

REPOSITORIO ACADÉMICO DIGITAL INSTITUCIONAL

Embarazo empático

Autor: Hetel Huerta Herrera

**Tesis presentada para obtener el título de:
Licenciado en Psicología**

**Nombre del asesor:
Inés Gómez del Campo**

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.



**UNIVERSIDAD
VASCO DE QUIROGA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

" EMBARAZO EMPÁTICO "

T E S I S

**Que Para Obtener el Título de:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

Presenta:

HETEL HUERTA HERRERA

Asesores de Tesis:

MPH. Inés Gómez del Campo

Lic. Ma. De la Luz Medina

**CLAVE: 16PSU0004J
ACUERDO: RVOE020SEP**

**MORELIA, MICH.
AGOSTO DE 2003**



ALA T296

APP T = D

UNIVERSIDAD VASCO DE QUIROGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

"EMBARAZO EMPÁTICO"

**TESIS QUE PARA OBTENER
EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
PRESENTA:**

HETEL HUERTA HERRERA

ASESORES DE TESIS

MPH. INÉS GÓMEZ DEL CAMPO

LIC. MA. DE LA LUZ MEDINA

CLAVE: 16PSU0004J

ACUERDO: RVOE020SEP



**MORELIA, MICH.
AGOSTO DE 2003**

AGRADECIMIENTOS DEDICATORIA

Muchas veces me preguntaste:

-“¿Por qué siempre escriben poemas a las madres o a las mujeres y nunca para nosotros?”-

Nunca respondí, sin embargo, muchas veces lo intenté, pero... las palabras no salían, no llegaban o simplemente no sonaban como yo deseaba que lo hicieran... lo que escribía no era digno de ti, no demostraban lo tanto que te quiero; así que las rompía.

Al principio de este trabajo, no sabía lo que hacía, solo tenía la necesidad de hacerlo, ahora con el correr de los meses, me doy cuenta que he estado escribiéndote un poema, el mejor de todos.

Seguramente al leer esta dedicatoria me dirás:

-“¿Por que a mí? Dedícasela a tu madre, ella siempre te apoyó; mientras que yo no”-

La respuesta es fácil, tú has sido una fuente de inspiración en este poema y no hablo solo de este trabajo, sino de una vida, como fue, es y será.

Aún cuando no hayas apoyado mi decisión al principio, has creído que puedo lograr lo que me proponga. Gracias por mostrarme lo que es luchar en la vida por lo que se quiere, hasta conseguirlo.

AGRADECIMIENTOS

A todos los hombres que me han rodeado a lo largo de la vida, por enseñarme a vivir la vida con una perspectiva diferente al resto de las mujeres.

A Doña Chata:

Por nunca dudar de mí al iniciar esta loca aventura y por vivirla día a día conmigo, soportando los altibajos por los que pasé durante este período y de los cuales te hice participé en ocasiones sin medir las consecuencias.

A mí Nany:

Por que siempre has estado allí para levantarme, después de cada caída y cada inesperada sorpresa, mostrándome con tu peculiar manera de amar que la vida sigue, que todo es eterno y nada muere; y que la vida es hermosa y más cuando se comparte.

A todas y cada una de las maravillosas personas que me han rodeado y han influido en mí de diversas maneras mostrándome los sabores y sinsabores que hacen interesante la vida en pareja. A todas las que creyeron en mí y mis locas ideas, respecto a este trabajo.

Una parte de este trabajo fue gracias a ti. Mil gracias por impulsarme a ser osada a pesar de tener miedo; gracias estés donde estés.

INDICE

INTRODUCCIÓN	3
JUSTIFICACIÓN	6
OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN	8
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	9
HIPÓTESIS	10
ALCANCES Y LIMITACIONES	11
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO	12
1. La Pareja	12
1.1 Etapas de la Vida en Pareja	14
1.2 Tipos de Unión	22
1.3 Características de las Parejas Funcionales y Disfuncionales	33
2. La Familia	52
2.1 Desarrollo Prenatal	55
2.2 Ambiente Prenatal	59
2.3 Una Revolución en la Pareja	61
2.4 Apoyo en la Pareja	66
3. La Filiación	76
3.1 Los Padres	79
3.2 El Rol de los Padres	85
3.3 El Apego y el Vínculo Afectivo	90
4. Rasgos de Personalidad de la Pareja	97
4.1 Introvertido-Extravertido	101
4.2 Somático	112
4.3 Empático	125
5. Embarazo Empático	134
5.1 Factores Culturales y Biológicos	138
5.2 Criterios de Diagnóstico	145

