa contra una realidad intolerable en el campo interpersonal se produce una fusión de las imágenes del sí mismo ideal, del objeto ideal y del sí mismo real, junto con la desvalorización y destrucción tanto de las imágenes objetales como de los objetos externos.

El Súper Yo normal integra las imágenes ideales de sí mismo y de los objetos; la tensión entre esas imágenes ideales integradas y las imágenes reales de sí mismo se transforma en tensión entre el yo y el Súper Yo.

Hartmann citado por kernberg (1979) definió al narcisismo normal como la catexización libidinal del sí-mismo. El sí mismo es una estructura intrapsíquica formada por múltiples representaciones de sí mismo con sus correspondientes disposiciones afectivas. Las representaciones de sí mismo son estructuras afectivo-cognitivas que reflejan la manera en que un individuo se percibe a sí mismo en las interacciones reales con los demás y en interacciones fantaseadas con representaciones internas de otras personas significativas, ósea con representaciones objetales.

El sí mismo forma parte del yo que contiene además las representaciones objetales ya mencionadas, imágenes del sí mismo e imágenes objetales ideales, en distintos niveles de personificación, abstracción e integración.

El sí mismo se relaciona con representaciones objetales integradas las cuales han incorporado las “buenas” y “malas” relaciones objetales en imágenes integrales de las demás; de la misma forma el sí mismo representa una integración de imágenes contradictorias del sí mismo “totalmente buenas” o “totalmente malas”, las cuales derivan de primitivas imágenes del sí mismo de origen libidinal y agresivo, respectivamente.

Puesto que la falta de integración del sí mismo está acompañada en general por la falta de integración de las representaciones objetales, éstas no son más que caricaturas superficiales “totalmente buenas” o “totalmente malas”; de ahí la gran dificultad de la persona para integrar sus percepciones de los otros en un todo significativo; en consecuencia su capacidad de empatía o de hacer una apreciación confiable y profunda de los demás es escasa o nula, y su conducta está regulada por las percepciones inmediatas y no, por un modelo internalizado, constante y coherente de los otros.

La autoestima o autoconsideración representa las modalidades más diferenciadas de catectización narcisista, en cuanto que las manifestaciones más primitivas están representadas por sensaciones difusas de placer o bienestar, o por estados afectivos que expresan euforia o satisfacción.

Las estructuras intrapsíquicas y los factores externos que determinan la catectización libidinal del sí mismo, son:

1.- Sí mismo ideal y metas del yo.

Dentro del yo las metas inconscientes, preconscientes y conscientes (las cuales reflejan diversas etapas de desarrollo desde las primitivas imágenes ideales del sí mismo hasta las metas maduras) representan el nivel de aspiración respecto del cual se mide la realidad del sí mismo. Como lo señaló Hartmann citado por

Kernberg (1979). Además de las autocríticas de origen superyoico, existen funciones autocríticas ejercidas por el yo que sirven para regular la autoestima.

El sistema narcisista incluye el sistema de ideales o metas y la confrontación entre los ideales y el desempeño, lo que en la teoría freudiana constituye el Ideal del Yo que el yo persigue y que en los momentos que lo consigue puede sentirse equiparado a un yo ideal, y cuando lo pierde caer en el negativo del yo ideal.

El sistema narcisista comprende la percepción de los estados subjetivos, el contacto que se tiene con lo que sucede en la propia mente (autopercepción) la valoración que se hace sobre lo que se es, se piensa o se siente (autoestima) y el tono afectivo con que se desarrolla la conservación interna (autoempatía).

El deseo narcisista tiene su origen, se construye y se consolida en el seno de la relación con los padres y con todos los adultos significativos que pueden devolverle al niño el reconocimiento de su existencia y valoración. (Bleichmar, 2005).

Bibring citado por Kernberg (1979). Habló de una predisposición esencial a la depresión que caracteriza a la vivencia yoica de desamparo y desesperanza, cuando no se logra o se pierde un estado deseado para el sí mismo. Sandler y Rosenblat citados por Kernberg (1979). Se refirieron a este mecanismo al describir las tensiones entre el sí mismo real y el sí mismo ideal.

2.- Representaciones Objetales

Otra de las estructuras yoicas que intervienen en la regulación de la autoestima, ósea en la provisión de suministros narcisistas o de catexias libidinales del sí mismo, es el mundo de objetos internalizados o representaciones objetales, íntimamente ligado con el sí mismo integrado. Kernberg (1979) menciona las funciones de protección que cumplen las representaciones objetales en momentos de crisis o pérdidas, y sugiere que la regresión al servicio del yo puede ser entendida en parte como una activación regresiva de relaciones objetales internalizadas del pasado, en cuyo contexto el amor y la reconfirmación ofrecidos

por las representaciones de objetos “buenos” resarcen al sí mismo de las frustraciones de la realidad.

3.- Factores Superyoicos

Hay 2 estructuras superyoicas principales que regulan la autoestima. La primera comprende los diversos niveles de estructuras superyoicas que llevan a cabo una evaluación crítica del yo en función de las demandas y castigos superyoicos. Jacobson citado por Kernberg (1979). Analizó los niveles de desarrollo del superyó y sus efectos regulatorios sobre el sí mismo, ejercidos mediante funciones que van desde la variación de estados de ánimo hasta autocriticas de fundamentos reales.

Los aspectos críticos y punitivos del superyó regulan la autoestima a través de la función esencialmente “negativa” de formular objeciones al sí mismo. La otra estructura superyoica que interviene en la regulación de la autoestima es el ideal del yo (derivado de la integración de imágenes de objetos ideales y del sí mismo ideal, introyectadas en el superyó a partir de la infancia y la niñez temprana). Que exalta la autoestima cuando el sí mismo demuestra estar a la altura de sus demandas y expectativas; Schafer citado por Kernberg (1979). Se refirió a esta situación protectora del ideal del yo.

4.- Factores Instintivos y Orgánicos

La autoestima aumenta cuando se han satisfecho las necesidades instintivas y cuando el sí mismo ha logrado conciliar sus necesidades internas con los requerimientos ambientales. Un buen estado de salud reafirma tanto la integridad del sí mismo como su catectización libidinal. La salud y la enfermedad físicas constituyen determinantes decisivos del equilibrio normal o anormal de la catectización narcisista.

5.- Factores Externos

Los factores de la realidad que influyen en la regulación de la autoestima son:

- a) Gratificaciones libidinales provenientes de objetos externos.

- b) Gratificación de metas y aspiraciones yoicas a través del buen funcionamiento o el éxito social.
- c) Gratificación de aspiraciones intelectuales o culturales concretadas en el entorno.

Existen una serie de circunstancias que pueden disminuir las cargas libidinales del sí mismo; por ejemplo, la pérdida de fuentes externas de amor, el fracaso en el cumplimiento de metas o expectativas yoicas, presiones superyoicas reactivadas ante demandas instintivas inaceptables para el superyó, incapacidad de satisfacer las expectativas del ideal del yo, frustración general de las necesidades instintivas o enfermedades físicas.

En el duelo patológico por ejemplo, el daño narcisista resultante de la pérdida externa de un objeto está reforzado por un aumento de las presiones superyoicas que reflejan la culpa inconsciente por la pérdida de ese objeto, por el debilitamiento secundario de la carga libidinal que el sí mismo recibe de las representaciones objetales; la presión superyoica convence al sí mismo de que ya no merece el amor de sus objetos internos y externos.

Tanto el narcisismo adulto como el infantil incluyen “egocentrismo”, pero la autocatectización del narcisismo adulto normal se funda en metas, ideales y expectativas maduras, mientras que la autocatectización infantil normal se cumple en función de imponer exigencias y buscar poder.

Para concluir la parte teórica de esta investigación se hará referencia al último tema de interés dentro de la misma, el cual hace referencia a las principales características del adulto temprano, que es en el cual predominan todos los aspectos del ideal del yo y su repercusión en la elección de pareja.

6.- Adulto Temprano

“La madurez del hombre es haber vuelto a encontrar la seriedad con la que jugaba cuando era niño”.

Friedrich Nietzsche

Erikson en su teoría del desarrollo psicosocial propone 8 etapas del desarrollo a lo largo del ciclo vital. Cada etapa involucra lo que él considera una crisis de la personalidad, que es un tema psicosocial fundamental de particular importancia en ese momento y que seguirá siéndolo en cierto grado durante el resto de la vida.

Cada etapa requiere el equilibrio entre una tendencia positiva y una negativa. El desarrollo apropiado de cada etapa resulta en el desarrollo de una “virtud” o fortaleza particular, (Papalia, 2004).

Estas etapas son:

- 1.- Confianza básica frente a desconfianza.
- 2.- Autonomía frente a vergüenza y duda.
- 3.- Iniciativa frente a culpa.
- 4.- Laboriosidad frente a inferioridad.
- 5.- Identidad frente a confusión de identidad.
- 6.- Intimidad frente a aislamiento
- 7.- Generatividad frente a estancamiento
- 8.- Integridad del yo frente a desesperación.

Para fines de esta investigación solo se mencionará la Fase 6 de Erikson del desarrollo psicosocial nombrada: Adquisición de un sentido de la intimidad y la solidaridad, y evitación de un sentido del aislamiento: realización del Amor.

Concluidas la niñez y la primera juventud, el individuo comienza la vida como miembro integral de la sociedad. El logro de la adultez psicológica implica un crecimiento continuado y un tiempo socio psicológico consagrado al estudio o al trabajo en una carrera dada, así como la intimidad social con el otro sexo a fin de elegir un compañero para la prolongada relación íntima del matrimonio como persona, ser social y ciudadano, (Erikson citado por Maier, 1989).

Amar y encontrarse en otra persona es dar satisfacción y placer. En la sexta etapa denominada adulto joven, de acuerdo a los estadios psicosexuales se encuentra a la par con la genitalidad, la crisis que se presenta en esta etapa es la de intimidad versus aislamiento, las relaciones significativas en esta etapa abarcan amistades, sexo, competición y cooperación, la fuerza básica adquirida en esta etapa es Amor, la patología es la exclusividad, el ritualismo es el elitismo, (Erikson, 2000).

La gente experimenta intimidad frente al aislamiento. Esta crisis se origina del deseo poderoso de compartir la vida con alguien más, (Stassen, 2009).

La intimidad progresa de la atracción en la relación personal y de allí al compromiso duradero. Cada relación requiere un sacrificio personal, que incluye la vulnerabilidad que trae aparejada una autocompensación más profunda. Como lo explica (Erikson citado por Stassen, 2009).

Erikson citado por Butler-Bowdon (2009) observó que la verdadera crisis en la vida de una persona tiene lugar a menudo a finales de la década de los 20 años, cuando se da cuenta de que está excesivamente comprometida con un camino que no siente como suyo, incluso si al principio entro en el con entusiasmo. Su mismo éxito le ha hecho caer en un agujero que puede exigir toda su fuerza psicológica para salir de él.

Durante la década de los 20 años la persona se ve obligada a ir construyendo su camino en la vida, descubriendo los modos de ser o hacer que da la sensación al individuo de estar vivo y tener esperanzas. Es posible que las personas tomen alguno de estos 2 caminos: hacer lo que se “debe” según las expectativas de la familia y los amigos o “ir a la aventura y encontrarse consigo mismos”. O se busca seguridad y compromisos, o se evitan los compromisos por completo. (Sheehy citado por Butler-Bowdon, 2009)

Gould citado por Gross (2005) considera que el impulso del desarrollo adulto se dirige hacia la adquisición de la conciencia y aceptación de si mismos como creadores de sus propias vidas y lejos de la suposición de que las reglas y

normas de la infancia determinan el destino de las personas. Es preciso que el individuo se libere de la ilusión de seguridad absoluta, misma que dominó la infancia. Esto implica transformaciones, abandonar la seguridad del pasado para formar las propias ideas. Se tiene que remplazar el concepto de dependencia de los padres por un sentido de autonomía o dominio de si mismo.

Hallar un sentido de la solidaridad en la elección de un compañero representa el ideal de toda la experiencia anterior con el sexo opuesto es una actividad que depende de la suerte, y viene a reforzar este hecho la existencia de una crisis de desarrollo contraria, que se relaciona con el estudio de aislamiento y distancia si el individuo permanece solo.

Para que se establezca la intimidad, el adulto joven debe “enfrentar el miedo a la pérdida de su ego en situaciones que requieren autoabandono en la solidaridad de las afiliaciones cercanas y uniones sexuales, en amistades y en el combate físico, en experiencias inspiradas por maestros y en la intuición por la recesión del yo. Evitar tales experiencias puede conducir a un agudo sentimiento de aislamiento y la consecuente autoabsorción”.

De acuerdo con una teoría más reciente, un aspecto más importante de las relaciones humanas íntimas es la “autoexpansión”, la idea de que cada persona amplíe su entendimiento, experiencias y recursos a través de los amigos íntimos, amantes y parientes, (Stassen, 2009).

Los amigos nuevos y viejos son cruciales particularmente durante la adultez temprana, en especial para aquellos que no poseen un compañero amoroso permanente Kalmijn citado por Stassen (2009) en esta etapa de la vida, las obligaciones familiares son mínimas, ya que pocos adultos jóvenes tienen esposa, niños dependientes o parientes ancianos. En cambio, tienen amigos.

Los adultos jóvenes tienen muchos confidentes que brindan consejos, compañía, información y simpatía Radmancher y Azmitia citados por Stassen (2009). En la adultez temprana es cuando se forman las amistades más íntimas; la gente tiende a hacer más amigos durante estos años que en periodos posteriores.

En cuanto al desarrollo emocional, la mayoría de los adultos jóvenes tienen una buena opinión sobre sí mismos, (Stassen, 2009).

Si los jóvenes adultos no son capaces de hacer compromisos personales profundos con otros, pueden aislarse y ensimismarse. Sin embargo necesitan de cierto aislamiento para reflexionar sobre su vida mientras trabajan para resolver demandas conflictivas de la intimidad, competitividad y distancia, y desarrollan un sentido ético, el cual es considerado como la marca del adulto. (Erikson citado por Papalia, 2004).

Las relaciones íntimas exigen sacrificio y compromiso. Los jóvenes adultos que han desarrollado un fuerte sentido del yo durante la adolescencia están listos para fundir su identidad con la de la otra persona.

La resolución de esta etapa produce la virtud del amor. La devoción mutua entre dos compañeros que han decidido compartir sus vidas, (Papalia, 2004).

Al ser independientes, los jóvenes adultos buscan intimidad emocional y física en las relaciones con los pares y las parejas románticas. Estas relaciones requieren habilidades como la consciencia de sí, empatía, habilidad para comunicar emociones, toma de decisiones sexuales, resolución de conflictos y habilidad para mantener compromisos.

Erikson citado por Papalia (2004) creía que la tarea crucial de la juventud era el desarrollo de las relaciones íntimas, la intimidad puede incluir o no contacto sexual. Un elemento importante de la intimidad es la autorrevelación: “revelar a otro información importante acerca de uno mismo. La intimidad incluye también un sentido de pertenencia.

Sternberg citado por Papalia (2004) desarrolla una “Teoría Triangular del amor” la cual señala que los 3 elementos del amor son la intimidad, la pasión y el compromiso. La intimidad es el elemento emocional, involucra autorrevelación, la cual conduce a la conexión, la calidez y la confianza. La pasión, el elemento

motivacional, se basa en pulsiones internas que traducen la activación fisiológica en deseo sexual. El compromiso, el elemento cognoscitivo, es la decisión de amar y permanecer con el ser amado. El grado en que cada uno de los 3 elementos esté presente determina qué tipo de amor tienen las personas.

Freud citado por Maier (1989). Señala que el individuo demuestra su capacidad de realizar una adultez sana mediante su capacidad para amar y trabajar.

Madurez de la persona humana, con capacidad de amar y trabajar:

- a) No son los factores psicológicos los que deben tomarse en cuenta para entender la madurez humana, sino la realización de ellos en bien de los demás, esto es, la posibilidad de servir a los otros y a la sociedad en la que se vive.

- b) La capacidad de trabajar está íntimamente unida a la de amar. Por tanto, la persona no sólo trabaja para satisfacer sus necesidades, sino para el bienestar de los demás, en función de un mundo más justo, (Rage, 2002)

El primer compromiso que la persona tiene es consigo misma. Ya que, nadie da lo que no tiene. Para poder amar a otros es necesario primero amarse a sí mismo con un amor sano.

Según Piaget citado por Maier (1989) a diferencia del niño el joven se convierte en un individuo que piensa más allá del presente, elabora teorías acerca de todo, complaciéndose especialmente en reflexiones acerca de lo que no es. Adquiere la capacidad de pensar y razonar fuera de los límites de su propio mundo realista y de sus propias creencias.

El joven puede soñar de acuerdo con la expresión popular, acerca de todas las posibles implicaciones, sin determinar que es práctico y socialmente real, por lo menos de forma provisional. La formación de una posición social e ideacional está estrechamente vinculada con la adquisición de valores morales o con la ejercitación de la conciencia.

En los adultos jóvenes el Ideal del Yo se presenta en que los individuos en esta etapa, tienen elevadas aspiraciones, la mayoría de ellas no culminan en metas realistas. Las personas repiten este patrón de ambiciones y metas sin cumplir de forma repetida y sin hacer algo por obtener lo que desean. Esto afecta su desempeño laboral, los logros académicos y la búsqueda de relaciones objetales gratificadoras, (Blos, 2003).

Piaget citado por Maier (1989) habla de que el joven adquiere un equilibrio que puede explicarse mediante 4 realizaciones del desarrollo:

- 1.- El mundo social se convierte en una unidad orgánica, que tiene leyes y regulaciones propias, así como divisiones de roles y funciones sociales.
- 2.- Un sentido de la solidaridad moral, cultivado conscientemente, ha disuelto la egocentricidad.
- 3.- De ahora en adelante, el desarrollo de la personalidad depende de un intercambio de ideas mediante la intercomunicación social, en lugar de la simple imitación mutua.
- 4.- un sentido de la igualdad ocupa el lugar de la sumisión a la autoridad adulta.

El pensamiento en la adultez difiere del pensamiento temprano en tres aspectos principales: es más práctico, más flexible y más dialécticos. De acuerdo a esto, el adulto temprano comienza a darse cuenta de que “existen múltiples puntos de vista del mismo fenómeno”, (Stassen, 2009).

La adultez temprana es “un momento crucial para el desarrollo de la visión del mundo” Arnett citado por Stassen (2009), no solo en cuanto al sexo y a las relaciones, sino también con respecto a la carrera y al estilo de vida.

La mayoría de los adultos jóvenes todavía están buscando establecer quienes son. Los jóvenes ponderan los compromisos religiosos, roles sexuales, lealtades

políticas y opciones laborales, y tratan así de reconciliar las esperanzas en el futuro con las creencias adquiridas en el pasado, (Stassen, 2009).

Referencias Bibliográficas

- Berenstein, I. (1991). *Familia e Inconsciente*. Argentina: Paidós
- Berger, K. S. (2009). *Psicología del desarrollo*. España: Panamericana
- Bleger, D., Miller, J-A. (1992). *El peso de los ideales*. Buenos Aires. Paidós.
- Bleichmar, E. D. (2005). *Manual de Psicoterapia de la relación padres e hijos*. Barcelona: Paidós.
- Brenner, Ch. (1958) *Elementos Fundamentales del Psicoanálisis*. Argentina: Libros Básicos.
- Blos, P. (2003). *La Transición Adolescente*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Boszormenyi-Nagy, I. (2008). *Lealtades Invisibles, reciprocidad en terapia familiar intergeneracional*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Bowen, M. (1998). *De la familia al individuo, la diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. España: Paidós.
- Butler-Bowdon, T. (2009). *50 clásicos de la psicología*. España: Sirio.
- Castells, P. (2008). *Psicología de la familia, conocernos más para convivir mejor*. España: Ceac.
- Delval, J. (1999). *El desarrollo humano*. España: Siglo Veintiuno.
- Dicaprio. (1989). *Teorías de la personalidad*. México: Mc graw Hill.
- Eguiluz, L. (2003). *Dinámica de la Familia, un enfoque psicológico sistémico*. México. Pax.
- Erikson, E. H. (2000). *El ciclo vital completado*. España: Paidós.
- Fenichel, O. (2003). *Teoría Psicoanalítica de las neurosis*. México: Paidós.
- Freud, A. (2010). *El yo y los mecanismos de defensa*. México: Paidós.

- Fromm, E. (2004). *El arte de amar*. México: Paidós.
- Gonzalez, J.J. (2004) Relaciones Interpersonales. México: Manual Moderno}
- Gross, R. D. (2005). *Psicología La ciencia de la mente y la conducta*. México: Manual Moderno.
- Horney, K. (1979). *El nuevo psicoanálisis*. México: Fondo de cultura económica.
- Horney, K. (1997). *La personalidad neurótica de nuestro tiempo*. México: Paidós.
- Horney, K. (1973). *Nuevas perspectivas del psicoanalisis*. Buenos Aires : Psique.
- Instituto Panamericano de Alta dirección de Empresa (2009). La Persona y la Experiencia Familiar; programa persona y familia. México. Universidad Panamericana.
- Jaramillo, J. (2009). *TE AMO... Pero soy feliz sin ti*. México: Diana.
- Kernberg, O. (1979) Desórdenes fronterizos y Narcisismo patológico. España. Paidós
- Kernberg, O. (1998) La Teoria de las relaciones objetales y el psicoanálisis clínico. México. Paidós.
- Kernberg, O. (2003) Relaciones Amorosas. México: Paidós
- La voz de Michoacán. Lunes 14 de Febrero del 2011. Facetas “amar tiene su ciencia” págs. 4F y 5F.
- Ledford, B. (2007) Interpretación de las teorías de la personalidad. México. Trillas.
- Lemaire, J. (2003) La pareja humana: su vida, su muerte. México. Fondo de cultura económica.
- Lopez, P y Valencia, L. (2000). *Atrévase a vivir en pareja*. México. Ediciones Cuellar.