CAPÍTULO II METODOLOGÍA	149
1. Hipótesis	149
2. Variables	150
3. Diseño	152
4. Sujetos	153
5. Instrumentos	155
6. Procedimiento	158
7. Tratamiento estadístico	159
CAPÍTULO III RESULTADOS	160
CAPÍTULO IV DISCUSIONES Y CONCLUSIONES.....	180
1. Discusiones	180
2. Conclusiones	191
CAPÍTULO V SUGERENCIAS PARA INVESTIGACIONES POSTERIORES ...	193
REFERENCIAS	195
ANEXOS	200
1. Cuestionario para "Padres" de Familia	200
2. Cuestionario Investigativo de la Personalidad	201
3. Manual para la Escala de Funcionamiento Familiar	203



INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN.

"Couvade" es el término que se utiliza para este extraño fenómeno "couvade" proviene de la palabra francesa "couver" que tiene varios significados como: tramar, embarazo comprensivo y ritual de imitación. Donde el padre se aísla, presentando diferentes comportamientos y restricciones durante el periodo de gestación y el parto; dicho término es utilizado en muchos lugares, como Francia, Estado Unidos, España, India, Africa, en fin, en casi todo el mundo. Es un fenómeno observado por los antropólogos en diferentes culturas donde era o es practicado desde siempre.

El embarazo empático, título de esta investigación, es un término no utilizado para este tipo de embarazo, pero que es más apropiado, ya que "empático" proviene de la palabra "empatía" que significa percibir tan sensitiva y exactamente como sea posible, todo el campo perceptual según lo experimenta la otra persona y habiendo percibido su estructura interior tan completamente como sea posible, para posteriormente indicarle hasta que punto esta viendo a través de él o ella.

Actualmente los rituales de la antigüedad no son llevados acabo sin embargo muchos hombres presentan los síntomas de este tipo de embarazo, sin haberlo conocido, mientras que el "couvade" nos habla de una imitación de síntomas del embarazo o el parto, esta es la principal razón de la utilización del término "empático" que denota un conocimiento de la otra persona hasta el punto de ser capaces de integrarse en sus experiencias, aunque sea solo temporalmente.

Podría decirse, que este tema ha sido poco comentado y durante mucho tiempo el interés en él fue mínimo, tal vez debido a que se han documentado pocos casos, probablemente debido a la vergüenza de los hombres para hablar

de dichos síntomas y a su falta de participación durante el embarazo. Ultimamente se ha incrementado, razón por la cual los casos conocidos sobre este tema cada vez son mayores, a tal grado como para llamar la atención de varios investigadores extranjeros.

Importante

Se debe ser consciente de que estos síntomas no generan mayor problemática durante los nueve meses del embarazo, no llevan al padre a la pérdida del trabajo, lo que si representaría un grave problema social que afectaría la economía familiar; ni mucho menos a la muerte; sin embargo es una situación ante la cual los hombres se sienten poco comprendidos, raros y sin grandes posibilidades de hablar al respecto, sin saber que esto pudiera ser más común.

Caso

Una de las también desconocidas modalidades de este acontecimiento (el embarazo empático), es el que en ocasiones no es el padre quien padece los síntomas, sino alguien cercano a la futura madre, donde se incluyen hermanos, padres, primos, cuñados, etc.

Estos últimos puntos forman parte del principal objetivo de esta investigación, comprobar que existe el embarazo empático y que existe un componente psicológico en la relación de pareja que contribuye en la presencia del mismo.

Existe una amplia gama de teorías que explican la unión de las parejas y los aspectos que intervienen para que dicha unión sea funcional o disfuncional como: la comunicación, los límites, el respeto, las reglas, etc., pero muy pocas las que intentan dar una explicación al embarazo empático.