Maier, H. (1989). Tres teorías sobre el desarrollo del niño: Erikson, Piaget y Sears. Argentina. Amorrortu Editores.

Milmaniene, J. (2000). Extrañas Parejas psicopatología de la vida erótica. Argentina. Paidós.

Neuhauser, J. (2002) Logrando el amor en la pareja. España: Herder.

Palacios, J. (2003) Familia y Desarrollo Humano. España. Alianza Editorial.

Palmero, F. (2002). *Psicología de la motivación y emoción*. España: Mc Graw Hill.

Papalia, D. (2004) Desarrollo Humano. México. Mc Graw Hill.

Pérez, O. (2011) "Las Lealtades Invisibles como origen de los conflictos de pareja: una propuesta". Tesis de Licenciatura. Escuela de Psicología. Morelia, Michoacán: Universidad Vasco de Quiroga.

Portuondo, J. (2001) Psicopatología en psicología Clínica, México: Manual Moderno.

Rage, E. (2002). El ciclo vital de la familia y la pareja. México. Plaza y Valdez Editores.

Rage, E. (1996) La pareja, elección, problemática y desarrollo. México. Plaza y Valdez editores.

Reeve, J. M. (2003). *Motivación y Emoción*. México: Mc Graw Hill.

Rojas, E. (2004). El amor inteligente corazón y cabeza: claves para constituir una pareja feliz. México. Planeta.

Ruiz, M. (2001). *La Maestría del amor*. España: Urano.

Satir, V. (1991) Relaciones Humanas en el núcleo de la familia. Colombia. Pax

Schultz D. (2004) Teorías de la personalidad. México. Thomson.

Tapia, M. (2004) "La Pareja funcional, un punto de vista humanista". Morelia, Michoacán. Tesis de Maestría. Escuela de Psicología. Universidad Vasco de Quiroga.

Tinajero, B. (2010) cuadernos de divulgación de investigación II. Artículo "El Impacto del ambiente familiar en las relaciones de pareja de los adolescentes" México: Universidad Vasco de Quiroga.

Willi, J. (2004). Psicología del Amor, el crecimiento personal en la relación de pareja. España. Herder.

Zamora, R. (2009) Las Funciones del yo en el marqués de Sade. Tesina de Licenciatura. Escuela de Psicología. México: Universidad Michoacana de san Nicolás de Hidalgo.

CAPITULO 2. METODOLOGÍA

2.1 ENFOQUE

El presente proyecto de investigación, utiliza un enfoque de tipo cualitativo. El cual, proporciona diferentes alternativas al investigador para tener un conocimiento más profundo de una situación en concreto que le permita resolver un problema. A veces, es referido como investigación naturalista, fenomenológica, interpretativa o etnográfica, que incluye una variedad de concepciones visuales, técnicas y estudios no cuantitativos (Grinnell, 1997).

Aunado a esto, Hernández (2008) argumenta que el enfoque cualitativo es naturalista porque estudia a los objetos y seres vivos en sus contextos naturales, e interpretativo porque intenta describir e interpretar algunos fenómenos humanos, a menudo en palabras propias de los individuos seleccionados.

Los métodos cualitativos mantienen como una de sus premisas fundamentales que la investigación solo podrá acceder al conocimiento de la realidad comprendiendo el punto de vista del informante.

2.2 TIPO DE ALCANCE: DESCRIPTIVO

Hernández (2008) refiere que en el estudio descriptivo se busca especificar las propiedades, características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis, es decir, miden la evaluación de la recolección de datos acerca de diversos conceptos, aspectos, dimensiones o cuestiones y se mide o recolecta información sobre alguna de ellas.

Este tipo de alcance estudia situaciones que ocurren en condiciones naturales y son diseñados para describir la distribución de variables. De ellos se derivan frecuentemente eventuales hipótesis de trabajo susceptibles de ser verificadas en una fase posterior.

2.3 OBJETIVO GENERAL Y OBJETIVOS PARTICULARES

2.3.1 Objetivo General

Describir la función que tiene el ideal del yo y el miedo con la desilusión en la elección de pareja en mujeres universitarias.

2.3.2 Objetivos Particulares:

- Ψ Identificar el tipo de personalidad de las mujeres.
- Ψ Descubrir la forma como se elige pareja desde el ideal del yo.
- Ψ Encontrar los motivos por los cuales una mujer sabotea la relación de pareja.
- Ψ Ubicar las características de la pareja ideal desde los padres.
- Ψ Definir el tipo de personalidad de las mujeres.
- Ψ Conocer el grado de influencia del grupo social al que pertenecen.
- Ψ Analizar el significado que tiene para sus padres el noviazgo.
- Ψ Determinar las expectativas a futuro.

2.4 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Una de las principales tareas del adulto temprano de acuerdo con Erikson citado por Papalia (2004) es la de encontrar una pareja, con la cual compartir y desarrollar ciertos aspectos de la persona para favorecer su crecimiento de acuerdo al ciclo vital. Cuando el ideal del yo es demasiado fuerte en la persona, nos lleva a cuestionarnos ¿Qué influencia tiene el ideal del yo como limitante para la elección de pareja en mujeres universitarias? Esto nos dirige a formularnos las siguientes preguntas:

1. ¿Las mujeres huyen de la elección de pareja ante cualquier dificultad?
2. ¿Las mujeres están más enamoradas de la parte ideal de la persona que de la personal real?
3. ¿Las mujeres se quejan de que los hombres no son ideales?
4. ¿Qué tanto influye el concepto de pareja de los padres en estas mujeres?

2.5 SUPUESTOS

1. Las mujeres evitan comprometerse con la pareja real.
2. Las mujeres prefieren tener un amor ideal para no comprometerse.
3. Las mujeres eligen hombres con características similares entre si para tener a quien culpar.
4. Las mujeres eligen hombres inalcanzables.
5. Analizar los sentimientos que surgen en razón de la desilusión y frustración por no haber sido correspondida.

2.6 EJES TEMÁTICOS

Los ejes temáticos que se desarrollarán son:

- 1.- Eje I. Elección de Pareja Ideal.
- 2.- Eje II. Significado de la pareja a través de los padres.
- 3.- Eje III. La Pareja como tal.

2.7 POBLACIÓN

La población utilizada para esta investigación, fueron en total 14 mujeres, todas estudiantes universitarias, procedentes de diversas escuelas: Universidad Vasco de Quiroga, Universidad de Morelia, Universidad Tec Milenio, Facultad de Medicina de la Universidad Michoacana de san Nicolás de Hidalgo, Tecnológico de Morelia e Instituto Michoacano de Ciencias de la Educación. Todas ellas solteras y que se les dificulte conseguir pareja Las edades de estas mujeres se distribuyen de la siguiente manera: 2 participantes de 23 años de edad, 3 participantes de 22 años de edad. 4 participantes de 21 años de edad. 4 participantes de 19 años de edad, 1 participante de 18 años de edad. Las carreras que estudian se distribuyen así: 5 estudian Ciencias de la Comunicación, 4 estudian Psicología, 1 Marketing, 1 Medicina, 1 Ingeniería Bioquímica, 1 Educación Especial, 1 Nutrición.

Cabe destacar, que estas mujeres fueron elegidas por recomendación entre ellas mismas, ya que, al aplicarles la batería de pruebas psicométricas y explicarles el objetivo de la investigación ellas llevaban e invitaban a más participantes.

2.8 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Entrevista a Profundidad

Se define como el diálogo que se establece entre dos o más personas en donde se abordan aspectos internos de la personalidad. Taylor y Bogdan (1994), la definen como encuentros retirados cara a cara entre el investigador y los informantes, encuentros dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal y como las expresan con sus propias palabras. El entrevistador debe contenerse y no expresar sus opiniones; se entiende que la conversación es privada y confidencial; el flujo de información es en gran medida unilateral; el entrevistador comunica un interés genuino en las opiniones y experiencias de la gente y está dispuesto a escuchar el tiempo que sea necesario. La entrevista a profundidad requiere la capacidad para relacionarse con otros en sus propios términos y enfatiza las habilidades de no abrir juicio, permitir que la gente hable, prestar atención y ser sensible.

Redes semánticas

Esta técnica permite tener información de los modos del conocimiento del individuo a través de asociaciones naturales y libres proporcionadas por el sujeto. Pueden utilizarse como método de evaluación de situaciones de intervención social y en estudios de actitudes. Figueroa (1980) argumenta que este modelo intenta proporcionar una explicación del problema de las relaciones entre los nodos conceptuales que constituyen la estructura básica de la red. Para lograrlo los participantes de la investigación realizan fundamentalmente dos tareas: definir la palabra estímulo con un mínimo de cinco palabras sueltas y, una vez que lo han

hecho, jerarquizar éstas considerando la importancia que cada palabra definidora tiene en función de la palabra estímulo.

CAQ

Es un test creado por S. E. Krug en 1980, el cual Evalúa 12 aspectos clínicos de la personalidad normal (hipocondría, depresión suicida, agitación, depresión ansiosa, depresión baja-energía, culpabilidad-resentimiento, apatía-retirada, paranoia, desviación psicopática, esquizofrenia, psicastenia y desajuste psicológico).

Este cuestionario fue elaborado para completar la información que se obtiene a través de algunas pruebas de personalidad (rasgos no patológicos) y surgió con la pretensión de medir de manera simultánea rasgos normales y patológicos y permitir un perfil completo y multidimensional del sujeto. Consta de 144 elementos cada uno con tres alternativas de respuesta (A, B y C).

Figura Humana

Fue elaborado por Karen Machover en 1949. A través del dibujo de la figura humana, la personalidad proyecta toda una gama de rasgos significativos y útiles para un mejor diagnóstico psicodinámico. Por medio del dibujo la persona se enfrenta a la vivencia que posee de su esquema corporal. El dibujo de la figura humana puede ser una proyección de la imagen corporal, del concepto de sí mismo, de las cualidades que pertenecen a la propia persona proyectadas simbólicamente, las actitudes hacia otras personas en el medio ambiente, los hábitos, los efectos de circunstancias exteriores y el tono emocional. (Portuondo, 1971).

Test de la Pareja

Fue creado por Isidoro Berenstein en 1958. Surge del dibujar la figura humana en tanto técnica proyectiva. Sin embargo, el test de la pareja abarca más directamente la evaluación de los aspectos vinculares, tomando para ello a Machover. Bernstein citado por Toledo (2010) afirma que su test ofrece una objetivación de la “pareja interna” del examinado, es decir, una imagen de la

pareja que este necesita, aportando datos sobre el tipo de vínculo fantaseado a nivel consiente o inconsciente. El hecho de solicitar el dibujo de dos personas en un mismo espacio desde el comienzo, promueve la movilización de una disociación instrumental mediante la cual se proyectan distintos aspectos de sí mismo en ambas figuras, así como el depositar en ellos la fantasía de un vínculo diádico. Este test busca explorar los aspectos vinculares del sujeto, junto con una objetivación de la “pareja interna” del examinado, tanto a nivel de la fantasía consiente como inconsciente. Además explora aspectos como expresión del sí mismo, identidad sexual y esquema corporal. (Toledo, 2010).

2.9 ESCENARIO

La parte práctica de la investigación se llevó a cabo en la ciudad de Morelia. En la Universidad Vasco de Quiroga ubicada en Avenida Juan Pablo II No. 555 Col. Sta. María de Guido, en la Facultad de Medicina de la UMSNH ubicada de Av. Dr. Rafael Carrillo Esq. Dr. Salvador González Herrejón S/N Colonia Bosque Cuahutemoc. y 4 en los domicilios particulares de las personas evaluadas.

2.10 PROCEDIMIENTO

Primeramente se contactó a las personas para la muestra poblacional, después se aplicó figura humana, luego se aplicó redes semánticas, posteriormente se aplicó entrevista a profundidad y finalmente se aplicó el CAQ. Consecuentemente se calificaron las pruebas y luego se dio a la obtención de resultados para llegar a conclusiones. Después de esto, se pudo abordar a las discusiones, haciendo una comparativa entre lo expuesto en el marco teórico y los resultados obtenidos.

CAPITULO 3. RESULTADOS

3.1 ANÁLISIS DESCRIPTIVOS DE LOS RESULTADOS

El análisis de los resultados se llevó a cabo de acuerdo a cada eje temático:

EJE 1.- ELECCIÓN DE PAREJA IDEAL

	Entrevista Características pareja ideal	Razones para querer pareja ideal	Atractivos de un hombre
P1	Inteligente, con muy buenos sentimientos, cariñoso, respetuoso, fiel que me quiera mucho. Que acepte a las personas que me rodean, que no se fije en el físico. Que sea sociable pero no tanto, que se integre pero que no sea así de andar abrazando a todas. Que no tenga que estar rodeado de tantas mujeres	Porque, siento que ayudaría a que me sintiera más segura el tener a alguien así con esas características.	Que sea diferente a los demás, en sentido como de forma de pensar y no se, me fijo mucho en los sentimientos, que tenga ciertas características como que sea noble, humano, que se preocupe por los demás no solo por él e inteligente.
P2	Alguien responsable, lindo tierno, comprensivo, leal, divertido, que sepa hacerme reír, y que al mismo tiempo me haga sentir querida y cuidada, protegida pero que no sea algo muy posesivo, que sepa que soy autosuficiente pero que me cuide, físicamente, que sea alto, ni flaco "spaguetti" ni acá mega titán que pueda tener una complexión que se asemeje a la mía, que sea blanco, o de tez clara no me gustan los morenos ni los negros. Con ojos bonitos, expresivos de preferencia de color, verdeditos, así como mielecita, no azules esos no tanto, que les guste vestir bien, decentes pues, con buena moral que sea cristiano ayudaría mucho, que amara a dios que no le tenga miedo al compromiso, que sea espontaneo en todo lo que hace y creativo como para conquistar. Quiero una niña te das cuenta jajajaja! O gay! Detallista, que sea medio moleston (que te mande mensajitos, que te marque) pero que no llegue al nivel de posesión.	Para sentirme completa y para sentirme complementada más bien, para sentirme a gusto, para que no sea algo temporal y pasajero, no me gustaría andar con alguien o casarme con alguien y que a los 2 o 3 años esa persona muy irresponsablemente me dijera: no sabes que ya no, yo opino que el matrimonio es algo serio for ever and ever, si desde que no eres una pareja no eres capaz de brindar lealtad o compromiso obviamente cuando estés casado no lo va a hacer. Porque si por ejemplo es espontaneo, a veces las relaciones o amistades se vuelve como muy monótono y eso es lo que nos aburre y creo que pasa igual con las parejas te encierras en un círculo vicioso y siempre haces lo mismo, pero si eres espontaneo lo cambias y lo haces divertido, porque obviamente cada pareja debe de estar basada en una amistad que sea fuerte porque es con el que vas a compartir la mayor parte de tu tiempo. porque de hecho así somos, cuando tenemos una pareja queremos que todo gire en torno a ella y llamándolos mensajeandolos por face o msn, entonces tiene que ir cambiando todo eso para que nunca te aburras, porque si te aburras también ha de ser complicado, para llenar una parte de mi que creo que no ha sido llenada porque todos ven ya últimamente a las mujeres como muy autosuficientes, sin embargo es lindo que alguien se preocupe por ti y que te quiera cuidar y te diga no te apures, no te agüites, como tener ese apoyo de alguien. Y que aparte me deje ser. A los hombres a veces no les gusta que las mujeres sean autosuficientes que no brillen porque seas fuerte o inteligente, solo porque eres bonita.	Que sea guapo, interesante, divertido, sus ojos, el como habla, el que tenga una carrera o que esté estudiando una carrera, el que sea responsable que sepa platicar que me pueda visualizar con él porque hay gente con la que no me puedo visualizar aunque ellos me busquen. Que compartamos cosas o estilos de vida en común algo en común, un gusto o pasatiempo. Que sea varonil, guapo.
P3	(Se emociona y lo piensa). Es mayor que yo, de tez blanca, cabello castaño, responsable de voz ronca cariñoso, trabajador, que le gusta indagar cosas nuevas, que no sea estático, que sea sincero, fiel y que me quiera.	no se, creo que es algo que me formule desde chiquita posiblemente de cada uno de mis novios anteriores saque ciertas características que me gustaban y forme el chico que a mi me gustaría	los brazos y sus ojos y que sea mayor que yo porque si no, no me gustan y los rechazo,
P4	Debe ser blanco, un poco más alto que yo, complexión media, inteligente, trabajador, responsable, fiel, que me quiera.	Porque se complementaria con lo que yo puedo ofrecer, si yo soy linda, lindo tiene que ser él.	Que estudie, que tenga mi nivel intelectual, que este guapo.
P5	Tiene que ser inteligente, maduro, responsable, trabajador, atento, fiel, sincero	Porque creo tendría una personalidad que complemente la mía.	Una buena conversación. Que sepa adaptarse al momento.

	y que se comunique.		Que sepa manejar su libre albedrío que no se deje influenciar que tenga carácter y que sea culto
P6	atlético de cuerpo, no importa que no sea inteligente, morenos, con buen cuerpo de preferencia médico o jugador de futbol o maestro, que tenga expectativas de vida futuras y nivel socioeconómico bueno, que le caiga bien a mis papas, que mi familia lo acepte y pase el iso 9000 que le guste leer y salir y que tenga un buen gusto musical, que salga a divertirse conmigo al cine café, o un buen concierto de rock que le guste hacer cosas locas de vez en cuando, que no sea prepotente ni vanidoso, no tan grande de edad como entre 20-22 años.	Porque creo que sería, lo mejor para mi.	Moreno, no tanto pues, que tengan buena platica, un buen plan para salir, que sea inteligente que tenga más sentido del humor, que tengan cosas en común conmigo, que tengan un bonito abdomen y espalda y bonitos músculos. Que tenga una visión clara de lo que quiere hacer a futuro k no cambie mucho de ideas y k esas ideas estén conmigo.
P7	atento, comprensivo, educado, buena onda, no sé, ni siquiera se como, cariñoso, detallista, realista	Porque creo que es importante dentro de una relación el que tu puedas dar algo y te den lo mismo.	Los ojos, y su actitud.
P8	alguien que sea honesto, sincero, guapo, confiable, bondadoso, con sentido del humor, pero que sepa en que lugares puede hacer bromas y en cuales tiene que estar serio, distinguido, diferente, cubra necesidad de los dos y no nada mas la propia, carismático, sociable, que no sea coqueto con las demás, con buenos sentimientos.	Porque así nos evitaríamos muchos problemas, y porque estaría segura que es algo en serio y algo que va a durar por mucho tiempo y así yo podría dar lo mejor de mí porque sabría que él esta dando lo mismo, sería una relación formal tal vez como más serio.	Su forma de ser.
P9	Una persona que sea soñadora tenga los objetivos bien planteados de lo que quiere ser, exitosa, que sepa confiar en los demás, que sea muy respetuosa consigo misma y con las otras personas, conmigo, muy cariñoso, que me demuestre el amor que me tiene que esta a mi nivel intelectualmente y que no esté estancado, que no sea mediocre.	porque me considero una persona exitosa y una persona que se merece lo mejor dentro de lo que ofrezco, no voy a escoger a alguien que sea menos, que no terminó la escuela y que vaya mal creo que ya he sufrido mucho	Primero, que tengan una buena sonrisa, luego que sepan como acercarse, discretos pero que sepan y congruencia en lo que digan.
P10	Que sea alguien que realmente quiera estar conmigo, sincero, tierno, que me consecuente pero al mismo tiempo me pongan limites, ósea que no sean tibios que tengan carácter. Que sean buenos hijos. Porque así también van a ser buenos padres.	Porque es bonito tener a alguien con quien compartir tu tiempo tus cosas, sentir que alguien está ahí para ti en las buenas y malas.	que me haga reír
P11	Independiente, es un adulto, trabajador, tiene intereses similares a los míos. Me respeta y respeta lo que hago y me quiere. Y obviamente yo lo quiero y me gusta.	Para poder convivir sin pelearnos tanto.	Los detalles. Como me trata, como trata a la gente y como trata al medio ambiente, y si tiene fe.
P12	Guapo, tiene un tema interesante en la platica, me hace reír, tiene la disposición para estar conmigo, es paciente, comprensivo, que le guste realizar actividades parecidas a las mías, que me respete.	Me sentiría, plena agradable compartir momentos con él me haría sentir bien	Físicamente los ojos, que tenga una mirada expresiva y el tono de voz y la platica que tiene
P13	Tiene que ser alegre, comprensivo, que podamos hablar con confianza, que tengamos los mismos principios y valores y planes de vida que puedan congeniar, viendo hacia un mismo rumbo, que sea responsable y trabajador, que se esfuerce por alcanzar lo que quiere, también que sea seguro, que disfrutes el tiempo con esa persona.	porque sería como compatible con como yo soy, quizá como son características que yo aprecio en una persona	Estatura mediana, de tez blanca, castaños, que tenga una bonita sonrisa, alegres, que si disfruta cosas como leer ir al cine, pulcro para vestir, limpio, que tenga metas fijas, que veas que se dedica a algo que no sea flojo pero también que pueda compartirlo que no sea celoso de lo que hace que pueda abrirse a otras personas, que se pueda hablar con el abierta y tranquilamente que puedas

			contarle cosas.
P14	Amoroso, que respete mi decisión que no me obligue, que me guste físicamente, emocionalmente y espiritualmente. Que tenga aspiraciones, que estudie, que trabaje, que no sea dependiente, que me comprenda, que al estar juntos seamos uno solo, que pueda comprender mis defectos y aceptar mis virtudes, que me sienta segura al lado de él, que me ame, que sea fiel.	Porque para mi son fundamentales los valores en una persona, porque debe de compartir ciertos pensamientos, sin necesariamente estar de acuerdo con ellos, pero que los respete, porque es algo que a mi me hace feliz y lo que hacen falta en mi vida y lo creo que me complementaria como persona.	Como se relaciona con las demás personas, que tan seguro y decisivo es en su actuar, la firmeza de sus acciones, que sea comprensivo, y que haya una estabilidad entre los pros y los contras. Su pensamiento, acerca de los valores, y como los hizo parte de él, y los vive en la sociedad.

	Expectativas en la pareja	Encuentros con parejas ideales	Lo que se espera de una relación de pareja
P1	Que él también entregue lo que yo doy. Que nunca me falte al respeto, que me acepte como soy, que no trate de cambiar las cosas que ya tengo que sea fiel.	No. De no andar pero de haberlas encontrado como 3. Ahorita padilla 6 meses. Las otras 2 no se porque Iván, nunca me gusto tanto tanto, pero si tenia cosas que me gustaban pero él no me atraía, Paco me gustaba pero solo me gustaba físicamente no tiene nada de lo que busco. Padilla tiene algunas de las que busco pero otras que detesto. (De las que busca es inteligente, bueno con los demás, es muy humano, tiene buenos sentimientos, me gusta a veces su forma de ser con los demás y es que a veces es cariñoso y lindo. Y detesto que tiene el carácter muy fuerte, muy grosero a veces, es coqueto y tiene como inseguridad disfrazada con seguridad jaja no se, es como muy en común conmigo tiene o lo que yo siento pues, es que como que no sabe ni que quiere, como que siempre anda en el limbo, esta con las personas pero a la vez no está.)	Fidelidad, apoyo, aceptación, respeto, comprensión, amor.
P2	Ahorita no estar sola, no tener que depender de mis amigos o de sus relaciones para tener vida social, que alguien quiera estar conmigo por ser yo, no por los beneficios que le pueda ofrecer y también para cumplir con un gusto social tanto de mi familia como de mi mamá como mío. Para sentirme protegida, que tenga un lugar, que alguien me quiere de esa manera por estabilidad emocional y en general, no económica porque obviamente no pretendo que me mantenga.	Creo que si, no era perfecto pero si era el ideal, o creo que yo no era la ideal para él o quien sabe la distancia no nos ayudo hubo una relación pero pues fue por internet así que faltaba su presencia física para que me abrazara, para que estuviera ahí conmigo como para compartir tiempo hablar en vivo y a todo color. Y la distancia ayudo a que ninguno de los 2 nos tuviéramos mucha confianza mutua, y los 2 nos volvimos muy celosos, estábamos todo el tiempo así viendo con quien salíamos ambos y se volvió muy monótona porque no podíamos hacer gran cosa mas que video llamadas o msn. Como él no podía viajar o no quería y yo tampoco pues eso era lo complicado. Duramos 7 meses.	Que nos llevemos bien, que salgamos, que nos mensajemos que se preocupe por mi yo por él que me pueda ayudar en mis momentos de angustia o de problemas que me ayude a encontrar una solución y que confié en mi que podamos encajar en la vida uno del otro. (Familia, lo que te gusta hacer, compromisos) que se lo pueda presentar a mi familia que no vaya a ser criticado ni juzgado y por ende tampoco yo,
P3	Que quiera formar una relación estable en donde haya compromiso pero que no sea para casarte mañana pero que si haya confianza y lealtad en los 2 para crear algo bonito.	no, he encontrado a alguien que tiene muchas características de lo que a mi me gustaría, pero un hombre que tal cual las rellene todas no.	Que me brinde estabilidad, felicidad y que me haga sacar esa espontaneidad de hacer cosas.
P4	Que sea responsable, que me trate bien, k podamos entendernos.	No, bueno si un muchacho en la universidad pero nunca me atreví a hablarle porque era muy guapo!!	Comprensión y compañía.
P5	Que me ayude a crecer como persona. que pasemos un buen rato.	Si, duro como 11 meses fue a distancia, terminó porque él estaba en momentos muy difíciles. Él terminó la relación	Que me ayude a crecer como persona. que pasemos un buen rato.
P6	ser feliz y madurar ambos, pasar un buen tiempo juntos, crecer, respetarse, ser mejores uno con la ayuda del otro tanto física como intelectualmente que sirvamos de apoyo mutuamente	Si, 2 años y medio en la secundaria, su familia conocía a la mía, por eso el ámbito estaba bien, era moreno con buen cuerpo, me trataba bien, como princesa, lo que yo quería en el momento que yo quería, lo que toda mujer desea, fue mi primer amor sincero no se va a volver a repetir, me la pasaba muy bien con él nos llamábamos por teléfono, y terminó por inmadurez de mi	pasármela bien y si se puede mas adelante que no creo, formar una bonita familia, tener un nivel socioeconómico y sociocultural bueno,

		parte a cada rato terminábamos y la definitiva él la termino por infidelidad mía. Tal vez por monotonía yo necesito una persona que me debata no que haga todo lo que yo diga que te haga ver otros puntos de vista.	
P7	Que exista buena comunicación y se apoyen mutuamente siempre.	No. Bueno si, porque cuando a mi me gustó él no me dijo nada y después yo tuve un novio y él me dijo que quería conmigo.	apoyo, interés cariño, confianza
P8	sinceridad, dulzura, comprensión, amor,	Si, duro 3 años 4 meses, fue muy bonita en su momento, fue lo que me esperaba y terminó por problemas ya no coincidíamos en muchas cosas, él tomó la decisión de terminar bueno ambos porque yo la acepte y creo que fue culpa de los 2.	Que no hay monotonía.
P9	Que sea una relación sana, con mucha confianza sin dramas, que no sean nada más celos y problemas juntos de la mano vayan hacia adelante que se apoyen uno en el otro.	Si. Árabe 2 meses, nos conocimos en Canadá. Terminaron por la distancia.	Respeto, confianza cariño reciproco buen humor y actitud y compromiso más que nada.
P10	Que sea buen y esposo y buen padre y que sea un compañero para toda la vida	Si, 9 meses novios saliendo casi 2 años. Terminó porque él no se sentía bien que ella estuviera dando y no recibiendo, yo no me sentía a gusto con la situación pero si quería seguir con él. Él decidió terminar.	Apoyo, amor, comprensión, lealtad, honestidad.
P11	compartir, vivir cosas juntos, posiblemente tener una familia,	No	Que haya comunicación, respeto y amor.,
P12	Que fueran honestos el uno con el otro, que nos entenderíamos, felices de poder estar juntos, súper bien entre ellos que prefieran estar juntos que con otras personas que fueran amigos.	No	Que sea lo más cercano posible a mi ideal.
P13	que sea fiel, que sea comprensiva, que pueda confiar en mi que podamos ser verdaderos amigos, y que sea como una relación que dura, que no sea efímero que no pase desapercibido en la vida de ambos, que se esfuerce que si hay problemas resolverlos, alcanzar lo que se proponga o ambos como pareja	Si. Él ya tenía pareja y los 2 éramos como muy conscientes de la situación, y no podíamos permitirnos que sucediera nada ahora somos muy amigos. Hace 1 año	Poder causar un efecto en la vida de otra persona, ayudarnos a mejorar mutuamente, si yo tengo un defecto que pueda suplirse con algo que tenga él, que sea como un apoyo constante, que sea reciproco, el amor verdadero de estar ahí fiel a pesar de las dificultades que pueda haber
P14	Que pueda ser yo misma delante de él y con mi relación con las demás personas. que no modifique mi estado de vida de manera negativa sino que lo complemente y que ayude a mejorarlo.	Si, yo misma con él no modifíco mi forma de actuar, es muy igual a mí y compartimos ciertos valores, virtudes, objetivos, y tenemos una visión muy parecida de ver la vida, siempre me lo dice y me lo demuestra con acciones, apenas van a cumplir 1 mes de estar saliendo. Nunca me había pasado, suelo rechazar a los hombres.	Comprensión, amor, respeto mutuo, que no se pierda como ese sentido individual que me de mi propio espacio, que no absorba todo mi tiempo, que tenga un objetivo, expectativas y que no se de por vencido que podamos salir adelante juntos, respetar como nuestros estilos de vida. Sin caer en la indiferencia. Respetarnos. Que acepte a mi familia y a mi tal y como somos.

	Concepto de amor	Redes Semánticas El amor es	Redes Semánticas Las relaciones de pareja deben ser
P1	Es como un sentimiento. El sentimiento más grande con el cual puedes querer a otras personas, y llegar a ser por ellas todo.	Sentimiento, sensibilidad, empatía, confianza, pasión, cariño, deseo, tristeza, alegría y dolor	Sinceras, reciprocas, sanas, serias, duraderas, honestas y respetuosas.
P2	Es cuando ya tienes un compromiso con alguien, una decisión que tomas, querer a alguien o no quererlo, tú lo decides, y es un compromiso con alguien y que quieres a esa persona por lo que es y no por lo que tú quieres que sea, no importa como sea, no importa si llegas a tener problemas como cuando te enojas con tus papas por más que te pelees siempre los vas a seguir queriendo lo mismo es con la pareja. Aunque te enojas con él y tengas problemas con él pues de todas maneras lo ames, lo	Lindo, precioso, complicado, decisión, tiempo, esfuerzo, conquista, cariño, abrazos, besos.	Respetuosas, comprensivas, leales, amistosas, creativas, espontaneas, divertidas, responsables, compromiso, amorosas.

	quieras, lo extrañas y todas esas cursilerías.		
P3	Es un sentimiento confuso, no lo puedes tocar pero lo sientes y no sabes que es ni que lo causa es algo sencillo muy lindo que te hace sonreír y que no puedes explicar.	Lindo, romántico, fiel, hermoso, lejano e irreal.	Constantes, sinceras, leales, fieles, resistentes, duraderas, de confianza, entrega, equidad, responsabilidad
P4	Es un sentimiento de diferentes sensaciones (emoción, felicidad, alegría y ansiedad). Hacia otra persona.	Lindo, contradictorio, difícil, emocionante, excitante, divertido, alocado, doloroso, locura y tranquilidad	Estables, fieles, divertidas, equitativas, responsables
P5	Una reacción química, el querer estar con una persona, aprender a perdonar, es una actitud. Una inversión de tiempo.	Química, hormonas, tiempo, bonito, reciproco, inversión, sacrificio, efímero, pareja.	Sinceras, comunicación, respetuosas, reciprocas, duraderas, cariñosas, especiales, enamoramiento.
P6	Dar todo por esa persona respeto, confianza, comunicación sentirte bien cuando estas con esa persona estar feliz todo el tiempo aceptas los defectos del otro los ves como virtudes, para ti es algo bueno.	Bonito, compartir, madurar, salir, apoyar, respeto, equidad e igualdad.	Buenas, maduras, con respeto y compartir.
P7	Es un sentimiento que puedes sentir hacia otra persona pero que debes sentir primero hacia ti mismo, respetarte	Único, eterno, grande, maravilloso, excitante, confianza y apoyo	Respetuosas, comprensibles, duraderas, sinceras y verdaderas.
P8	El sentimiento mas bonito pero el más difícil, la mejor forma de expresarse, en todos los sentidos porque por amor haces muchas cosas muchas veces puede ser pérdida de tiempo porque es de 2 personas.	Difícil y bonito	Bonitas, nuevas, compatibles, profundas, reales, comprometidas, accesibles, amigables y generosas.
P9	Sentimiento que tanto te puedes emocionar y estar muy padre te puede llevar al piso te decepciona te da tristeza.	Sueño, alegría, felicidad, comprensión, confianza, comunicación, cariñoso, dulce.	Sanas, comunicación, confianza, alegría, ayuda, felicidad, con objetivos, compromiso, amor.
P10	Es todo.	Apoyo, estar para el otro, aceptación, entrega, tolerancia, ternura, compromiso, universal, bonito, delicado.	Honestas, respetuosas, confianza, incondicionales, aceptación, apoyo y entrega.
P11	lo es todo, y es lo que hace que el mundo gire y funcione o hace que a veces las cosas se destruyan	Importante, transparente, cambiante, libre, volátil, incondicional, diverso, para todos, bonito y difícil.	Libres, equilibradas, comunicación, atracción, amor, respetuosas, apasionadas, sinceras, compartir y de dos.
P12	Es un sentimiento súper poderoso que te hace actuar o te hace pensar en lo mejor de las otras personas, te hace sacar lo mejor de ti mismo, le da un sentido agradable a la vida.	Ideal, inalcanzable, felicidad, amistad, comprensión, honestidad, apoyo y plenitud.	Honestas, sinceras, comprensivas, disponibilidad y amistad.
P13	Es como una guía de vida, como un principio universal, que puede guiar todas tus acciones, quieres a una persona pesar de todos los defectos o carencias que pueda tener	Difícil, bonito, duradero, insustituible, puro, real, confiable, cariñoso y atento.	Respetuosas, confiables, fieles, cariñosas, comprensivas, duraderas, responsables, atentas y alegres.
P14	El amor es respeto, es confiabilidad, estabilidad, respeto, valores, amistad, responsabilidad, unión, comprensión.	Hermoso, fundamental, valorable, indispensable, preciado, estabilidad, comprensión, respeto, equidad e interacción	Respetuosas, con amor, equidad, sin dolor, estabilidad, espiritualidad, comprensión, aceptación, amistad, respeto físico.

Análisis del Eje 1

Se puede apreciar que las mujeres de la muestra poblacional piden un gran y variado número de atributos que debe tener su hombre ideal, casi todas ellas demasiado extensos, entre ellos se encuentra que 9 participantes mencionan entre estas características que esa persona las quiera, 4 mencionan que es importante que sea inteligente, sin embargo una participante comenta que con que este guapo y su cuerpo sea atlético no importa si es inteligente o no. 3 piden que

sea de tez clara o blanca, 1 que sea moreno y 3 más no especifican características físicas, solo comentan que con que a ellas les parezca guapo o atractivo es suficiente, las demás no hacen comentarios al respecto, 4 mencionan que es importante que sea fiel, y en general todas las participantes piden que sean maduros, trabajadores, responsables, comprometidos y con expectativas de crecimiento profesional. 4 participantes mencionan que tengan un alto sentido de la moral y 4 más que tengan gustos afines a los de ellas, para poder disfrutar de las mismas actividades.

Las razones que estas mujeres tienen para pedir un hombre así quedaron de la siguiente manera: 7 comentan que la razón por la que piden una pareja así es porque ésta las complementaria. 2 mencionan que para tener una relación formal y seria. 1 para obtener seguridad, 3 porque siempre se han imaginado así y consideran que es lo mejor para ellas y así serían felices. Una participante comenta que ella es una persona exitosa y por tanto, merece lo mejor.

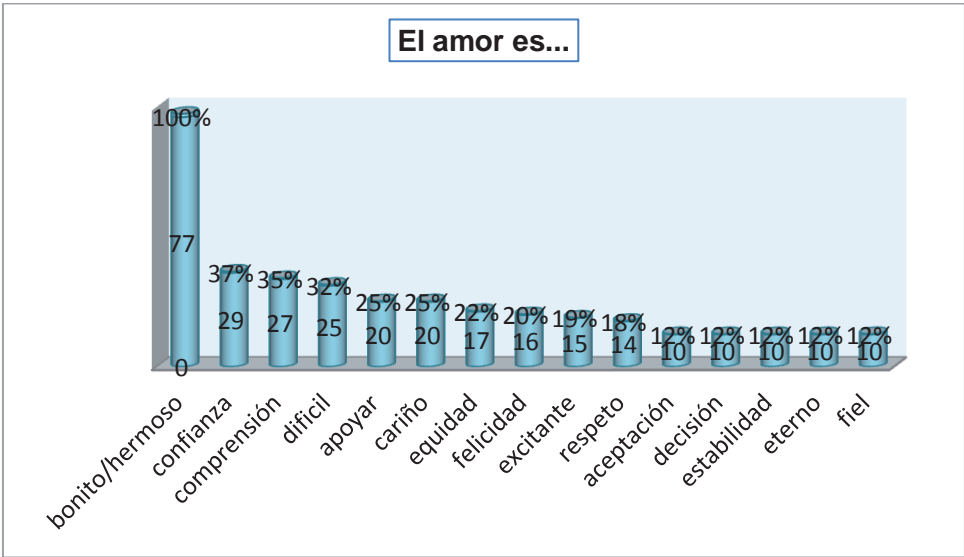
En cuanto a las características que hacen atractivo a un hombre, 10 concuerdan en atractivo físico, 4 que debe ser divertido, 3 que sea inteligente, además de tener una buena conversación y buena actitud. 2 que estudie o tenga una carrera, que tenga metas, buenos sentimientos y adecuada forma de relacionarse con los demás. Y una participante argumenta que cuentan los detalles que esta persona tuviera con ella.

Por otro lado, las expectativas que se tienen en una pareja se expresan de la siguiente forma: 4 participantes comentan que es tener una relación estable, para posteriormente crear una familia. 3 más hablan de apoyarse mutuamente, que sean fieles y que les ayuden a crecer como personas y madurar. 3 más expresan la importancia de ser amigos con sus parejas, además de que haya comprensión, que la pareja las ayude a ser felices y que haya confianza. Dicen también en datos aislados que las expectativas que se tienen en el otro tienen que ver con el no estar sola, recibir lo que se entrega a cambio, respeto, amor, por cumplir socialmente y por estabilidad emocional.

En cuanto a si ha habido o no encuentros con parejas ideales 8 de las 14 participantes mencionan que si hubo, sin embargo estos terminaron por diversas razones, en 3 de los casos por la distancia, en 1 por monotonía, en otro porque fue decisión mutua, en otro más porque el hombre fue quien decidió poner fin a la relación y en 3 más ni siquiera fue posible que se diera la relación.

Respecto a lo que se espera de una relación de pareja, 10 de las participantes expresan que esperan fidelidad, amor, apoyo, comprensión y que está les ayude a crecer como personas. 3 de las participantes hacen mayor énfasis en el salir, divertirse y vivir cosas nuevas. Y una participante espera que su pareja sea lo más parecido posible a su ideal.

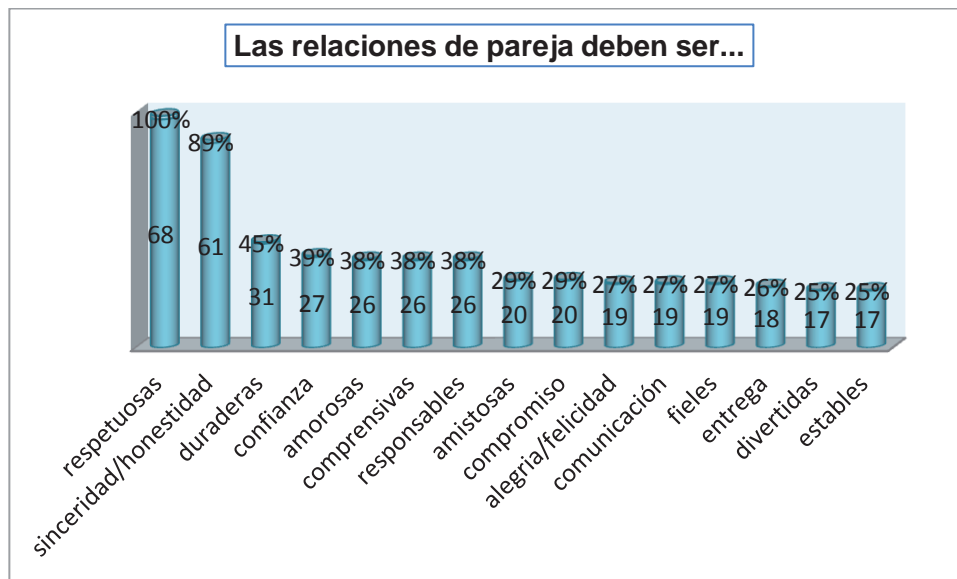
Resultado de Redes Semánticas



Grafica 1.- En cuanto al concepto del amor el principal argumento es bonito/hermoso, el cual tiende a estar más en lo ideal. Y como conceptos de menor valor dan la estabilidad, lo eterno y fiel, dando a entender que esto es lo que en menor medida posee el amor.

En base al concepto que se tiene del amor, 7 de las participantes lo definen como un sentimiento, el cual engloba ciertas características como los valores, el compromiso, la lealtad, etc. una comenta que es una reacción química,

complementada por actitud de querer estar con el otro. Y 3 más comentan que es todo, lo que le da sentido a la vida y que hace funcionar al mundo. Todas las participantes de la muestra expresan que es algo maravilloso y la mayor parte de los adjetivos que le ponen son positivos, únicamente mencionan 2 rasgos que no entran en este rubro, dicen que el amor es difícil e inalcanzable. Haciendo alusión a lo que deben ser las relaciones de pareja principalmente comentan que deben ser bonitas, reciprocas, maduras, sinceras y sanas



Grafica 2.- La grafica muestra que las relaciones de pareja deben ser en mayor medida respetuosas, sinceras/honestas, en menor medida deben ser duraderas, de confianza y amorosas.