Es por esto que dentro del capítulo I, se abordarán temas como: la pareja, ya que es importante conocer las circunstancias bajo las cuales se da la relación de la misma, desde su formación hasta la llegada de los hijos; La

familia nace con el embarazo del primer hijo, con lo que se inicia una nueva etapa en la pareja; La filiación es diferente en cada familia, más aun cada individuo la entiende de diferente manera, en base a la educación y la forma en que sus padres desarrollaron el apego y el vínculo con ellos; Un aspecto importante en este trabajo y fundamental en la unión de la pareja, son los rasgos de personalidad, de los cuales solo se considerarán: la introversión, extraversion, somatización y empatía; Todos estos aspectos son trascendentales para comprender finalmente lo que es el embarazo empático, los factores sociales y biológicos que los pudieran hasta cierto punto desencadenar.

En el capítulo II se abordará lo concerniente a la metodología, la cual comprende la forma en la que se realizó esta investigación como son: las variables, el diseño de la investigación, las hipótesis, los sujetos, los instrumentos, el procedimiento y el tratamiento estadístico.

Dentro del capítulo III se encuentran los resultados obtenidos en base a los cuestionarios aplicados. Dichos resultados están graficados acorde a las necesidades propias de este trabajo.

El capítulo IV esta integrado por las discusiones y conclusión, las cuales se originan de las gráficas mostradas en el capítulo III, y la información contenida en el marco teórico.

Finalmente en el capítulo V se encontrarán las sugerencias para investigaciones posteriores.

JUSTIFICACION



JUSTIFICACIÓN.

La necesidad de un compañero (a) para compartir las experiencias de la vida siempre ha estado presente a lo largo de la historia, principalmente en las relaciones de pareja estables y duraderas, con la que se pueda compartir prácticamente todo, tal y como lo dicen los diferentes tipos de contrato matrimonial como son: del Registro Civil, la religión o incluso los contratos que se hacen en terapias de pareja. Existen contratos que aunque no están marcados por ninguna ley, ni mucho menos firmados existen y se cumplen en ocasiones más que aquellos que fueron firmados.

Dando por entendido que no todo se compartirá como puede ser la ropa, zapatos, embarazo (por ser supuestamente una función femenina), lamentablemente para algunas parejas, este último punto si se incluye, ya que algunos hombres padecen los síntomas del embarazo los cuales van desde antojos, mareos, náuseas, vómito hasta los dolores del parto, síntomas que en la mayoría de los casos no son tomados en consideración por el médico y mucho menos relacionados con el embarazo de la esposa, por lo cual son diagnosticados erróneamente o simplemente ignorados y juzgados como "locos" o "mentirosos". Orillándolos a no hablar del tema, ya que por el machismo y las ideas de nuestra conservadora sociedad, hacen a los hombres callar con el objetivo de no sentirse inferiores, femeninos o débiles.