EJE 2.- SIGNIFICADO DE LA PAREJA A TRAVÉS DE LOS PADRES

	Hombre que los padres piden	Razones por las que lo piden	Concepto de Enamorarse
P1	Mi papa nunca habla de eso. Mi mamá si, mi mamá dice tal cual: alguien inteligente que no sea ni tan naco ni tan fresa, que sea mayor que yo, pero no tan mayor que no este ni tan guapo, ni tan feo. Que tenga una profesión que me quiera que tenga como un objetivo en la vida que sea ambicioso pero no en cuanto a dinero, sino como a superarse.	Mi mamá porque dice que, es que inteligente, o todo por algo pues, inteligente para que sea como que la cabeza de la familia, que tenga una profesión porque pues yo tengo una y que porque ellos no tuvieron una y pues quieren algo diferente para mi. Que sea mayor porque dice que las mujeres maduramos mas rápido según que no este tan grande porque dice que como voy a andar con un viejito que luego me toque cuidar, que ambicione porque dice que es feo estar con una persona que no aspira a hacer más cosas, sino que se estanque en lo mismo, que llegue a un punto y ya se quiera quedar ahí y ya no quiera más. Que me quiera porque dice que, pues como es mi mamá pues que me deben de tratar como reina.	querer a otra persona, incondicionalmente, como compartir cosas con él, querer que forme parte de tu vida o de lo que estas haciendo en el momento, integrarlo en los planes que tengas querer estar con él, sentir algo interno, una emoción, alegría anhelo, y que te haga siempre querer estar con él.
P2	Guapo bonito chulo, de buena familia, de familia honrada, trabajadora que sea cristiano o que quiera conocer de Dios, que sea trabajador que tenga como un capital o algo que me pueda ofrecer, que me de una estabilidad tanto económica como social, que yo me sienta cómoda con él, que me trate bien y que pueda tener una comunicación con él porque en eso se basan las relaciones.	Creo que por mi bien.	Apendejarse, es cuando tus neuronas secretan cierta hormona o no se que jalada y cuando ves a la persona sientes escalofrió, y te tiemblan las manos, es algo padre pero no es real, es algo pasajero de un momento, es algo: ¡que padre! ¡Que lindo! Y luego ¿por qué me gustabas?
P3	hombres responsables y más acorde a mi edad	Porque como todas mis relaciones pasadas has sido tormentosas y con chavos mujeriegos y mayores por eso dicen que algo que se acerque a mi edad para que podamos construir juntos y no que me enseñen tanto.	Es sentir algo especial por otra persona como cuando te empiezan a temblar las manos o tartamudeas, sientes algo especial por una persona y no sabes porque.
P4	Responsable, respetuoso y trabajador.	Nunca les he preguntado, me imagino que buscan alguien que me respete y me de mi lugar.	Es perderse
P5	Que me quiera, que me respete, que sea sincero que tenga metas afines a las mías.	para que me pueda desarrollar tanto personal como profesionalmente	Idealizar a una persona.
P6	Mi mamá que el que yo quiera, que mientras a mi me guste y haya amor lo demás no importa, mi papá solo que me cuide porque son bien cabrones, mis tías y abuelita que consiga alguien con buen estatus económico y guapo.	Mi mamá porque quiere mi felicidad, mi papá porque pues es hombre y sabe lo que los hombres piensan y mis tías porque quieren que uno mejore económica social culturalmente y dicen que me case para que no me quede sola.	Es cuando lo ves pasar te tiemblan las manos, te da taquicardia sientes que te vas a caer porque las rodillas te fallan sonríes a lo estúpido te la puedes pasar hablando por horas y horas que se lleven bien que se respeten que exista cariño o afecto hacia esa persona, lo idolatra, pero luego ya cuando no sientes nada los ves como simples mortales.
P7	Que pueda cubrir mis necesidades económicas, que me quiera, que no sea violento, que sea responsable y educado.	Porque quieren mi bienestar y que sea feliz.	Es sentir bonito cuando vez a esa persona querer estar con esa persona sin importar lo demás y querer ser feliz con esa persona
P8	uno que me cuide más, que sea más atento conmigo, que sea todo lo que yo busque	Porque saben que va a dar lo mejor para mi y que no me van a lastimar	Es sentir muchas cosas bonitas, pasar el tiempo con esa persona que quieres, compartir los sentimientos, buenos y malos apoyos entre las 2 personas, soñar mucho, ilusionarse.
P9	Papá dice con que te haga feliz. Pero mamá que tiene que ser un hombre que no esté abajo de mí. Ella fue quien me abrió la visión "si te consideras	no se	pensar mucho en una persona que sientes maripositas y que te haga sentir bien que cuando la

	ambiciosa exitosa para que quieres alguien que te jale, pues mejor alguien que te ayude". Mi mamá así escogió a mi papá		veas o estés con esa persona te haga sentir cómoda y aparte contenta
P10	El que me haga feliz.	porque quieren que yo este con alguien que ame y que me ame y que estemos juntos por eso por afecto y no por necesidad de ningún tipo	Ver todo bonito.
P11	No me han dicho son muy respetuosos con eso, Pero le dan mucha importancia a la parte intelectual.	Porque así es mi familia. Le dan énfasis a eso para valorar a una persona. Por el lado de mi papa es que me trate bien.	Es cuando conoces a una persona, como ese proceso y siempre piensas en esa persona y te emocionas y hay detalles por los 2 lados y es bonito.
P12	Que tenga visión progresista, expectativas en la vida, que me trate como una princesa, que económicamente tenga las posibilidades económicas para una novia tan excesivamente pediche como yo.	Porque creen que con esas características yo seria feliz	Es un sentimiento en el que te pierdes e idealizas a la otra persona y te sientes plena, feliz y segura.
P13	Generalmente al que yo quiera, pero que sea trabajador, no rico, ni nada de eso, pero que si se esfuerce que tenga prioridades o metas y que no sea un patán, Principalmente que me haga feliz.	Porque para ellos el trabajo es algo muy importante porque ellos cuando eran chicos pasaron escases, así que es importante trabajo y tener una vida digna que no te haga falta digamos las cosas básicas, porque no quieren verme así como sufriendo por alguna cosa	Sentir cosas por una persona de una manera un tanto irreal, la percibes de forma idealizada como perfecta
P14	Responsable, que sea trabajador, que no importa que no tenga dinero, pero que su familia sea estable que le hayan inculcado valores que respete mis decisiones, que me quiera realmente, que no me engañe, que sea estable emocionalmente hasta cierto punto, que estudie	Porque eso es lo que me han inculcado ellos.	Es ver sus virtudes, y aceptar sus defectos

	Papá como pareja	Mamá como pareja	Identificación con los padres
P1	Realmente no son como pareja, son como compañeros. Es muy respetuoso pero es seco, nunca da ninguna muestra de afecto de tipo de pareja, ósea si se ve que le tiene cariño por las cosas que hace por ella y por lo que le aguanta y todo pero no es como de pareja pues. Nunca la invita a ningún lugar así como que solos los 2. Es muy distante, muy independiente muy tolerante, responsable. Ósea si cumple su función de pareja, nunca es así de el dinero es mío, comparte todo con ella en cosas materiales, el le da todo a ella pero no es a nivel pareja sino como compañeros	Rencorosa, seca, todavía más que mi papá, como resentida de su relación en un inicio, grosera, hiriente a veces pero contradictoria, porque ósea también hace su papel que le corresponde de la comida, ropa y de que le tiene todo pero es así como ¡ahí esta la comida! ¡Come! ¡Ahí esta tal cosa agárrala! a veces le sirve y a veces no. Y reniega mucho de lo que él le pide pero si lo hace	Con los 2 pero en diferentes cosas. Es que tienen aparte cosas en común por ejemplo. Con los 2 que son como muy responsables. Con mi papá que es como muy apasionado con lo que hace quiere que todo le salga bien. Puntualidad, con mi mamá media resentida, nerviosa, depresiva, con mi papá a veces carácter fuerte. Ellos me dicen que soy rara muy diferente a ellos. Porque no encajo como que con lo que todos piensan o todos creen cuando me dan crisis de ansiedad o nervios y que estoy loca me dicen. Mi mamá me dice eso de loca. Y que no soy una persona normal. En la secundaria se autolesionaba. Solo su mama sabe y Miriam (hermana) y tomaba antidepressivos.
P2	Mi papá es comprensivo muy tolerante muy ayudador muy servicial exasperante o como que se exaspera muy fácil y bastante. Da más de lo que puede yo creo, Cariñoso, le gusta ser espontaneo aunque a mi mamá no le gusta y es muy complaciente.	Muy exigente, no cede en nada es envidiosa a veces no toma en cuenta los sentimientos de mi papá no le importan, es muy intransigente, como que le gusta colmarle la paciencia y cuando mete la pata y él ya esta enojado ya es ¡ay! ¡Perdón! "Yo no quería" Y ella ¡sí quería!. Es muy complicada ni ella sola se entiende, peleonera no le gusta lo espontaneo no le gusta que la sorprendan, no le gustan los regalos, mejor ella se quiere comprar su regalo.	Con ambos, porque con mi papá soy comprensiva tolerante todo eso pero no se porque pero siempre recaigo en tener que ser como mi madre en unos aspectos, por ejemplo en la toma de decisiones, mis parejas buscan que yo decida cuando yo no quiero decidir mi mamá siempre decide a final de cuentas, pero a mi no me gusta quiero que decidan los demás no yo.
P3	Es muy responsable, muy respetuoso, la quiere muchísimo y casi nunca la contradice, siempre procura darle todo lo que necesita lo que quiera, hacerla sentir cómoda, no es romántico, ni le	Es muy fría, y a veces se suele portar distante creo que es cariñosa cuando están nada mas ellos 2 solos o cuando cree que nadie la esta viendo pero es amable y	con mi mamá porque no soy muy cariñosa con mis parejas, solo con otras personas pero en frente de la persona me da miedo siento que si les digo que los quiero van a correr así que prefiero ser así como "equis"

	dedica canciones ni le gusta bailar pero la quiere mucho.	siempre lo esta apoyando en todo.	
P4	Es fiel, siempre esta para ella, para lo que necesita y le ha dado hasta donde yo veo todo ya sea a nivel emocional y económico.	Exigente pero pues siempre esta ahí con él. Lo acompaña.	Con ella, porque soy más controladora como ella.
P5	Es muy responsable, atento, cariñoso, bromista, no quiere que nada le falte en todo. Es honesto.	Comprensiva, también es muy atenta, sincera, amorosa.	Con papá en el carácter, en lo atento, y cariñoso, honesta y procuro también que no falte nada.
P6	Es muy bueno, se comunican muy bien. Es la pareja más perfecta que he visto para todo están de acuerdo se llevan muy bien si debaten por algo tratan de arreglarlo lo más pronto posible mi papá la trata muy bien a veces es muy egoísta., se la pasan muy bien juntos pueden platicar horas del mismo tema. Salen juntos y se pueden pasar las horas y no se dan cuenta de que tienen 2 pequeñas hijas que los esperan en casa.	juuuuu se cae! Es la mujer más enamorada que he visto de un hombre, trata de siempre tenerlo contento, lo cuida, se preocupa por él, se desvive por él, luego luego se nota que está enamorada de él desde el primer día que lo vio.	Con ambos, con mamá por su forma de ser, a veces es muy seria y reservada no anda contándole cosas a cualquiera es muy noble y cariñosa, siempre me pregunta si estoy bien, cómo estoy si ocupo algo. De mi papa en lo hablador, en lo social, responsable. Grillerillo desmadroso, tengo los gustos musicales de ambos
P7	Su papa falleció, no la apoyaba tanto en ocasiones, siempre era como yo te doy el dinero pero tu adminístralo poco cariñoso.	Siempre tuvo interés en la relación siempre quiso mejor esa parte, para demostrarnos que había algo más. Cariñosa. con su nueva pareja tienen, mucha comunicación ella es muy comprensiva con él, es cariñosa	Con los 2 pero creo que más con mi papá, tenemos los mismos intereses culturales y mi mamá me dice que tengo el mismo carácter de él.
P8	Es muy atento, cariñoso, la escucha, bromean entre ellos, la apoya.	es más como ósea es cariñosa, pero no le gusta tanto que la estén abrazando lo apoya, lo escucha,	con mamá en todo es muy sonriente, bromista, amigable, es muy enojona, desesperada, es cariñosa,
P9	es bien mandilón, le cumple todo lo que quiere es muy respetuoso la quiere muchísimo, deja que ella decida todo	Ella si es más estricta exige más pero así como exige da.	con papá en la forma de ser alegres, soñadores, muy extrovertidos y la facilidad de palabra
P10	Son como complemento, la cuida, la ama, se ha entregado por ella y por toda la familia.	Igual son el complemento, lo atiende a pesar de que trabaja, lo consciente, como las de antes pero trabajando.	con mamá en el lado maternal y de cuidar
P11	Muy respetuoso. Muy detallista, muy atento, pero es dominante. Y un poco machista.	Muy inteligente, medía las cosas, hasta cierto punto manipuladora, pero también es infantil. Muy detallista y cariñosa.	con papá en casi todos los aspectos, en su manera de ser, características,
P12	Paciente, comprensivo, cariñoso, detallista, amable exigente.	Seria, amigable, responsable, cariñosa, formal,	Con mi papá, en que soy más entregada en el sentido de expresar como me siento con mi pareja
P13	Es gracioso, muy alegre, pero a veces como que juzga, la apoya mucho con el trabajo con los ingresos de la casa que se reparten entre ambos, de tratar de ayudarla en las labores de la casa o de su trabajo le ayuda con la computadora por ejemplo.	Ella es un poco más seria con mi papá pero siempre lo toma mucho en cuenta para tomar sus decisión es y siempre le esta consultando sus cosas, pero también le exige, cuida mucho por ejemplo sus cosas o su comida que este todo preparado para él.	Con ambos, pero más con papá somos como mas críticos, y fríos de mente que mi mamá que es más apasionada, nuestro sentido del humor es muy parecido, con mamá en la responsabilidad de que tomo las cosas como seriamente y reflexionar en lo que hacemos.
P14	Es exigente, explosivo, esta siempre pensando en el pasado, es amoroso, es caritativo, es consentidor, responsable, inestable, trabajador, honesto, entregado, solidario, respetuoso, unido,	amorosa, respetuosa, tolerante, comprensiva, estable, espiritual, fuerte, incondicional, trabajadora, luchona,	Con mi mamá en todo.

	Semejanza entre pareja y padres	Redes semánticas Tu papá es	Redes semánticas Tus novios han sido
P1	a ninguno de los 2	Trabajador, inteligente, bueno, corajudo, imponente, noble, cariñoso, regañón y exigente.	Locos, inteligente, raro y corajudo
P2	A mi papá. No en todos los aspectos, físicamente por ejemplo no, pero también tienen algunos aspectos de mi mamá como que la mayoría han sido como que me	Chido, inteligente, responsable, amistoso, valioso, increíble, amoroso, comprensivo y lindo.	Tolerantes, divertidos, aprensivos, agresivos, latosos, feos, traidores, chocantes,

	privan de mi espacio, o si se parecen más a mi papá más comprensivos, tolerantes, así de ¿qué quieres hacer?		faltos de compromiso.
P3	Tienen características de mi papá pero por ejemplo con mi mamá por el carácter así fuerte, así más imponentes.	Grande, fuerte, enojón, cariñoso, moreno, gordito, rebuscón, grandote, fuerte y amable.	Cruelles, mentirosos, falsos, mujeriegos, celosos, coquetos, obsesivos, patanes, amables y guapos.
P4	A mi mamá, en lo chantajistas y controladores.	Guapo, inteligente, responsable, cumplido, trabajador, serio, fiel, amoroso, constante y emprendedor.	Guapos, inteligentes, enojones, amables, detallistas y controlador.
P5	Se han parecido más a mi hermano, que es intelectual, músico, bromista, respetuoso y honesto. 27 años es pedagogo y estudia en el IMCED.	Bueno, trabajador, honesto, carácter, noble, sincero, amoroso, atento, serio, fumador	Mayores, intelectuales, músicos, inmaduros, sinceros, estudiantes, ingenieros, bromistas.
P6	Algunos físicamente a mi abuelito por parte de mi mamá me criaron mis abuelitos, moreno, muy educado le gusta leer muy inteligente, muy atento. Muchos a mi mamá por nobles y tranquilos y otros a papá en lo habladores, en lo materialistas también. A uno de mis tíos en el cuerpo. Y a varios en lo dedicados y en que tiene buenas expectativas de vida.	Médico, regañón, machista, obstinado, divertido, grillero, platicador, preocupon, responsable, alto.	Fraude, perdida de tiempo, pasados de lanza, guapos, feos, egocéntricos, buen besador
P7	A mi papá pues son alegres les gusta la fiesta, son cariñosos a veces pero a veces te dan como tu espacio.	Amable, caballeroso, guapo, excelente, cariñoso, consentidor, exitoso, comprensible.	Locos, atrevidos, amorosos, confiables, guapos, altos, fornidos, educados, respetuosos y detallistas.
P8	A mi papa, en todos sentidos.	Amigable, confiable, solidario, frio, atento, raro, bromista, sonriente, regañón y enojón.	Lindos, atentos, cariñosos, soñadores, problemáticos, inesperados, detallistas, buenas personas, accesibles y guapos.
P9	a ninguno pero más a mi papá, uno físicamente si se parecía arquitecto también y muy soñador y alegre y el otro chavo así como la forma de pensar que no hay que reprimirse	Alegre, estricto, estudioso, exitoso, enojón, amigable, trabajador, original, atrevido y comprensivo.	Celosos, enojones, cariñosos, seductores, bromistas, aprehensivos, introvertidos, sonrientes
P10	A papá en que me aguantan mis berrinches pero me ponen un alto.	Amable, inteligente, comprensivo, apoyo, bueno, mejor, trabajador, honesto.	Buenos, lindos, comprensivos y divertidos.
P11	A ambos, pero la mayoría a mi papá, el último a mi mamá.	Fuerte, valiente, rígido, trabajador, perseverante, bilioso, explosivo, leal, cariñoso, permisivo.	Pocos, mayores, maduros, serios, interesantes, inteligentes, distintos, románticos, atractivos y responsables.
P12	A mi papá, en que me gusta que sean que me demuestren su cariño pero a la vez que sea yo la que tiene la iniciativa la que elije que cosas hacer.	Hermoso, cariñoso, amable, ideal, paciente, protector, pasivo, pleno	Pacientes, comprensivos, amables, celosos, posesivos, descuidados, detallistas, nefasteantes y desesperantes.
P13	A papá, en el sentido del humor, como en la forma de expresarse, en que son perfeccionistas o exigentes con ellos mismos, en saber como conversar con confianza	Cariñoso, gracioso, viejito, risueño, alegre, sociable, exigente, perfeccionista y ordenado.	Comprensivo, alegre, platicador, inteligente, trabajador, ordenado, ocupado, gracioso.
P14	A mi papá, en que son celosos, quieren como acaparar mi tiempo y son amorosos, inestables.	Amor, comprensión, desesperación, respeto, compromiso, fidelidad, entrega, competitividad, poder y autoridad.	Amorosos, comprensivos, detallistas, responsables, generosos, entrega, respeto, amistad, gusto y carácter.

Análisis del Eje 2.

En este eje se menciona lo que lo los padres piden, principalmente es que los hombres que sus hijas elijan sean responsables, trabajadores, tengan metas y expectativas y tengan una profesión, por igual manera piden también que sea alguien a quien sus hijas quieran y está persona las quiera a ellas y las respete, 7

personas respondieron esto. 3 participantes se centran más en que lo principal es la estabilidad económica, 2 dicen que quien las haga felices, una que tengan metas en común y una más menciona que en su familia se fijan más en la parte intelectual.

Las razones por las cuales los padres piden una pareja así para sus hijas es en 7 casos por su bien y felicidad, 3 más consideran que para construir algo juntos y poder desarrollarse personal y profesionalmente.

Respecto al concepto que tienen las participantes sobre enamorarse, 10 de ellas concuerdan en que es una mezcla de sentimientos bonitos, entre ellos: alegría, anhelo, ilusión, felicidad y querer a otra persona; acompañada también de reacciones físicas como temblor en las manos. 4 de las participantes mencionan que enamorarse es algo irreal y que es idealizar a la otra persona. 2 de ellas comentan que es pasajero y se termina permitiendo ver al otro como realmente es.

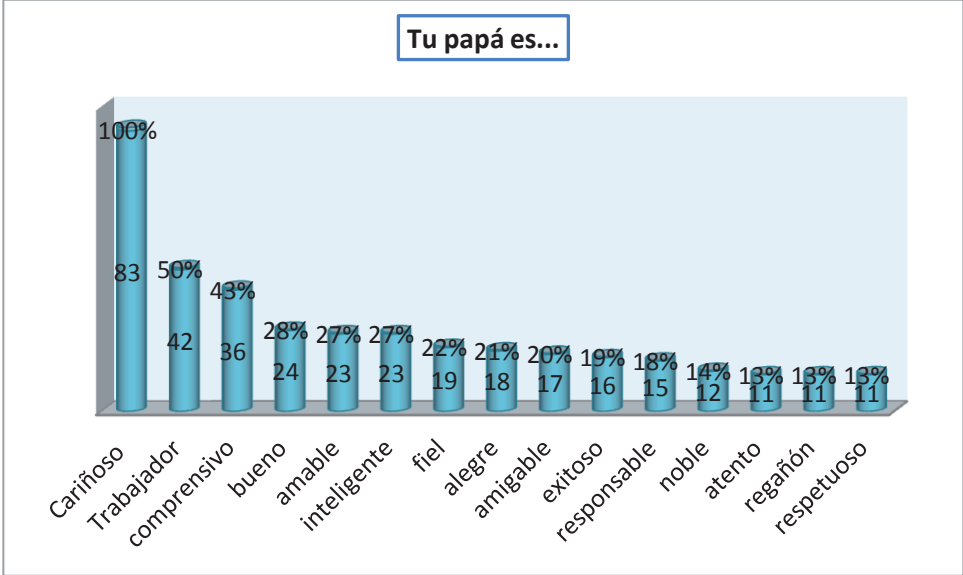
En base a como son los padres de las participantes como parejas 8 de ellas concuerdan en que son responsables, respetuosos, atentos, cariñosos, apoyan y complacen a sus esposas, sin embargo, 4 de las participantes hablan de que sus padres tienen características ambivalentes, concuerdan con las características de los de las otras 8 pero sumadas a estas también son exigentes, egoístas, explosivos y en algunos casos machistas.