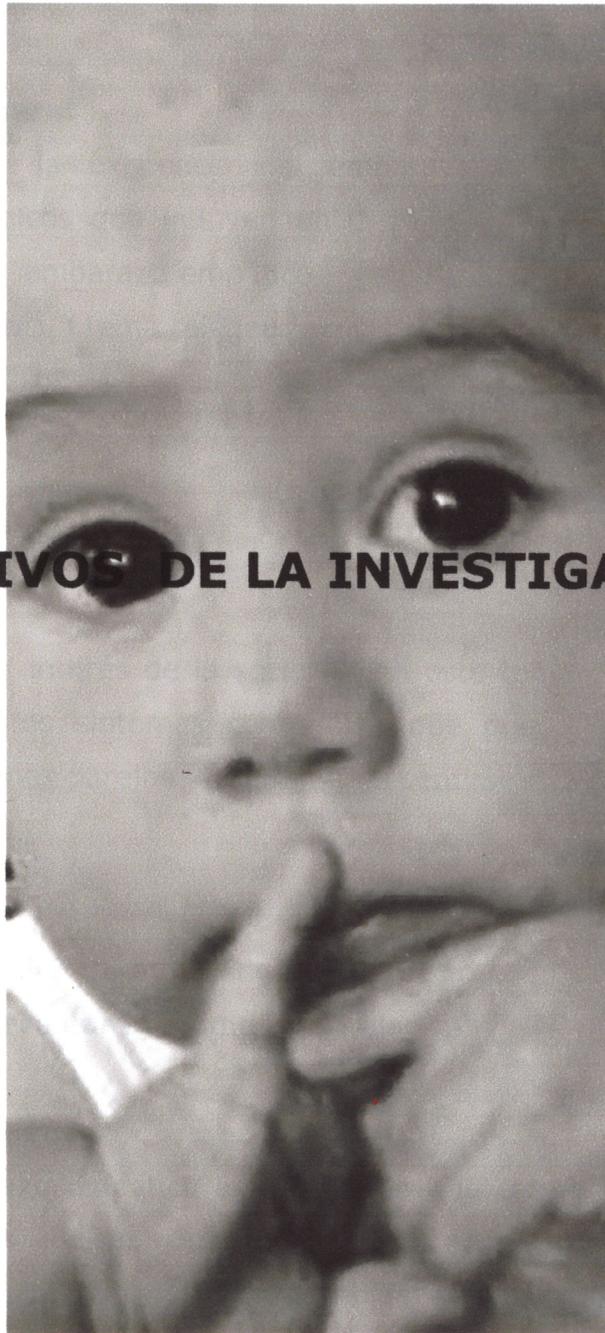
Un aspecto negativo hasta cierto punto es la posibilidad de que el embarazo empático podría considerarse una enfermedad somática o parte de la personalidad empática; ya que aunque existen algunos indicios físicos que demuestran la presencia de este característico embarazo, hay muchos doctores que ignoran o no toman en serio estos datos, por lo que pudieran estar omitiendo diagnósticos o clasificando pacientes como enfermos

somáticos, hipocondríacos o con personalidad empática, tratándolos como enfermos psicológicos. Lo cual sería erróneo debido al mal diagnóstico.

Por otro lado el embarazo es una etapa donde se presentan muchos cambios no solo biológicos, económicos y sociales; sino incluso psicológicos, modificándose el contexto familiar, desde el punto de vista individual y posteriormente de la pareja. Una razón suficiente para investigar cual es el rol que juega (introvertido o extravertido) cada individuo dentro de dicha relación, fomentando o no con esto, la aparición de este trastorno.

Razones por las cuales se considera de mucha importancia la investigación de este tema, como una manera de aclarar la situación de los hombres ante tales acontecimientos y reivindicar su posición, con base a su relación de pareja o a su personalidad y no a algo simplemente inventado por ellos.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN



OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN

- **Objetivo general**

Comprobar la existencia del embarazo empático y conocer los aspectos psicológicos que influyen en la relación de pareja para que el hombre padezca embarazo empático, y dar a conocer los resultados a fin de que deje de ser un tema relegado y oculto.

- **Objetivos particulares**

Universo.

Propiciar el interés de la sociedad en este tema para dar a conocer la existencia de estos síntomas como algo que pueda llegar a considerarse normal para algunas parejas y así dejen de sentirse extraños.

Investigadores.

La oportunidad para investigar un aspecto poco conocido e investigado; así como para presentar el examen de titulación.

Desarrollo de México.