En complemento con lo anterior, las participantes comentan que sus madres como parejas suelen ser en 4 de los casos muy exigentes con sus esposos, 5 frías y poco cariñosas, y 6 de ellas están muy enamoradas; 12 de las 14 participantes explican que todas ellas son atentas con sus esposos, comprensivas, los cuidan, se preocupan por ellos y los toman en cuenta para tomar decisiones, sin embargo 2 de ellas mencionan que sus mamás son groseras con sus parejas, los atienden pero no al grado al que deberían y les tienen poca paciencia.

Al cuestionarles a cual de sus padres se parecen ellas en cuanto a rasgos de personalidad y carácter; 6 de las participantes hablan de que se parecen más a su madre, 6 más a su padre y 2 argumentan que se parecen a ambos por igual.

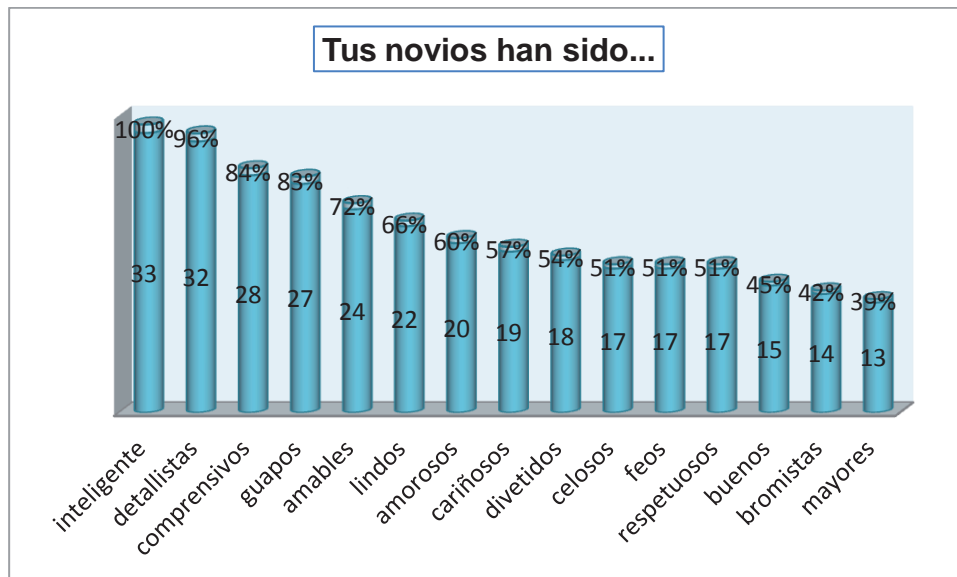
Al responder a quien de sus padres se han parecido sus novios, 9 de las participantes comentan que a sus papás y 2 de ellas que a su hermano y abuelo materno, que son figuras masculinas importantes para ellas. En características tanto positivas como negativas. El resto de las participantes respondieron, una que sus novios se han parecido a su mamá, otra que a ambos y otra más que a ninguno de los 2.

Resultados de Redes Semánticas



Grafica 3.- como se puede observar en esta grafica las mujeres de la muestra poblacional tienen una percepción de un padre en general como cariñoso, trabajador y comprensivo principalmente. Junto a otros adjetivos positivos como bueno, amable, inteligente, fiel, etc.

Se les pidió a las 14 participantes que definieran como son sus padres, todas ellas los definen como responsables, trabajadores, inteligentes, guapos y en algunos casos valientes y grandes. Con mayor número de atributos positivos que negativos.



Grafica 4.- La descripción de las parejas anteriores de estas mujeres comprenden aspectos positivos como inteligentes, detallistas, comprensivos, guapos, amables, etc.

EJE 3.- LA PAREJA COMO TAL

	Características de hombres que eligen	Razones por las que se quiere tener pareja	Acciones para elegir pareja
P1	Que son raros en sentido que siempre tienen como algo atrás, algo que los hace ser como, siempre coincide, por ejemplo que siempre hay algo como que los marca (acontecimientos trágicos en sus vidas). Y que eso los hace ser sentimentalmente raros, diferentes. No son los típicos chavos de voy al antro, sino diferentes.	Porque no me gusta la soledad, porque quiero tener alguien con quien compartir lo que soy y lo que tengo y encariñarme y para sentirme así como todos dices que wow y para tener una familia y para poder compartir mi vida y todo lo que pase con alguien.	Pregunto siempre así a los que lo conocen, me informo lo más que puedo de él, es muy raro que yo les hable, si lo hago es impulsada por alguien, pero es raro que tome la iniciativa y muchas veces corro.
P2	Altos, la mayoría mas tirándole a flaco, la mayoría son de pelo chino, blanquitos con ojito bonito, amistosos, son comprensivos, son personas con las que se puede platicar mucho, yo hablo mucho y ellos me escuchan y después se echan su choro también, son alegres, divertidos, les gusta no hacer cosas cotidianas son raros como yo, nos gusta hacer cosas no de lo que hace el ancho de la población como bar o antro. Sino vámonos de picnic o jaladas así.	para sentirme querida, compartir con alguien, para tener a quien mensajear, alguien que se preocupa por mi yo pueda preocuparme por alguien aunque esa parte no me gusta mucho, para convivir con alguien de una manera diferente a mis amigos o familia para tener algo firme que no sea pasajero o una constante en mi vida. También por cumplir una petición de mis padres que también es mi ilusión que me inculcaron desde pequeña y por sentirme amada y protegida. Por sentirme importante para alguien de una manera diferente obviamente si es tu pareja le vas a gustar, te va a encontrar atractiva etc,	Trato de conocer a la persona, de hablarle de preguntar mucho ver si me puede o si somos compatibles si tenemos cosas en común afinidad el uno al otro ver si me divierte o no, salgo para ver si no lo harto, y si vas a convivir tanto con esa persona pues que sea sano para ambos no así de jah! Ya lo tengo que volver a ver.
P3	Los ojos claros, y de tez más clara que yo también que sean mayores y no se si sea característica o no se, porque todos tienen estabilidad económica mejor que la mía o mas alta, no se si lo hago consciente o no se.	Para verme feliz, así como veo a mi mamá y a muchas amigas que están enamoradas.	Por ejemplo, cuando conozco alguien que me gusta busco algo o alguien que me ayude a acercarme a esa persona, primero finjo indiferencia y luego ya soy más carismática y accesible, no salgo mucho a buscar pareja solo como en la escuela o el trabajo.
P4	Guapos, me hacen reír, son alocados, me chiquean y me consienten y me cuidan.	Para tener alguien con quien platicar, para salir, divertirme y pelearme.	Primero investigo quien es Y si me gusta solo le hago ojitos ya, estoy para que me busquen y no para buscar.
P5	Intelectuales, mayores (6 años). Son sinceros, me procuran y se saben adaptar a la situación.	Para que me ayude a crecer como persona, para profundizar en mi personalidad y tener diferentes puntos de vista.	Pues los conozco, platico con ellos. Por lo general ellos llegan.
P6	En que algunos son bastante manejables, te dicen que si a todo lo que tu digas. Todos son monótonos no hay nadie que venga a decirme, nada, la gran mayoría han sido morenos, egocéntricos, prepotentes, medios pasaditos a veces. muy sociables bastante divertidos	Para perder el tiempo ahorita, ahorita no sería un buen momento para mi pareja porque no esta en mis planes, ahorita no. No me quiero casar. Tal vez más adelante cuando me llegue la soledad tal vez.	Yo generalmente no hago nada, no soy de hablarles soy muy tímida en ese sentido no me gusta salir con ellos tal vez sea miedo, ellos son los que generalmente se acercan y ya cuando de plano si te gustan pues ya les sigues el juego te portas amable o buena onda pues, ya sales generalmente yo no salgo con nadie.
P7	Generalmente son musculosos, guapos, de ojos claros, educados, atrevidos, alegres, que me apoyan, medio altos, de buena familia.	Que me entiendan y me apoyen siempre. que me den cariño y me abracen y me hagan feliz	Busco a alguien que me lo pueda presentar y lo empiezo a tratar.
P8	Diferentes a lo que he conocido, al principio todos son lindos, atracción pero en cuanto a gustos, forma de ser.	Para compartir todos los momentos, que me apoye poder apoyarlo, para que compartamos gustos y hacer eso que nos gusta.	yo espero a que me busque si pongo de mi parte pero ya que él tenga la iniciativa
P9	Patanes yo creo jaja! Todo lo contrario a lo que pido, mi última relación bien	No me interesa tener, pero a veces si te da la espinita de pues para sentirte que le importas a alguien, que le eres especial y que alguien piensa en ti, no es mi prioridad, si llega que padre y si no, no hay bronca.	Espero a que se me acerque soy muy buena ligadora.
P10	faltas de ortografía, me cuidan mucho, consecuentes conmigo	Para tener a alguien con quien compartir, que hay alguien ahí por quien puedes sentir algo bonito, para sentirme acompañada y compartir lo bonito y lo malo.	No hago nada. Soy penosa
P11	Son deportistas, les gusta la música,	pues para lo que dije anteriormente para vivir	Platicar y conocerla. Pero más bien

	son espirituales y me quieren mucho.	cosas juntos y formar una familia como por orden natural	dejo que él venga a mi yo no ando detrás de él.
P12	Celosos, posesivos, todo el tiempo inseguros.	Para formar una familia, para sentirme complementada, apoyada, querida importarte para alguien.	Busco que me lo presenten pero una vez que esto pasa que él sea el que me busque. Si me agrada para algo serio tiendo a ser un poco seria, y marcar mucho mis límites.
P13	Estatura media, tez blanca clara, cabello castaño, sonrisa bonita, delgados, que sean alegres como inteligentes en el sentido de que no están viviendo en la fantasía sino que sean muy realistas, trabajadores, responsables, afectuosos.	Para que me ayude a crecer como persona, y yo poder ayudarlo porque a veces como que los amigos o las personas si cometes un error les cuesta trabajo decirte las cosas, una pareja es alguien muy cercano a ti que te muestra la realidad desde otro punto de vista, por eso te ayuda a crecer y por el apoyo que te puede dar emocionalmente mi compañía.	Con el chavo este, él llegó y yo me abrí, generalmente espero que alguien me lo presente como si fuera más naturalmente platicar y lo conozco
P14	Altos, deportistas, estudian, trabajan, son responsables, valoran los esfuerzos, son cariñosos, detallistas, sensibles,	Es como un complemento es algo que debe darse para que haya ese equilibrio emocional entre familia y tu mismo y tu pareja.	Siempre espero a que él me hable

	Relaciones anteriores	Tú como pareja	Sentimientos cuando no funciona una relación
P1	Nunca he podido tener una relación porque siempre me da como miedo porque pienso que no me quiero encariñar, realmente nunca he amado a nadie, pero nunca así. Más bien como que me da miedo amar, porque siento que si yo amo a alguien esa persona no va a hacer reciproco y no me va a amar a mi, entonces prefiero yo tampoco hacer nada. Por inseguridad pienso, más que nada.	Ese es otro problema, que cuando todavía no ando con los chavos les reclamo mucho, soy como muy posesiva y muy celosa y aun no ando con ellos y ya estoy ¡maldito! Ya volteo a ver a aquella imagínate cuando andemos.	Fracasada y que nunca voy a encontrar nadie que me quiera y que voy a estar sola porque nunca me voy a casar ni a tener pareja ni nada. Y que porque nunca puedo gustarles a las personas que a mi me agradan. O no se si sea también, porque me fijo en las personas que se que no les voy a gustar para estar como segura.
P2	La mayoría han sido cortas, agradables, la mayoría yo no las he buscado se van dando pero yo no las busco más bien ellos son los que les interesaría tener una relación conmigo. Empiezan bien padre, divertidas felices, sobre todo muy divertidas, además empiezan con mucha confianza, al principio somos amigos es muy padre platico con ellos platican conmigo, se empieza a crear el vinculo y luego ya viene la relación. Al final son siempre como que se aburren de mi porque yo no me aburro de ellos y me dejan triste sola y abandonada y eso me molesta y como soy muy honesta y todo lo que me molesta lo digo pues se enojan y terminamos a los 3 meses ya somos amigos, como si se dieran cuenta que yo no sirvo para eso sobre todo los que ellos querían conmigo y yo no con ellos.	rara, soy como muy agresiva en el sentido de que mis contactos son como más de golpes o así, soy muy molesta por cel (mensajitos) me gusta tener esa clase de detalles me gusta organizar salidas distintas y divertidas, me gusta mucho platicar, pero también me gusta que me cuenten de sus vidas aunque sea tonterías me gusta indagar, me gusta involucrar a las personas en salidas familiares si se puede porque fue con los que yo crecí entonces los quiero mucho y confió mucho en ellos entonces me gusta que conviva con las personas que son importantes para mi.	Triste, frustrada, siempre me pregunto que hice mal yo, que de mi carácter o que de mí. La gente me dice que soy o bueno mi mamá que soy tan intransigente, tan cuadrada aunque yo no me considero así en casi nada. Como que critican mucho mi carácter o forma de ser o que yo me siento o no me siento digna de ningún chavo o que no me dejo querer o que de mi carácter o que de lo que hice fue lo que lo ahuyento o si yo le tengo miedo al compromiso. No veo que hizo mal el otro sino yo, me agüito y me enojo porque a mi a parte, no la veo solo como eso sino como mi amigo me molesta más que me dejen de hablar con mi amiga y al final remato diciéndole a la persona que nefasta es porque no me hablen y busco que antes que todo seamos amigos y después ya pues algo más. Pero siempre es así como mi culpa o yo y tampoco creo que eso sea sano.
P3	todas iguales, frustradas tormentosas, se ha perdido el respeto muy problemáticas	yo siento que entrego todo a pesar de que a veces me muestro fría pongo todo de mi parte para que funcione sin embargo a veces soy medio celosa y suelo así como tramar no engaños, son como, algo para que todo salga a mi favor porque siempre quiero tener la razón.	(Se muerde las uñas) siempre me deprimó nada más he llorado una vez así muchísimo, se me va el apetito me aíso un poco dejo de salir con amigos y frecuentar cosas hasta que ya me siento mejor.
P4	Divertidas, emocionadas, alocadas e intensas.	Caprichuda y dominante, pero se escuchar y acompañar cuando me necesita.	Frustrada y decepcionada de haber esperado algo que no era.

P5	Problemáticas, a pesar de todo han sido bonitas. Diferentes	Poquito distante, les pongo varias pruebas para ver si son lo que yo creo que son, por ejemplo comentarios, para ver que piensan o como reaccionan. Reciproca, aunque tiendo a dar más de lo que ellos me dan. Y cariñosa, honesta y siempre busco la comunicación	frustrada, me siento decepcionada, pero también me ayuda a ver mis errores para no volverlos a cometer
P6	Una bastante, el amor más bonito y más sincero que he tenido otro bastante tormentoso, otro lleno de celos inseguridad e infidelidad, y los otros pues para pasar el rato igual si te llamaba algo la atención de ellos pero no te ves pues con ellos	Yo digo que cuando realmente estoy perdidamente enamorada haces muchas cosas que no estas acostumbrada a hacer como decirle a alguien que te gusta pero ya en confianza soy bastante cariñosa en buen sentido, tal vez infiel que ya no lo soy por cierto. Soy bastante divertida me gusta pasar tiempo con ellos que realmente me sienta a gusto ya no me siento a gusto estando con alguien, miedosa. Creo que soy una buena novia cuando no hay monotonía en la relación, que sea equitativo si no, no.	Triste, como derrotado como que esa persona es tu objetivo y no lo lograste y ya arremetes contra todos los hombres, imaginas que hubiera sido si. Y buscas porque no fue y ves que realmente no era el momento ni la persona, por mucho que tú hubieras querido tampoco se trata de cambiar a la gente ni de que te cambien, siempre es por algo si no funciona.
P7	duraderas algunas y otras muy pasajeras., son con mucha confianza divertidas,	Muy cariñosa, muy detallista, comprensiva, muy confiable y que siempre los apoyo.	Me deprimó luego, luego y siento como que yo tuve toda la culpa o que yo fallé en algo y por eso él se fue.
P8	bonitas, diferentes, a veces monótonas, algunas difíciles, otras muy fluidas	Comprensible soy muy celosa, me gusta apoyar, escuchar dar consejo a veces soy egoísta, soy muy detallista. Me gusta cuando yo se que es algo en serio entregar todo soy rencorosa	muy mal, culpable, triste, tardo en superarlo
P9	Muy conflictivas, no terminamos como muy bien me pusieron el cuerno, eran agresivos. Tienen una parte divertida.	soy muy exigente pero creo que también respondo pero soy una persona muy cariñosa como que cambio soy muy sensible	Me siento como que si tengo todo para conquistar a un niño me decepciono de mi misma me pregunto que hice mal o que fue lo que pasó pero no es algo que me preocupe demasiado.
P10	Bonitas, de crecimiento, como de dar y recibir, reciproco, basada en la confianza.	bastante caprichosa, soy muy miedosa, soy de poner un barrera y de no expresar lo que siento, si puedo llegar a ser cariñosa les demuestro que me interesan aunque me cuesta mucho decir te quiero	Muy triste, es difícil salir de eso.
P11	A distancia la mayoría, de mucha comunicación, y cortas muy cortas.	soy un poco fría al principio, soy detallista, pero en acciones no en palabras, estoy mucho pendiente me preocupo por el otro, soy muy demandante	Fracasada, decepcionada, amargada, y lo sublimo con deporte. No me tiró a la desilusión, no drama.
P12	Al principio súper padres y después me termino enfadando de que quieran saber donde estoy y que hago y que los termino mandando a la goma, me siento triste y los extraño pienso en regresar con ellos pero no lo hago.	Exigente, me gusta que los demás me complazcan en lo que yo quiero, un poco celoso, exijo que me den mi espacio aunque yo si quiero que ellos estén siempre para mi (ríe).	Frustrada, desesperada, siento que tengo algo malo y no se que es, me pongo triste, me enoja y termino echándole toda la culpa a la otra persona de que no haya funcionado
P13	Me clave mucho con el chavo anterior, no quería haberme a otros porque sentía que era como una traición hacia él, no dejo que se me acerquen. Pienso que yo soy muy exigente, antes no me interesaba tanto conocer tan a profundidad a una persona era más como enamoramiento	Un poco celosa, alegre, como un apoyo mi compañía aunque sea nada más escuchando, confiable, fiel, como ser una amiga para la pareja, empática,	Frustrada, triste, decepcionada, como que me resigno, y digo no pues no era.
P14	No han durado mucho, has sido más mis amigos, y no ha habido como esa fusión de sentimientos y creencias.	Sensible, exigente, amorosa, respetuosa, comprensiva, pongo una barrera	Pienso que las cosas no se dan por algo, si yo hice lo creí indispensable y puse de mi parte y no se dio pues ya no puedo cambiarlos porque no tengo control sobre los demás ni sobre sus sentimientos

	Pareja	Figura Humana	CAQ
P1	En la mujer identificación con la madre, poca apertura al	Rasgos narcisistas. Dificultad para integrar la parte racional con la afectiva. Sentimiento de	Preocupada por la salud, los desarreglos y las funciones corporales, insatisfecha de la

	genero masculino. Y también poca apertura en el hombre. No alcanzan a tomarse de la mano, se observan pero sin embargo, pareciera que no formalizan. Como desde una distancia prudente. Infantilidad en ella, dependencia en él. Poca estabilidad emocional en ambos. Mujer a la derecha.	culpa, no está abierta a las relaciones interpersonales, ansiedad, amabilidad, persona desconfiada. Infantil. Poca estabilidad emocional. Evasión de problemas Sensualidad, dependencia, busca la protección de alguien. Poca estabilidad emocional. Infantilidad. Rasgos narcisistas. Poco abiertos a las relaciones interpersonales (pero si más que ella), poca habilidad manual	vida, evita peligros y situaciones de aventura, tiene poca necesidad de excitación, sueños perturbadores, desmañada manejando cosas, tensa, fácilmente perturbable. Sentimientos de intranquilidad y preocupaciones, falta de energía para afrontar lo que le llega. Con sentimientos de culpabilidad, se acusa por todo lo que no le sale bien, se autocrítica. Evita contactos interpersonales, no se haya confortable con otros. Tiene ideas repetitivas e insistentes y hábitos compulsivos. Tímida, tiene pensamientos de inferioridad o inutilidad.
P2	Ambos están separados, la mujer esta ligeramente detrás del hombre, observándolo a él, sin embargo el observa a su vez a otra dirección, ansiedad, sensualidad, figura femenina más coqueta que en la fig. 1. Ninguno de los 2 está abierto a las relaciones. Mujer a la derecha.	descontento con el cuerpo, ansiedad, deseo de quedar bien. Amabilidad, sexualidad incorporada y sin conflicto. Infantilidad, obsesiva, moralista, muy superyoica. Poca apertura a las relaciones interpersonales. ansiedad, infantilidad, sano apetito sexual, deseo de quedar bien, poca apertura a las relaciones interpersonales.	Preocupada por la salud, desarreglos y funciones corporales. Busca excitación, acepta riesgos, intenta nuevas cosas, incansable. Sueños perturbadores, desmañada manejando cosas, tensa, fácilmente perturbable. Sentimientos de intranquilidad y preocupaciones, falta de energía para afrontar lo que le llega. Con sentimientos de culpabilidad se acusa por todo lo que no le sale bien, se autocrítica. Evita contactos interpersonales, no se haya confortable con otros. Cree que la persiguen, controlan, maltratan, espían o envenenan. Se aleja de la realidad, tiene impulsos repentinos o incontrolados. Tiene ideas repetitivas o insistentes y hábitos compulsivos. Tiene pensamientos de inferioridad o inutilidad, es tímida y pierde la cabeza fácilmente.
P3	Evasión, temor de compromiso, están cerca, sin embargo no se tocan las manos, conflicto sexual en ella, exhibicionismo en ella. Infantilidad en ambos. Mujer a la derecha.	Infantilidad, exhibicionismo, impulsividad se siente tonta, muy abierta a las relaciones interpersonales, dependencia exagerada hacia las personas y deseo de controlar. Figura masculina más grande, (dominante), abierto a las relaciones interpersonales, exhibicionista, impulsividad.	Preocupada por la salud, desarreglos y funciones corporales, insatisfecha de la vida, busca excitación, acepta riesgos, intenta nuevas cosas, incansable. Sentimientos de intranquilidad y preocupaciones, falta de energía para afrontar lo que le llega. Cree que se le persigue, controla, espía, maltrata o se le envenena.
P4	Mucha ansiedad, tomados de las manos, hombre paranoide, mujer más arreglada aquí que en figura 1. Más femenina. Mujer a la derecha.	Mucha ansiedad, ansiedad sexual, personalidad paranoide, cuidado personal, actitud critica hacia la gente menos educada, narcisismo, coquetería, sensualidad, conciencia somática, preocupación por el cuerpo o inquietud sexual. (Ligeramente más grande que la mujer), sensualidad, mucha ansiedad, conciencia somática, preocupación por el cuerpo o inquietud sexual, absorbe al mundo con la vista, paranoide.	No perturbable por sentimientos de culpabilidad, puede dormir si deja sin hacer cosas importantes. Confiada no le afectan los celos o la envidia. Complaciente ante la conducta antisocial propia o ajena. No le ofenden las críticas. Evalúa con realidad a otros o a si misma, sin conducta regresiva. No le molestan ideas o pensamientos inoportunos o hábitos compulsivos.
P5	Juntos, tomados de la mano, mujer más femenina que en figura 1. Ansiedad, amabilidad, percepción del género masculino bien identificada, ambos moralistas y superyoicos. Mujer a la derecha.	Descontento con el cuerpo, conciencia somática, preocupación por el cuerpo o inquietud sexual, cerrada a las relaciones interpersonales, infantilidad, esfuerzo por lograr la autonomía, tensa, consciente de si misma, miedo o deseo reprimido de un ataque sexual, proyección del impulso sexual. no tiene tolerancia a la frustración, omisión de la parte sexual, no quiere molestias ni trabas, virilidad, sensualidad, deseo de no ver, absorción en si mismo en relación con el mundo	No perturbable por sentimientos de culpabilidad, puede dormir si deja sin hacer cosas importantes. No le ofenden las críticas, acepta lo antisocial en si misma o en otros. Evalúa con realidad a otros o a si misma, sin conducta regresiva. No le molestan ideas o pensamientos inoportunos o hábitos compulsivos
P6	Evasión, temor de compromiso, ansiedad, narcisismo, coquetería, conflicto sexual, dificultad para integrar la parte racional con la afectiva, deseo de quedar bien con los demás, están separados, solo	mucha ansiedad, conflicto sexual, infantilidad, deseo de quedar bien, culpa, dificultad para integrar la parte racional con la afectiva, miedo o deseo reprimido de un ataque sexual, proyección del impulso sexual. Refinamiento, cuidado personal, actitud crítica hacia la gente menos educada, narcisismo, coquetería. Importancia de la profesión. Percibe a la mujer	Preocupada por la salud, desarreglos y funciones corporales. Confiada, no le afectan los celos o la envidia. Sensata, evita implicarse en actos ilegales y transgredir las normas.

	observándose. Hombre a la derecha.	como dominante. ligeramente más pequeño que la mujer, mucha ansiedad, culpa, miedo o deseo reprimido de un ataque sexual, proyección del impulso sexual. Deseo de quedar bien,	
P7	Evasión, temor de compromiso, ansiedad, se toman de las manos, se ven de frente y la boca de ambos da la impresión de que fueran a besarse, ansiedad de tipo sexual. La mujer se siente más poderosa para imponer. Mujer a la derecha.	tiene un yo fuerte, deseo de quedar bien con los demás, consciencia del poder referente a un amplio desarrollo pélvico, interés por la zona pélvica y maternidad. Falta de logro, poco esfuerzo en todos los sentidos. Poca habilidad manual e infantilismo. Moralista y superyoica. yo fuerte, ligeramente más pequeño que la mujer, poco abierto a las relaciones interpersonales, persona moralista y superyoica. Bien identificado el género masculino. Infantilidad, deseo de quedar bien con los demás	Busca excitación, acepta riesgos, intenta nuevas cosas, incansable. Tiene sentimientos de intranquilidad y preocupaciones, falta de energía para afrontar lo que le llega. Complaciente ante la conducta antisocial propia o ajena. No le ofenden las críticas.
P8	Mucha ansiedad, infantilidad, están cerca, sin embargo no se toman de la mano, están abiertos a las relaciones interpersonales, ansiedad de tipo sexual. Ambos sensibles a la crítica y dependientes de la opinión ajena. Mujer a la derecha	baja autoestima. Inseguridad, infantilidad, sensualidad, persona moralista y superyoica, se siente tonta, poco abierta a las relaciones interpersonales, orientada hacia si misma, dependiente de la madre, en el pasado, desea para si los privilegios de los niños, tímida e introvertida. Muy sensible a la crítica, dependiente de la opinión ajena. Agresividad sin control consciente. más grande que la mujer, ansiedad, se siente tonta, ansiedad sexual, bases yoicas poco estables, infantilidad. Muy sensible a la crítica, dependiente de la opinión ajena.	Preocupada por la salud, desarreglos y funciones corporales. Insatisfecha con la vida. Evita peligros y situaciones de aventura, poca necesidad de excitación. Tiene sueños perturbadores, desmañada manejando cosas, tensa, fácilmente perturbable. Con sentimientos de intranquilidad y preocupaciones, falta de energía para afrontar lo que le llega. Cree que se le persigue, controla, espía, maltrata o se le envenena. Se aleja de la realidad, tiene impulsos repentinos o incontrolados. Tiene ideas repetitivas o insistentes y hábitos compulsivos.
P9	Infantilidad, hostilidad, están tomados de la mano, deseo de quedar bien con los demás, mujer más arreglada y femenina que en figura 1. Ansiedad sexual, dificultad para integrar la parte racional con la activa en ella. Ambos absorben el mundo con la vista. Mujer a la derecha.	Tiene un yo fuerte. Infantilidad, dificultad para integrar la parte racional con la afectiva. Deseo de quedar bien con los demás. Hostilidad con los demás. Poco abierta a las relaciones interpersonales. yo fuerte, agresividad sexual, infantilidad, deseo de quedar bien con los demás, hostilidad con los demás, poco abierto a las relaciones interpersonales, ligeramente más grande que la mujer.	Busca excitación acepta riesgo, intenta cosas nuevas, incansable. Evita contactos interpersonales, no se halla confortable con otros. Cree que se le persigue, controla, espía, maltrata o se le envenena. Complaciente ante la conducta antisocial propia o ajena. No le ofenden las críticas.
P10	Separados, el hombre es ligeramente más grande que la mujer (en figura humana, ambos son del mismo tamaño). Él la observa a ella y ella observa hacia el frente, poca estabilidad.	Infantilidad, deseo de quedar bien con los demás, amabilidad, sexualidad sana e integrada. Abierta a las relaciones interpersonales, narcisista y coqueta. Infantilidad, narcisismo, amabilidad, protección, poca estabilidad emocional, abierto a las relaciones interpersonales. Deseo de agradar a los demás.	Preocupada por la salud, desarreglos y funciones corporales. Sueños perturbadores, desmañada manejando cosas, tensa, fácilmente perturbable. Confiada, no le afectan los celos o la envidia.
P11	Yo fuerte, mujer más arreglada y femenina que en figura 1. Ansiedad sexual, están cerca, sin embargo separados, ella tiene una mano hacia él como queriendo tocarlo o esperando que él la tome. Él no parece estar interesado. Amabilidad, deseo de quedar bien. Mujer a la derecha.	rasgos histéricos, ansiedad sexual, amabilidad, narcisismo, coquetería, protección ante el medio, poco abierta a las relaciones interpersonales. Tiene un yo fuerte. (Uniforme de capoeira) yo fuerte, deseo de quedar bien, ansiedad sexual, amabilidad. Narcisista.	Preocupada por la salud, desarreglos y funciones corporales. Tiene sentimientos de intranquilidad y preocupaciones, falta de energía para afrontar lo que le llega. No perturbable por sentimientos de culpabilidad, puede dormir si deja sin hacer cosas importantes. Evita contactos interpersonales, no se halla confortable con otros.
P12	Rebeldía a la autoridad, hombre más grande, están separados, ambos abiertos a las relaciones interpersonales, mujer más arreglada y femenina que en figura 1. Yo fuerte. Poca estabilidad emocional en ambos. Hombre a la derecha.	mucha ansiedad, infantilidad, deseo de agradar a los demás, poca habilidad manual, dependiente, miedo o deseo reprimido de un ataque sexual, proyección del impulso sexual, temor de perder el control, represión, narcisista. Apertura a las relaciones interpersonales. Ligeramente más grande que el hombre. mucha ansiedad, infantilidad, deseo de agradar a los demás, apertura a las relaciones interpersonales, poca habilidad manual,	Preocupada por la salud, desarreglos y funciones corporales. Evita contactos interpersonales no se halla confortable con otros.

		narcisista.	
P13	Sonríen. (En fig. humana no) están tomados de la mano, agresividad en ambos, abiertos a las relaciones interpersonales. Mujer a la derecha.	abierta a las relaciones interpersonales, narcisista, sensualidad, agresividad, sin control consciente. Protección, percepción adecuada del genero masculino, abierto a las relaciones interpersonales, agresividad, narcisista.	Preocupada por la salud, desarreglos y funciones corporales. Tiene calma en emergencias, confía en lo que le rodea, sosegada. Evita contactos interpersonales, no se halla confortable con otros. Confiada, no le afectan los celos o la envidia.
P14	Juntos agarrados de la mano, mujer con características femeninas más acentuadas, hombre con rasgos masculinos más marcados. Hombre a la derecha.	protección contra el medio, abierta a las relaciones interpersonales, narcisista, búsqueda de vitalidad. sensualidad, abierto a las relaciones interpersonales, protección del medio, dependiente, percepción adecuada y clara del genero masculino	Todas sus puntuaciones salieron promedio.

	Redes Semánticas Tú Eres	Redes Semánticas Las relaciones de pareja son
P1	Tímida, insegura, nerviosa, comelona y triste.	Enfermas, demandantes, frágiles, insensatas, difíciles, duras y fracasantes.
P2	Criticona, chocante, responsable, leal, honesta, creativa, cariñosa, comprensiva, cooperativa y pedante	Exigentes, no equitativas, desgastantes, complicadas, divertidas, faltas de compromiso, miedo al compromiso, dudas, inesperadas, bonitas
P3	Graciosa, enojona, insegura, morena y chiquita.	Respetuosas, confiables, leales, tormentosas, reprochables.
P4	Guapa, inteligente, sexy, antipática, creída, enojona, estudiosa, responsable, constante y confiable.	Alocadas, infieles, locas, descabelladas, tristes, mediocres, mentirosas, lindas y serias
P5	Sincera, responsable, impuntual, respetuosa, intelectual, objetiva, calculadora, frívola	Frágiles, inmaduras, mentirosas, inversiones, cariño, complementarias, autosuperación, crecimiento
P6	Hermosa, ansiosa, habladora, materialista, superficial, responsable, cariñosa, desmadrosa, seria y divertida.	Falsas, pérdida de tiempo, inmaduras, infieles, cambiantes, poco afectuosas, para pasar el rato y superficiales.
P7	Alegre, sonriente, carismática, simpática, flaca, chiquita, amigable, respetuosa, confiable	Inmaduras, cariñosas, irresponsables, irrespetuosas, absorbentes y perturbantes.
P8	Feliz, enojona, sonriente, soñadora, detallista, distraída, descuidada, comprensiva, bonita, simpática, amigable, buena consejera.	No confiables, bonitas, difícil, ilusiones, duraderas, juego, serias.
P9	Soñadora, alegre, explosiva, comprensiva, extrovertida, ambiciosa, cariñosa, sonriente, enojona, exigente	Problemáticas, con celos, discusiones, amor, decepción, realidad, enseñanza, cariñosas, superficiales, sin compromiso.
P10	Detallista, comprensiva, cariñosa, solidaria, tolerante, prudente, sencilla y fiel.	Superficiales, sin compromiso, desechables y para llenar un vacío desde la necesidad de estar con alguien.
P11	Exigente, perseverante, libre, inteligente, explosiva, aprensiva, consciente, cariñosa, empática, burlona	Cambiantes, evolutivas, dinámicas, difíciles, con amor, atracción, malentendidas, egoístas desequilibradas e inconscientes.
P12	Cariñosa, alegre, sincera, honesta, posesiva, desesperada, enojona, celosa, amigable y positiva	Desesperantes, sufrimiento, idealizadas e irreales.
P13	Graciosa, aprensiva, perfeccionista, amigable, inteligente, confiable, preocupada, segura.	Difíciles, reales, alegres, problemáticas, atentas, respetuosas, responsables.
P14	Enojona, reservada, amorosa, comprensiva, exagerada, amor, compasión, respeto, honestidad, valor	Respeto, honestidad, aceptación, rechazo, reproche, poder, tolerancia, espiritualidad, competencia, estabilidad

Análisis del Eje 3.

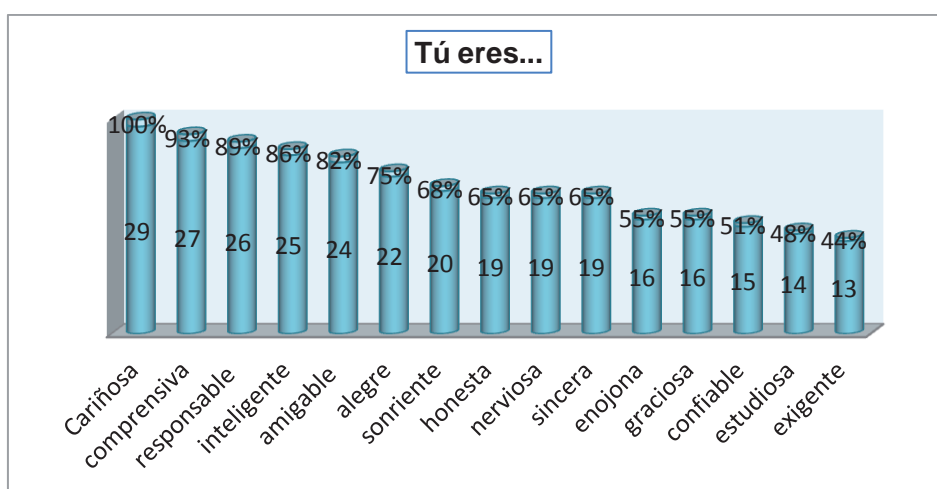
La mayoría de estas mujeres comenta que las características que tienen los hombres que eligen se distribuyen de la siguiente manera: 6 participantes concuerdan en que son guapos, con atributos físicos como tez blanca, ojos claros, altos de estatura y delgados. Las demás los definen como diferentes entre sí, alegres, divertidos, atentos, cariñosos y responsables. 2 de ellas los definen con atributos negativos como patanes, posesivos e inseguros.

Al ahondar más en el tema de porqué quieren tener una relación de pareja 12 de las 14 participantes coinciden en que para tener alguien con quien compartir, vivir cosas juntos, sentirse queridas e importantes. 3 de estas participantes argumentan que también para formar una familia posteriormente. Con respecto a las 2 participantes restantes, 1 de ellas comenta que por el momento quiere una pareja para perder el tiempo y divertirse y la otra dice que por ahora no le importa tener o no una relación de pareja, si llega es bienvenida, pero si no, pues no sufre.

En cuanto a lo que las participantes hacen para elegir una pareja. 10 de ellas comentar que no hacen nada, esperan a que sean los hombres quienes se acerquen a ellas. Las otras 4 investigan quien es esa persona y buscan alguien que se los presente.

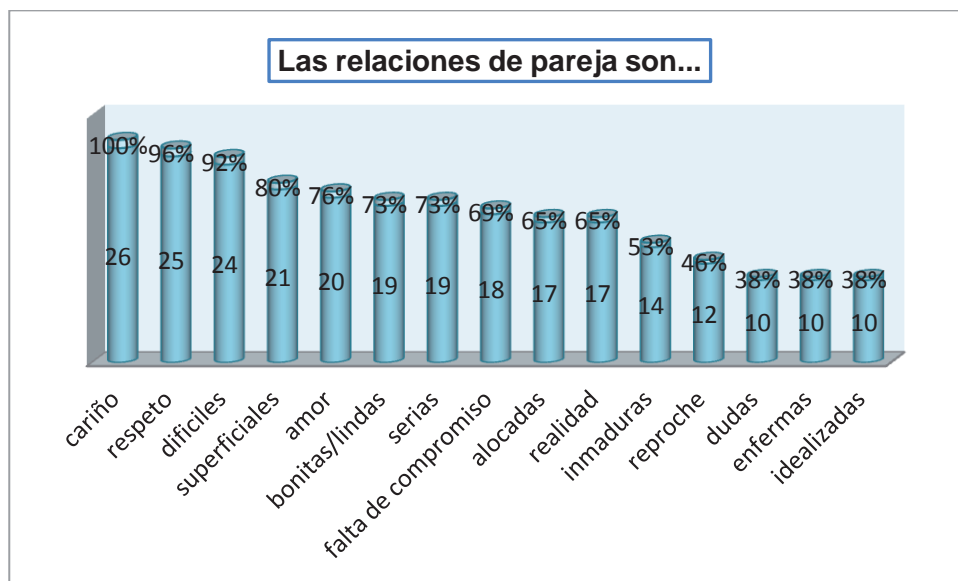
Acerca de cómo han sido sus relaciones anteriores 6 de las participantes argumentan que agradables, divertidas y bonitas, aunque con algunos problemas, 4 participantes más dicen que tormentosas y problemáticas. 2 más hablan de que han sido cortas, varias participantes concuerdan en que todas sus relaciones han sido muy diferentes entre sí, y 2 de las participantes nunca han tenido pareja.

Resultados de redes semánticas



Grafica 5.- en cuanto a la percepción de sí mismas, las mujeres argumentan que son principalmente cariñosas, comprensivas, responsables, inteligentes y amigables.

Al preguntarles como se consideran ellas como pareja, 5 de las participantes respondieron que son celosas y cariñosas. 4 que suelen ser más bien distantes, 3 exigentes y 2 caprichosas. En general no reconocen en si mismas tantos atributos positivos, están casi en igualdad con los negativos.



Gráfica 6.- Las relaciones de pareja reales son principalmente de cariño y respeto, pero también difíciles y superficiales. En menor medida pero conscientes de ello las definen como con dudas, enfermas e idealizadas.

Respecto a los sentimientos que les genera el hecho de que una relación de pareja no funcione las 14 participantes concuerdan en que tienen sentimientos de frustración, tristeza y decepción y que les invade el cuestionarse qué fue lo que pasó y si fueron ellas las que fallaron.

En cuanto al Test de la Pareja llama la atención el hecho de que 8 participantes hayan dibujado a la pareja separada, 5 los dibujaron tomados de la mano. 4 de las participantes tienen como característica ansiedad y conflicto sexual. En cuanto a la posición de los dibujos en 10 de los casos las mujeres están a la derecha (tomando el dominio de la relación) y solo en 4 los hombres están a la derecha.

Los resultados del test grafoproyectivo de Figura humana, en general se observaron las siguientes características de personalidad en las participantes.10

de ellas presentan rasgos de infantilidad, 7 de narcisismo, 7 se encuentran con poca apertura a las relaciones interpersonales, sin embargo 5 están más abiertas al respecto, 6 de ellas presentan ansiedad de tipo sexual y 5 personalidad predominantemente obsesiva. 3 más presentan dificultad para integrar la parte racional con la afectiva.

Con respecto a los resultados del test CAQ para medir rasgos de personalidad, 9 de las participantes presentan preocupación por la salud, desarreglos y funciones corporales, 6 de las participantes evitan los contactos interpersonales. Y llama la atención el hecho de que 1 de las 14 participantes haya salido sin rasgos significativos, ya que todas sus puntuaciones salieron promedio.

3.2 Análisis General

Con base a los resultados obtenidos en los ejes 1, 2 y 3 se puede observar que existe una fuerte idealización en las características y rasgos que se engloban para una pareja ideal, las 14 participantes que conforman la muestra poblacional tienen un concepto muy idealizado del amor, y su comportamiento al momento de elegir una pareja y mantenerla obedece a los introyectos que sus padres han depositado en ellas y a la dinámica de pareja que éstas han observado con sus propios padres.