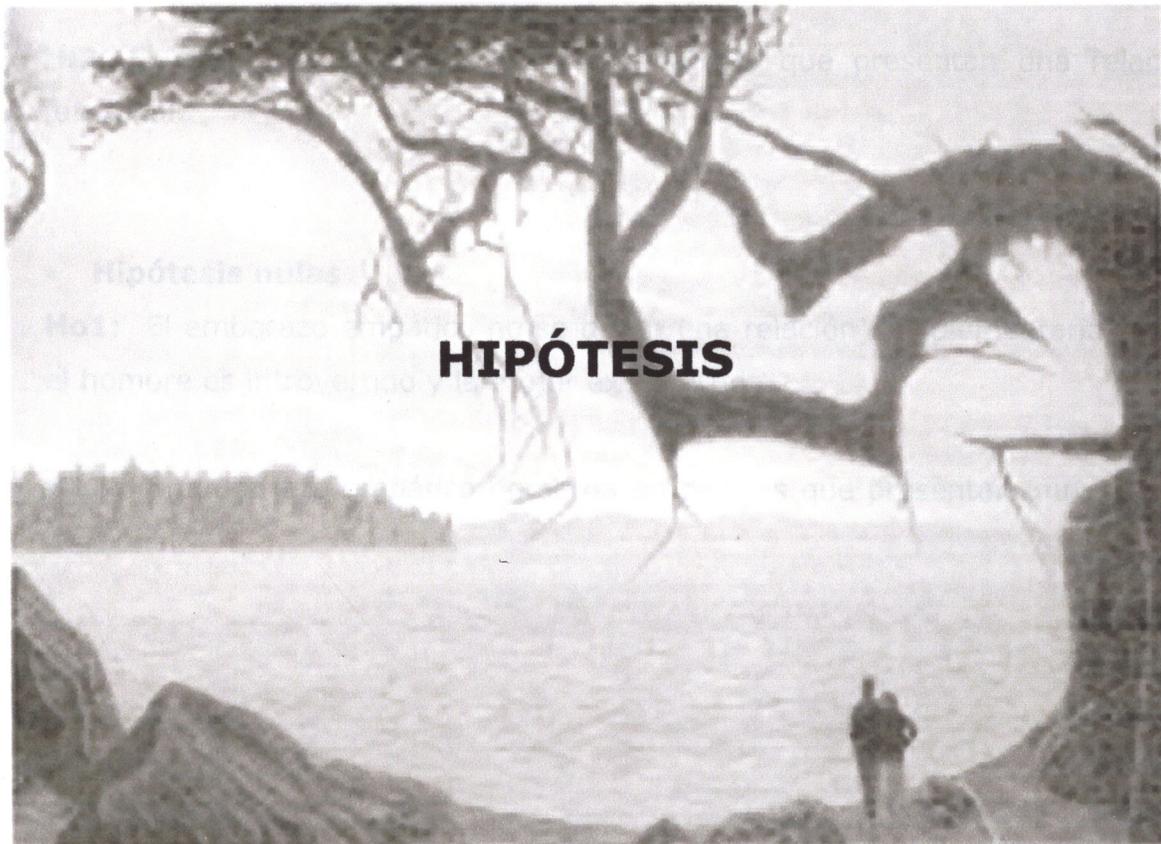
El Embarazo Empático es algo de lo que cada vez hay más casos en México y otros países, pero respecto al cual existen muy pocas investigaciones, por lo cual es necesario investigar más, ya que esto podría ayudar a que los hombres supieran que les puede ocurrir o incluso si ya les ocurrió entiendan que no es tan malo como pudieron haber creído, contribuyendo con esto al desarrollo social y cultural del país, mediante la investigación aplicándola a la realidad y necesidades mexicanas.



PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

¿Cuáles son las características de la relación de pareja que favorecen la aparición del embarazo empático?



HIPÓTESIS

HIPÓTESIS.

- **Hipótesis alternas**

Hi1: El embarazo empático se da en una relación complementaria donde el hombre es introvertido y la mujer extravertida.

Hi2: El embarazo empático se da en parejas que presentan una relación funcional.

- **Hipótesis nulas**

Ho1: El embarazo empático no se da en una relación complementaria donde el hombre es introvertido y la mujer extravertida.

Ho2: El embarazo empático no se da en parejas que presentan una relación funcional.



ALCANCES Y LIMITACIONES

ALCANCES Y LIMITACIONES.

Alcances.

- Se comprobó con éxito la existencia del embarazo empático y además se obtuvieron interesantes resultados sobre las relaciones de las parejas que lo presentan.
- Las parejas entrevistadas comprendieron la importancia de la investigación y participaron de manera voluntaria, con lo que en los casos de Embarazo Empático los padres se quedaron más tranquilos al escuchar que esto solo era pasajero y que no estaban solos.

Limitaciones.

- La bibliografía para el marco teórico fue muy difícil de conseguir y reunir, dado lo poco investigado del tema.
- Las mujeres embarazadas no tienen horarios para el parto, por lo que se debe estar al pendiente en todo momento para entrevistar a las parejas que pudieran presentar el embarazo empático.