Las participantes obedecen a una personalidad con rasgos narcisistas, la cual les exige tener lo mejor en todos los aspectos de su vida, haciéndolas vivir en la idealización y alejándolas de la realidad, impidiéndoles por esto el darse la oportunidad de entablar una relación de pareja estable.

Durante la aplicación de toda la batería de pruebas seleccionadas para esta investigación, se pudo observar que hubo aspectos que causaron mayor impacto emocional en las participantes al momento de cuestionarlas al respecto. Se observó que fue más fácil para ellas definir como era su padre, su madre, sus antiguas parejas que definir como eran ellas mismas.

También se observó que ellas tienen claro en cuanto a la idea lo que ellas quieren que sea una pareja ideal, sin embargo, al compararlo con la realidad de lo que son las relaciones de pareja, se pudo observar cierto malestar en las participantes al llevar a cabo esta comparación, la ideal cargada de aspectos positivos, y la real con cierto recelo y en algunos casos hasta fastidio y enojo.

Uno de los aspectos que fue evidentemente significativo fue el hecho de que ellas tomaran consciencia de cómo son sus padres como pareja, muchas comentaban jamás haberse cuestionado nada al respecto, pero pareció ser importante para ellas el hecho de identificar los patrones de comportamiento de ambos padres.

Al llegar a los sentimientos producidos cuando una relación de pareja no funciona como ellas quisieran, las 14 participantes adoptaron un aire lúgubre al hablar del tema, algunas recordaron experiencias pasadas y en la mayoría se borraba la sonrisa y su mirada cambiaba y se volvía más triste, fue evidente que el abordaje de este tema en particular causó angustia, ansiedad y sentimientos de malestar.

CAPITULO 4. CONCLUSIONES

Para llevar a cabo esta investigación se planteó el objetivo general que es describir la función que tiene el ideal del yo y el miedo a la desilusión en la elección de pareja en mujeres universitarias. Y los objetivos particulares que son identificar el tipo de personalidad de las mujeres, descubrir la forma como se elige pareja desde el ideal del yo, encontrar los motivos por los cuales una mujer sabotea la relación de pareja, ubicar las características de la pareja ideal desde los padres, definir el tipo de personalidad de las mujeres, conocer el grado de influencia del grupo social al que pertenecen, analizar el significado que tiene para sus padres el noviazgo, determinar las expectativas a futuro. En referencia a los supuestos que se abordaron: las mujeres evitan comprometerse con la pareja real, las mujeres prefieren tener un amor ideal para no comprometerse, las mujeres eligen hombres con características similares entre sí para tener a quien culpar, las mujeres eligen hombres inalcanzables, analizar los sentimientos que surgen en razón de la desilusión y frustración por no haber sido correspondida.

El objetivo general se cumplió, ya que la investigación arrojó como resultado que el ideal del yo es un introyecto muy poderoso y arraigado en las mujeres, alimentado por los padres y apoyado por la dinámica que ellos tienen como pareja siendo el punto de partida del que estas mujeres aprenden cómo ser pareja.

En cuanto a los objetivos particulares, la personalidad que tienen estas mujeres no es muy clara, aproximadamente la mitad de las mujeres de la muestra poblacional tienen una personalidad predominantemente obsesiva, sin embargo algunas más tienen rasgos histéricos más marcados.

Se infiere entonces que se busca una pareja ideal, porque es lo que estas mujeres han visto al crecer en sus propios padres como pareja y entonces esto fomenta la idea de que existen hombres ideales, aunado a esto el hecho de que ellas tienen una percepción ideal de sus propios padres, por tanto buscan hombres que se asemejen a estos para seguir conservando esta percepción

masculina. Sin embargo, sus comportamientos suelen ser más tendientes al capricho y egoísmo desarrollado a causa del ejemplo de la figura materna.

Se puede observar también que estas mujeres tienen un concepto ideal de los hombres demasiado elevado, tanto en características físicas como de personalidad, el cual, difícilmente algún hombre podrá llenar en su totalidad. Es por este hecho que ellas mismas se limitan a poder relacionarse con un compañero real que posea tanto defectos como cualidades.

Llama la atención el hecho de que ellas dicen estar interesadas en encontrar una pareja, sin embargo, no hacen gran cosa por acercarse a algún hombre que les interese ni por retenerlo. La mayoría define ser más bien fría en cuanto a sentimientos y estar poco abierta a las relaciones interpersonales. Se infiere que debajo de este hecho existe un miedo al rechazo y a la confrontación de que este ser perfecto no existe como tal, y que ellas tampoco lo son, tirando así la imagen que ellas mismas se han esforzado en construir e integrar a su personalidad (ideal del yo).

Fue interesante también el hecho de que varias de estas participantes pertenecían al mismo grupo social, lo cual aporta un nuevo enfoque que no se tenía contemplado dentro de los supuestos abordados dentro de esta investigación, es que mujeres con estas características pertenecen al mismo grupo social y se infiere que el tener estos rasgos parecidos las acerca inconscientemente y las ayuda por tanto, a congeniar.

Finalmente se concluye que las técnicas de evaluación fueron adecuadas para el objetivo, ya que se logró tener una visión muy amplia de lo que es la pareja ideal, las expectativas en ella, los fracasos y sentimientos que estos generan, y sobre todo su percepción de lo que es en realidad una pareja, la cual está algo distorsionada, porque ellas mismas la ven principalmente desde el concepto ideal que del real. Así como también se pudieron obtener rasgos y características de personalidad de estas mujeres.

En cuanto a los ejes temáticos se puede concluir en el primero lo que se espera de una pareja ideal, en el segundo que se refiere al significado de la pareja a través de los padres, se tiene un marco de referencia importante, ya que los padres son los responsables de fomentar las ideas de la búsqueda de una pareja ideal y la idea de que una pareja real no es suficiente. En cuanto al tercer eje de la pareja como tal, se tienen varias expectativas en el presente y a futuro para qué se quiere una pareja, principalmente todas las participantes concuerdan en que la función que tiene una pareja es para salir, divertirse, compartir experiencias positivas y negativas, saberse y sentirse apreciadas, queridas e importantes para alguien más, para que las cuiden y las traten bien. Y a futuro, pues si alguien reúne todas estas características para comprometerse y posteriormente formar una familia.

CAPITULO 5. DISCUSIONES

Gonzalez Nuñez (2000) argumenta que existe una necesidad de obedecer al súper yo y al satisfacer esta necesidad la persona se encontrará cada vez más apegada a su propio ideal del yo. Entre los resultados obtenidos en las pruebas aplicadas, concuerdan con el autor, ya que las mujeres de la muestra toman muy en cuenta lo que sus introyectos de valores y moral debe ser un hombre y esto las hace apegarse a su propia pareja ideal.

Kernberg (2003) menciona que la pareja se vuelve depositaria de las fantasías y los deseos conscientes e inconscientes de sus miembros y de sus relaciones objetales internalizadas. Establecer el ideal del Yo como subestructura del súper yo es un requisito básico de la capacidad de enamorarse. La idealización del otro amado refleja la proyección de aspectos del propio Ideal del Yo. . De acuerdo con Kernberg en los resultados de las pruebas aplicadas en la investigación se ve que las 14 participantes muestran el modelo de pareja que han visto y aprendido de sus propios padres y buscan extender la relación que tienen con ellos hacia una pareja. Y actúan como ellas creen que deben hacerlo de acuerdo a como actúan sus padres dentro de su propia relación de pareja.

En cuanto a lo que el autor comenta sobre que en la idealización del otro se encuentran aspectos del propio ideal del yo. Las participantes de la muestra piden características de personalidad que es obvio que reconocen en sí mismas, puede que no de forma consciente, pero partiendo del principio de que las personas no pueden reconocer aquello que no conocen, entonces ellas piden algo y lo reconocen porque ellas mismas lo tienen aunque no se den cuenta por completo.

Blos (2003) dice que las aspiraciones del Ideal del Yo son imposibles de cumplir, de hecho, lo que proporciona una sensación de bienestar es el sostenido esfuerzo en la lucha por la perfección. Los resultados de las pruebas aplicadas concuerdan con este autor, ya que las pretensiones de las mujeres son imposibles de cumplir porque no existe un ser humano con tantas virtudes, pero a pesar de enfrentarse a este hecho una y otra vez ellas no desisten por la sensación de bienestar que les

produce estar a la expectativa de la búsqueda de una pareja ideal que se apegue a su propio modelo de perfección.

Horney (1973) habla que para el adulto, ser apreciado de acuerdo a la imagen idealizada de uno mismo representa el paraíso. Al sentirse no apreciado, el individuo queda expuesto a los terrores y a los tormentos de odio hacia sí mismo y del impulso autodestructivo, tan intolerables que se ve obligado a protegerse pensando que son otros los que lo despreciaron. De acuerdo con este argumento y los resultados de la investigación puede apreciarse que, cuando la persona se da cuenta de que el otro no es ideal es como si viera un reflejo de sí mismo y se da cuenta al mismo tiempo de que ella tampoco es ideal y entonces viene el malestar y la ansiedad de la que ha venido huyendo. Por lo tanto vuelve a su propia idealización del yo y desde ahí culpa a los otros por haberla despreciado.

Horney citada por Dicaprio (1989) menciona que hay 10 necesidades que al satisfacerlas ayudarán al sujeto a escapar de la ansiedad. La segunda de estas es “una pareja dominante en la vida: ceder ante el compañero fuerte que proteja, a cambio de un amor total”. Los resultados de la investigación no concuerdan con este apartado, ya que las mujeres no están dispuestas a ceder, quieren que se les de protección y cariño, pero sin ellas ceder a la pareja, creen que el otro es quien debe adaptarse a ellas sin ellas dar nada a cambio.

Dicaprio (1989) menciona que la persona se forja una imagen idealizada de sí misma, porque no puede tolerarse a sí misma como realmente es. La persona no puede aprender de sus errores, simplemente porque no los ve. Las mujeres de la muestra poblacional responden al argumento de Dicaprio, ya que ellas buscan una y otra vez a la pareja ideal, y van de una desilusión en otra, sin embargo, no hacen nada por modificar sus acciones o por bajar el nivel de sus expectativas, simplemente porque como el autor lo comenta no ven que el error esta en ellas, entonces no hacen nada por cambiar esta situación.

Este mismo autor argumenta que “aunque la imagen idealizada no coincida con la realidad, es verdadera y precisa para la persona que la creó. Alguien más puede

ver con facilidad a través de esta falsa imagen, pero la persona que la tiene no. La persona cree que esta autoimagen incompleta y errónea es verdadera. La autoimagen idealizada es un modelo de lo que la persona piensa que es, puede o debe ser". Las participantes de la muestra no solo refuerzan este argumento sino que traspasan la imagen idealizada a los demás y cuando se empeñan en pensar que alguien es ideal, solo ellas perciben este hecho, porque para los demás es claro que no es así. Y ellas ven a la persona como "creen" que es, no como realmente es.

Horney citada por Ledford (2007) expresa que la racionalización es "dar buenas razones para excusar una conducta, antes que declarar la razón real" que la explica. Es una ampliación de la externalización al mismo tiempo que cierta forma de autoengaño, basada en un razonamiento erróneo. Como también requiere un proceso mental consciente, afín al razonamiento, quien la practica se siente por completo justificado de usarla, pese a lo difícil de controlar que es. La racionalización es un método primario para tratar de eliminar diferencias existentes entre el yo real y el yo idealizado y buscado. Los resultados de la muestra coinciden con esta autora ya que, cuando se les pregunta a las participantes las razones por las que quieren un determinado tipo de pareja, ellas responden vagamente, argumentando que porque así serían más felices o porque es con lo que siempre han soñado, pero se puede percibir que es porque eso les han inculcado tanto sus padres como el concepto de amor que la sociedad vende, pero realmente ellas no están tan seguras de las razones verdaderas.

De acuerdo con Castells (2008). Cuando la persona se da cuenta de que las cosas no resultaron como esperaba el primer sentimiento que se presenta en su mente es la desilusión. Porque se puso mucha ilusión en construir una relación y está no resulto. Aunado a esto, Lemaire (2003) expresa "La desilusión es más intensa en aquellos que creyeron que la pareja les ayudaría a alcanzar una nueva vida y a hacer de ellos una persona nueva. De esta forma, el individuo que tenía las expectativas se siente defraudado por el otro que no cumplió con ellas. La desilusión destruye la idealización que promovió en la relación uno de los

integrantes y la simbiosis, además de separar a los miembros de la pareja. La desilusión amorosa va unida al dolor, la ira, la pena y el sufrimiento”. De acuerdo a estos autores, en los resultados de la investigación se encontró que las participantes experimentan este sentimiento en gran medida y es equivalente en cuanto a la intensidad de la ilusión que les hacía el hecho de haber encontrado una pareja como ellas pedían.

Tapia (2004) dice “Las personas suelen culparse por no haber encontrado al compañero ideal concibiendo la idea de que con otra persona las cosas hubieran sido mejores y quedan insatisfechos soñando con el ideal sin hacer nada por mejorar la unión que tienen con el compañero actual y se sienten cada vez más frustrados e insatisfechos”. Esto concuerda con el supuesto que se tenía al inicio de la investigación de que las mujeres se empeñan en tener un compañero ideal, como no lo encuentran, se frustran y no se dan la oportunidad de conocer a uno real, ni ver los puntos positivos que este pueda tener. Aquí se hace evidente el título de la investigación que cuando las personas se exigen buscar una pareja ideal no le dan la oportunidad a una pareja real y entonces es difícil que puedan iniciar así una relación de pareja.

González citado por Nahoul (2004) dice que “el tipo de relación de la pareja está determinada por las características y actitudes de los padres y hermanos internalizados”. Para complementar, Boszormenyi-Nagy (2008) comenta que “en ciertas familias se transmiten pautas multigeneracionales fácilmente reconocibles en las relaciones”. Así mismo, Sheehy citado por Butler-Bowdon (2009) cree que las mujeres suelen buscar a alguien fuerte, un hombre que pueda sustituir sus lazos familiares hasta cierto punto. Acorde a esto las técnicas de recolección de datos arrojaron que las mujeres buscan a hombres muy parecidos a sus padres, o alguna otra figura masculina significativa para ellas como lo es un hermano o abuelo; en cuanto a los patrones de conducta las mujeres representan en gran medida características de personalidad parecidas a sus madres como pareja, no se ahondo más en generaciones anteriores en esta investigación, pero al menos si se repiten patrones conductuales de una generación atrás.

Satir (1991) Define al amor como “La emoción más gratificante y satisfactoria que puede sentir el ser humano. En general la mujer espera encontrar un hombre que sólo la ame a ella, la respete y valore, le hable de tal modo que ella sea feliz por ser mujer, que la respalde, le brinde consuelo y satisfacción sexual, y que este a su lado en momentos difíciles”. De acuerdo a los resultados de la investigación se muestra que el concepto que las personas tienen del amor concuerda a la perfección con el de la autora, y lo siguiente que ella comenta de lo que una mujer espera de un hombre también sustenta lo encontrado por medio de las técnicas de recolección de datos que las mujeres buscan un hombre para que las ame, valore, respete, las proteja y haga felices.

Pérez (2011) menciona “una relación íntima es un encuentro dinámico entre patrones de necesidades. La meta realista es aprender a discriminar las necesidades del otro como válidas a pesar de ser distintas de las propias. Cuando una persona está influida por su ideal del yo en la elección de pareja, pierde de vista esta meta realista, ya que no discrimina entre sus necesidades y las del otro, puesto que las únicas necesidades que le interesa cubrir son las propias, asumiendo que el otro no las tiene”. De acuerdo con el autor, las personas tienen muy claro que es lo que necesitan y requieren respecto de la pareja y fijan una serie de expectativas que piden a algún hombre para que este pueda ser su pareja, sin embargo, cuando se les pide que se definan a ellas como pareja casi no presentan ninguna de las características que piden o en un menor grado del que ellas exigen, esto concuerda con el autor porque ellas piensan solo en sus propias necesidades afectivas y en cubrir las pero no se detienen a darse cuenta de las del otro, ni hacen esfuerzos por cubrir las.

Banta y Helherington citados por Rage (1996) encontraron en su estudio que las personas que se atraen mutuamente presentan más rasgos semejantes que complementarios. La semejanza atrae y aumenta cuando la similitud es percibida. Con respecto a los resultados de la investigación es cierto que los rasgos parecidos atraen a las personas, el detalle es que los rasgos parecidos son los que tienen que ver con el propio ideal del yo, no con las personas como tal. Por lo

tanto, tal vez estos rasgos no son tan parecidos como pareciera en primera instancia.

Horney (1979) argumenta “Los fenómenos narcisistas incluyen la vanidad, el engreimiento, el anhelo de prestigio y admiración, el deseo de ser amado en relación con la incapacidad de amar a los demás, el apartamiento de los demás, el aprecio normal del sí mismo, ideales, anhelos creadores, preocupaciones angustiosas por la salud, por el aspecto, por las facultades intelectuales”. De acuerdo a la autora se encuentra que el 80% de las personas que participaron en la muestra poblacional presentan rasgos narcisistas y se preocupan por los aspectos citados por Horney.

La misma autora expone también que “el narcisismo significa que la persona se ama y admira por valores que no tienen un fundamento autentico, igualmente quiere decir que espera amor y admiración de los demás por cualidades que no posee, por lo menos al grado que ella supone”. En la investigación se comprueba que de acuerdo con la autora las participantes creen que tienen una serie de cualidades y virtudes pero las ven en un grado distorsionado, porque no las tienen tan elevadas como ellas mismas suponen.

Erikson (2000) dice “la fuerza básica adquirida en la sexta etapa del desarrollo psicosocial (adulto temprano: intimidad frente a aislamiento) es amor, la patología es la exclusividad, y el ritualismo es el elitismo”. De acuerdo con la investigación las personas deben aprender a distinguir el amor sin perderse en la exclusividad (que es el caso de las mujeres de la muestra que su ideal del yo pesa mucho en su forma de conducirse por la vida). Por medio de la selección y la diferenciación sana de las personas que pueden ser candidatos reales para entablar una relación sana.

Sheehy citado por Butler-Bowdon (2009) menciona “Durante la década de los 20 años la persona se ve obligada a ir construyendo su camino en la vida, descubriendo los modos de ser o hacer, que da la sensación al individuo de estar vivo y tener esperanzas. Es posible que las personas tomen alguno de estos 2

caminos: hacer lo que se “debe” según las expectativas de la familia y los amigos o “ir a la aventura y encontrarse consigo mismas”. O se busca seguridad y compromisos, o se evitan los compromisos por completo. De acuerdo a este autor la persona debe elegir que camino tomar, las participantes de la muestra obedecen más al deber y a lo que sus padres y la sociedad en general espera de ellas, así huyen del compromiso de manera indirecta, porque al empeñarse en buscar a la pareja ideal descuidan a las personas reales y evitan de manera inconsciente el tener una relación, un compromiso, que les traerá problemas y confrontaciones no solo con sus propios ideales, sino con las personas significativas que les rodean.

Finalmente, Stassen (2009) expresa “En cuanto al desarrollo emocional, la mayoría de los adultos jóvenes tienen una buena opinión sobre sí mismos”. Lo cual respalda lo encontrado en la investigación, las participantes tienen una percepción buena de sí mismas, mencionan el reconocimiento de algunos aspectos negativos en ellas, pero en general hay más percepciones positivas que negativas.

SUGERENCIAS

- Se considera que las nuevas líneas de investigación pueden girar en relación a los hombres considerados como ideales por estas mujeres para conocer su punto de vista sobre ellas y de la relación en general y saber su opinión al respecto de porque esa relación terminó o no fue posible que se diera.
- Es importante que las mujeres asistan a algún grupo de crecimiento para que aterrizen el concepto de lo que es una pareja real.
- Es importante la terapia individual, pues cada una de ellas tiene asuntos particulares que trabajar.
- Revisar por medio del enfoque de la psicología transgeneracional y constelaciones familiares, si existe algún patrón familiar y algún tipo de lealtad, el cual no permite bajar las exigencias al momento de elegir una pareja.
- Trabajar la autoestima.

LIMITANTES

- Existe poca bibliografía de la autora del concepto del Ideal del Yo, Karen Horney, únicamente es citada por varios autores sobre todo en libros referentes a teorías de la personalidad con respecto a este tema. Y los libros que se encontraron de su autoría se centran más en otros conceptos como el narcisismo y el tipo de apego que desarrollan los niños y sus consecuencias en el adulto.

- En cuanto al padre de la psicología del yo Heinz Hartmann no se encontraron libros de su autoría, únicamente se reconoce su obra y se recopila algo de ella en esta investigación por medio de las citas de otros autores.

ANEXOS

Guion de Entrevista

- 1.- ¿Cómo es tu pareja ideal?
- 2.- ¿Por qué quieres una pareja así?
- 3.- ¿Qué te llama la atención de un hombre para que pueda ser tu pareja?
- 4.- ¿Cuáles son tus expectativas en una pareja?
- 5.- ¿Has encontrado una pareja ideal? (duración, desarrollo, etc).
- 6.- ¿Qué esperas de una relación de pareja?
- 7.- ¿Qué tipo de hombre te han dicho tus papás que elijas?
- 8.- ¿Por qué te piden que busques un hombre así?
- 9.- ¿Para ti que es enamorarse?
- 10.- ¿Cómo es tu papá como pareja de tu mamá?
- 11.- ¿Cómo es tu mamá como pareja de tu papá?
- 12.- ¿Con cuál de los 2 te identificas?
- 13.- ¿Tus novios a quien se parecen más a tu papá o a tu mamá?
- 14.- ¿Qué características tienen los hombres que eliges?
- 15.- ¿Para qué quieres una pareja?
- 16.- ¿Cómo eliges pareja o que haces para elegir una pareja?
- 17.- ¿Cómo han sido tus relaciones anteriores?
- 18.- ¿Cómo eres tú como pareja?
- 19.- ¿Cómo te sientes cuando no funciona esa relación de pareja que tú querías porque era la ideal?
- 20.- Para ti, ¿Qué es el amor?

Frases Definidoras:

- 1.- Tu papa es
- 2.- tus novios han sido
- 3.- tú eres
- 4.- el amor es
- 5.- las relaciones de pareja deben ser
6. - las relaciones de pareja son

Formato de redes semánticas

Edad:

Estado civil:

Sexo:

Nivel académico:

Frase Estimulo _____

Palabras definidoras:

Jerarquía

1.- _____

2.- _____

3.- _____

4.- _____

5.- _____

6.- _____

7.- _____

8.- _____

9.- _____

10.- _____

CAQ

Hoja de perfil

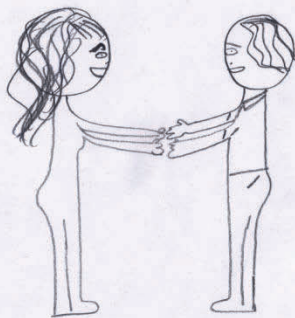
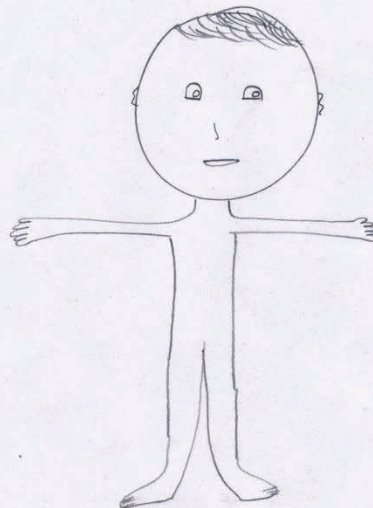
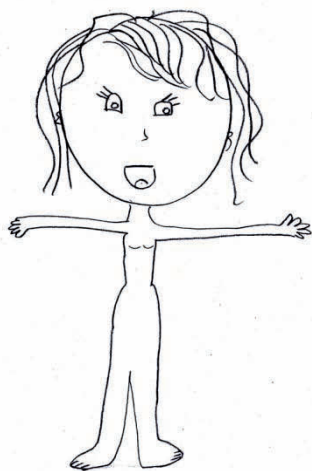
Apellidos/nombre _____

Edad _____

Sexo _____

Observaciones _____

Esc	PD	DE	Decatipos bajos	Promedio										Decatipos altos				
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
D1	—	—	Contento, su mente trabaja bien, no tiene temores de salud	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Preocupado por la salud, los desarreglos y las funciones corporales
D2	—	—	Satisfecho de la vida y sus aspectos, goza de ella	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Insatisfecho de la vida, acoge pensamientos autodestructivos
D3	—	—	Evita situaciones con riesgos, poca necesidad de excitación	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Incansable, busca excitación, acepta riesgos, intenta lo nuevo
D4	—	—	Sossegado, con calma en emergencias, confía en el entorno	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tenso, desmañado manejando algo, perturbable, sueños molestos
D5	—	—	Enérgico, muestra entusiasmo por el trabajo, sueño profundo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Preocupado, sin energía para actuar, sentimientos de intranquilidad
D6	—	—	No perturbado por culpabilidad o dejar algo importante por hacer	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Autoocrítico, se acusa de los errores, sentimientos de culpabilidad
D7	—	—	Relajado, considerado y animoso con las personas	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Evita contactos interpersonales, no se halla confortable con los demás
Pa	—	—	Confiado, no le afectan los celos o pensamientos de envidia	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Cree que se le persigue, espía, controla o maltrata
Pp	—	—	Sensato, evita implicarse en algo ilegal o romper las normas	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	No le ofenden las críticas, acepta lo antisocial en sí mismo o en otros
Sc	—	—	Evalúa con realidad a las personas, sin conductas regresivas	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Con impulsos repentinos o incontrolados, se aleja de la realidad
As	—	—	No le molestan ideas inoportunas o hábitos compulsivos	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Le molestan ideas repetitivas, insistentes o hábitos compulsivos
Ps	—	—	Se considera tan apto, confiable y agradable como la mayoría	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tímido, pierde su aplomo, con pensamientos de inferioridad



N.M.P.P.

21
①



N.M.P.P.

②



N.M.P.P.



CJCR.

21 años ①



CJCR

②



CJCR



RPPC

19 años
1



RPPC

2



RPPC



SIF

1
18



SIF

2



SIF

3



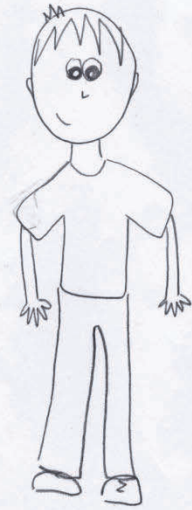
CFE

1
1a



CFE

2



CFE



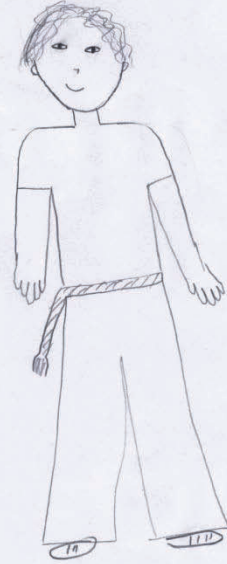
E.C.R.H.

22 años.
①



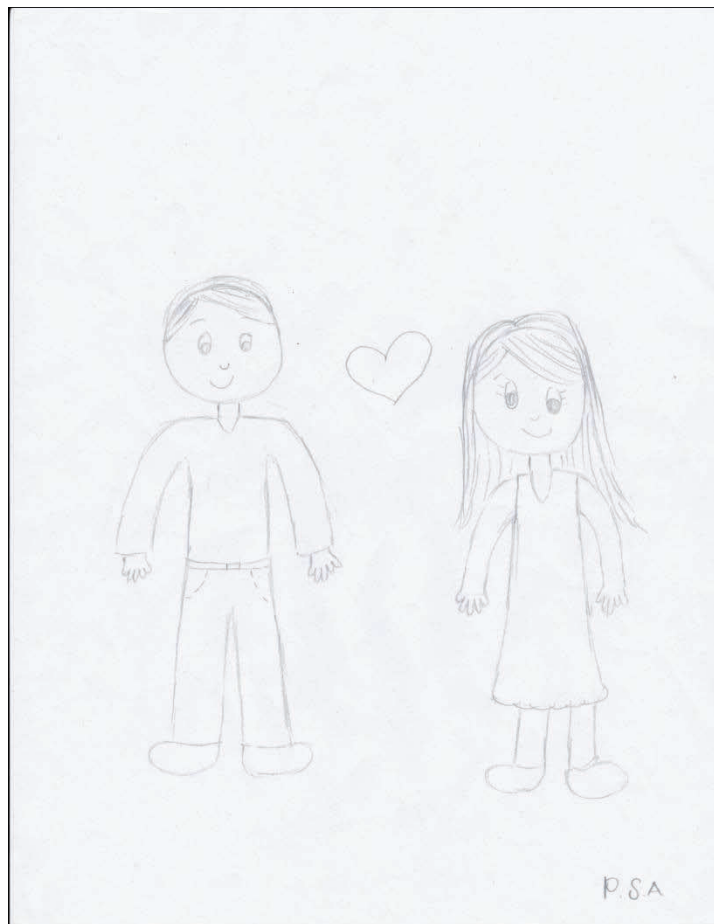
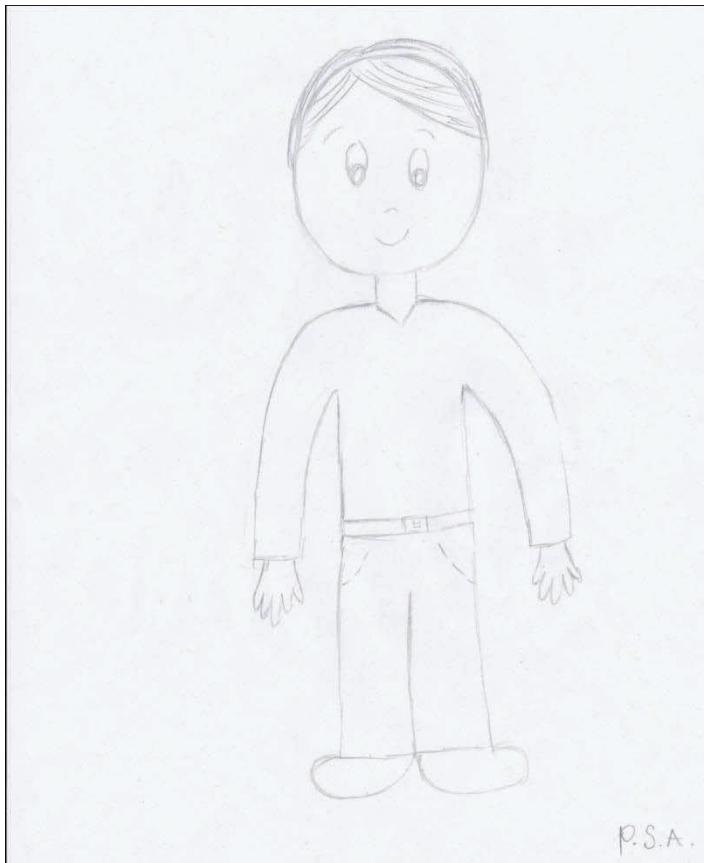
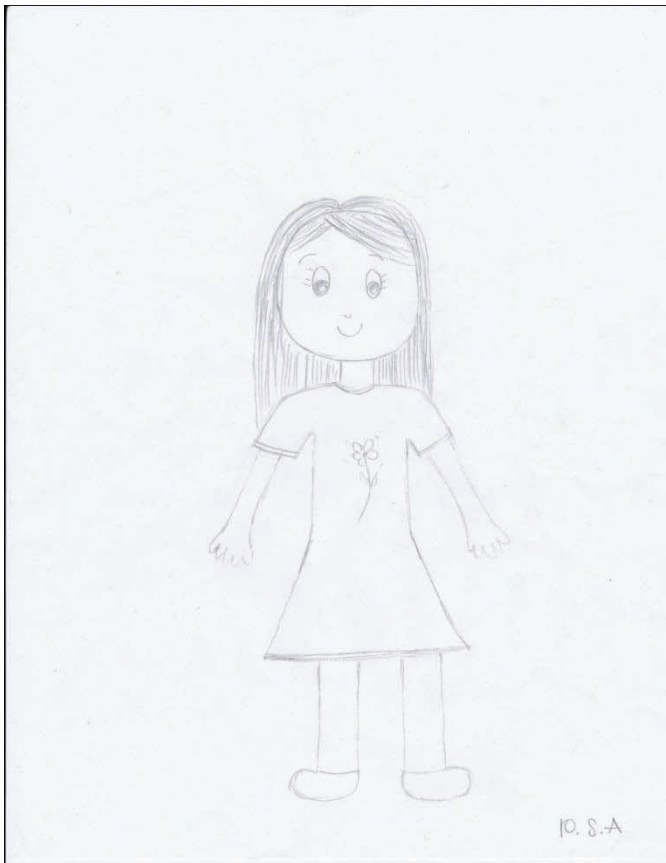
E.C.R.H.

②



E.C.R.H.





ZMFD

21 años
1

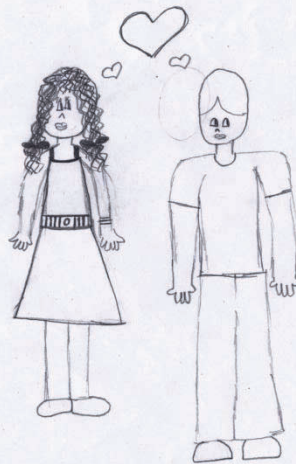


ZMFD

21 años
2



ZMFD



CHH

23
1



CHH

2



CHH



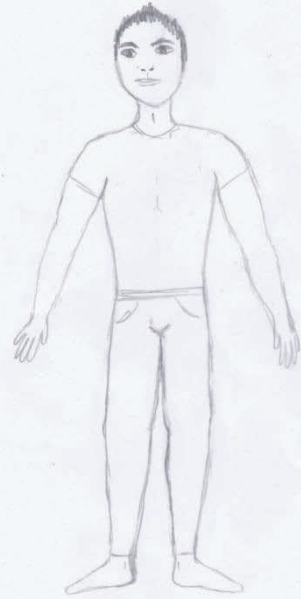
B.E.G.P.

1
19

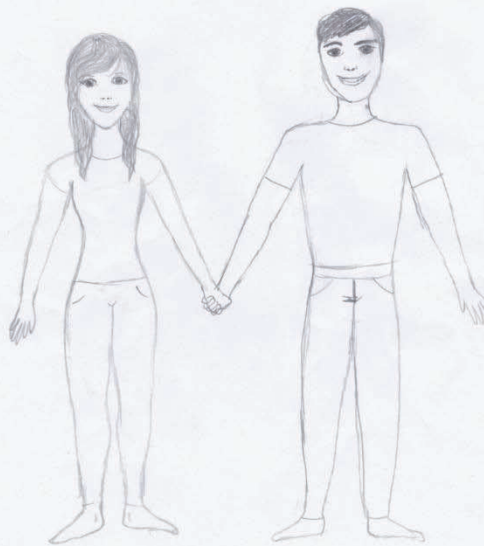


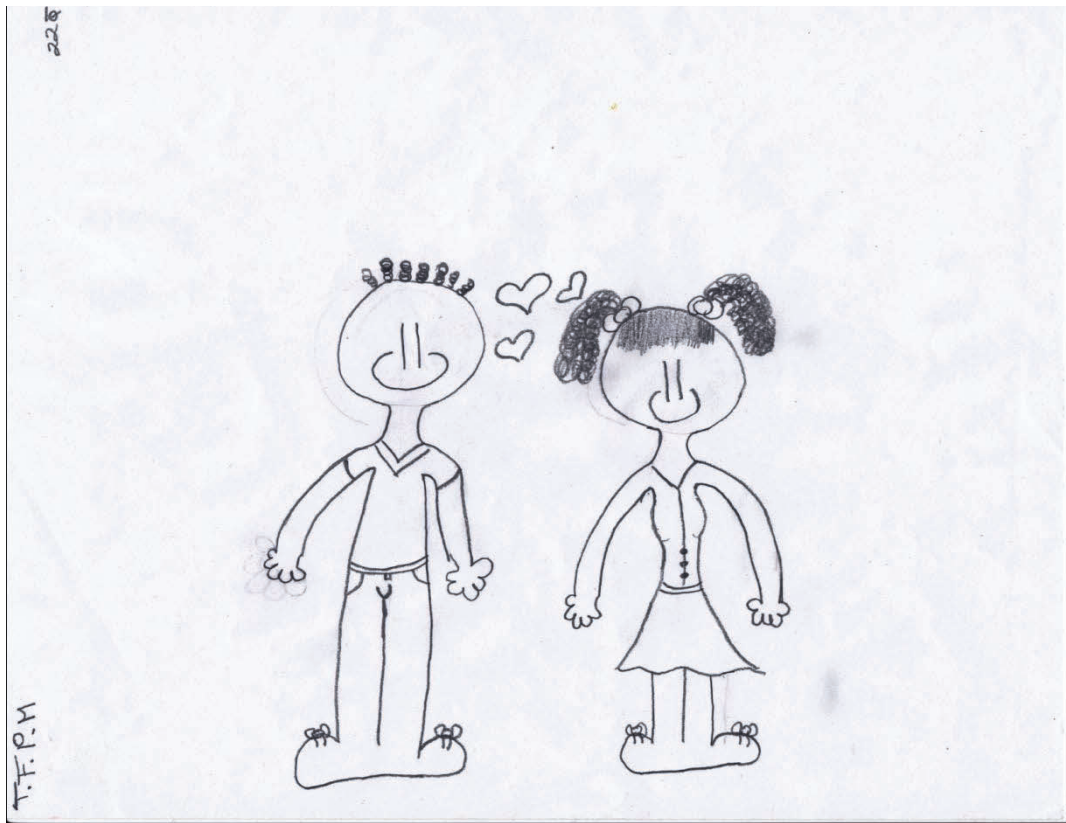
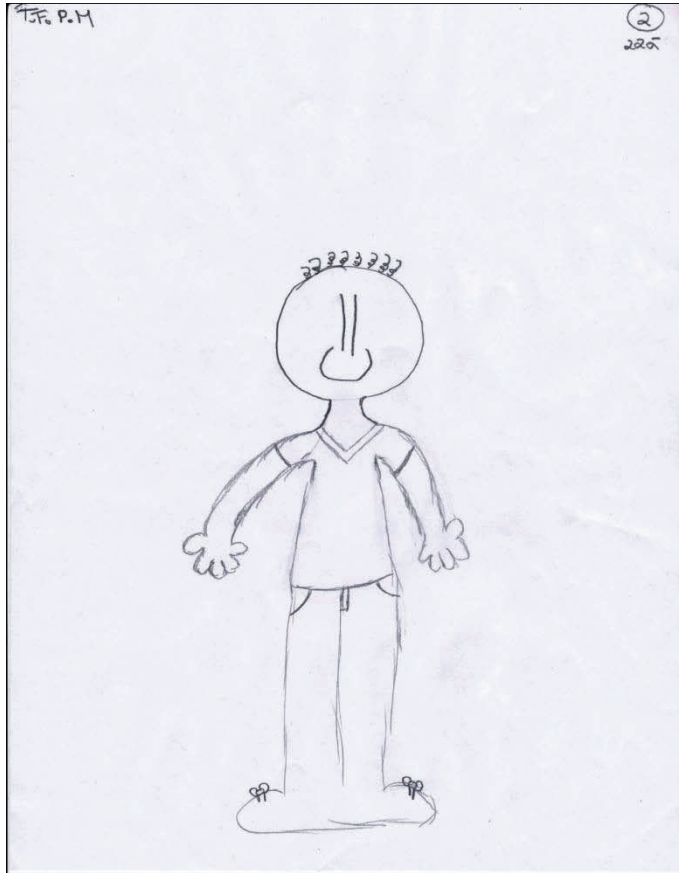
B.E.G.P.

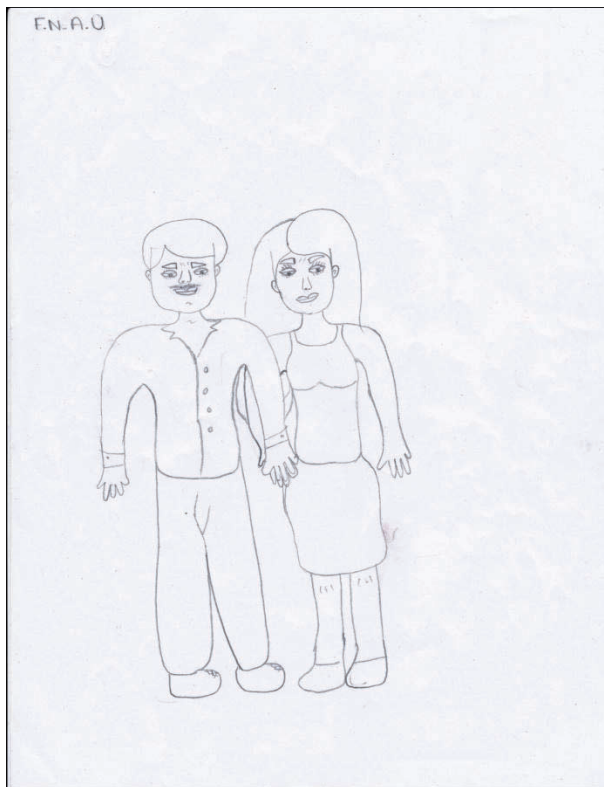
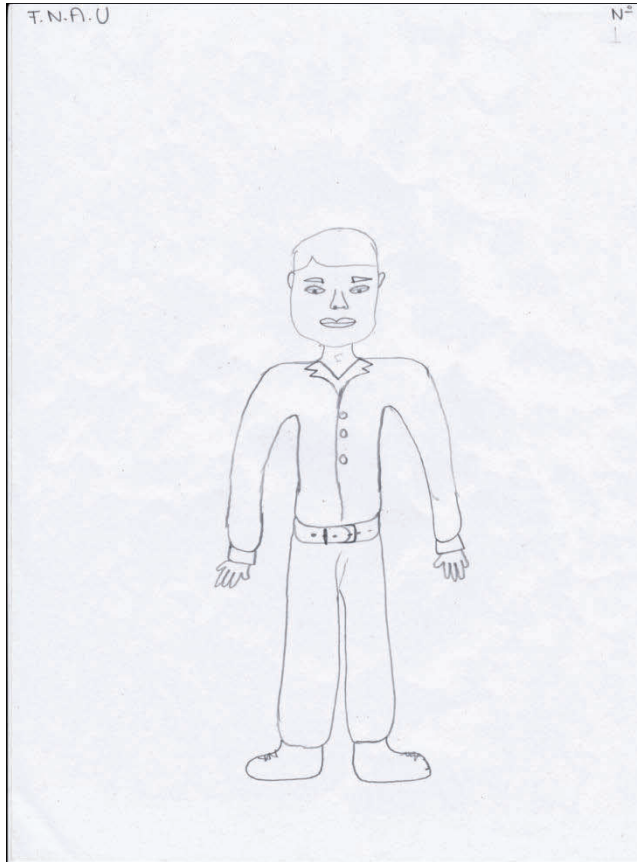
2



B.E.G.P.







PDAV

21
1



PDAV

2



PDAV