CAPÍTULO I
MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO I

MARCO TEORICO.

1. LA PAREJA.

En la edad adulta, la mayoría de las personas llegan a una de las más importantes encrucijadas de su vida, decidir si contrae matrimonio, vive sola o en cohabitación o dicho de otro modo en unión libre, en ocasiones no esta segura del tipo de unión que le gustaría, solo desea vivir con alguien. La mayor parte "tienen un anhelo profundo de relacionarse íntimamente con un miembro del sexo opuesto"¹, ya sea por medio de la cohabitación o el matrimonio, mediante los cuales se satisface esa necesidad.

Es por esto, que a través de la historia y los cambios en el mundo, en todos sus ámbitos, los temas de la pareja y la familia han sobrevivido por sobre los mismos. La familia, es considerada la base de la sociedad, pero detrás de esta base encontramos a la pareja, que debería ser considerada la verdadera base de la sociedad, debido a que es en ella donde se origina la familia.

Una tradición de la sociedad mexicana que a principios del siglo pasado cobró mucho auge consistía en que los hijos de una familia debían o no casarse según el lugar que ocuparían entre los hermanos, su futuro estaba decidido, aún antes de nacer, por ejemplo: en todas las familias debía haber al menos un hijo o hija dedicado a la vida religiosa, uno debía ser doctor, otro abogado y el o la menor no podía casarse, por que tenía que quedarse a cuidar a los padres, hasta que estos murieran, mientras los demás hijos antes

¹ DICAPRIO, N. S. (1997), *Teorías de la personalidad*. México, Mc. Graw Hill. p. 194

de nacer ya tenían pareja con quien casarse, porque vivir en cohabitación ni siquiera pasaba por sus mentes.

Esto está desapareciendo afortunadamente y actualmente, aunque la sociedad todavía no acepta la idea de la unión libre, el matrimonio no es la única opción. Ahora las personas deciden si desean vivir solas o con quien unirse para vivir.

"Las normas corrientes ya no estipulan que las personas deben contraer matrimonio, permanecer casadas, tener hijos o mantener roles separados según el sexo. Las normas actuales sobre el comportamiento familiar son más flexibles"², que en el siglo pasado.

Lo que tiene muchas ventajas como la elección de la profesión, la elección de la pareja, y cuantos hijos tener, entre otras, pero también desventajas como la decisión de separarse o divorciarse de la pareja que libremente se eligió, fomentando la falta de compromiso en la relación de pareja lo que ha influido en no utilizar todos los recursos individuales para lograr la mejor convivencia posible o inclusive desde el inicio de dicha relación el no arriesgar todo por la relación, condicionándola, a si las cosas van bien o no.

Disminuyendo con esto las parejas con deseos por intentarlo todo por permanecer unidas, debido a que ahora es más fácil separarse o divorciarse a continuar juntos, ya que cualquiera de las primeras opciones exigen menos sacrificios que permanecer unidos, además de que ya no es mal visto en la sociedad como antes ocurría. Ahora muchas personas se unen y separan en repetidas ocasiones con diferentes parejas o incluso con la misma, convirtiendo el tema de la vida en pareja un tema de lo más usado, pero no

² PAPALIA y OLDS (1998), *Desarrollo humano*. México, Mc Graw Hill. p. 480

siempre es la mejor manera de vivir o criar hijos. Aunque la duración de la pareja no garantiza la felicidad y mucho menos la funcionalidad de la misma.

Para que una pareja funcione debe contar con ciertas cualidades durante el noviazgo, que es el primer paso antes de vivir juntos, como son la comunicación, el respeto, el compromiso, la compasión, la simpatía, la empatía, la identificación, la reciprocidad, la mutualidad, la sinceridad, la amistad.

“Un objetivo en común, mientras que en otras áreas habrán de buscar metas de compromiso que tengan en cuenta los deseos más vivos de cada esposo. Los cónyuges deben tratar de formular sus propósitos y objetivos individuales en forma clara e inequívoca, sin ambivalencias, para que afloren las áreas de coincidencia y desacuerdo”.³

En resumen todas estas características conforman el compromiso que se adquiere con el otro, lo que implica un sentimiento de ternura hacia el otro y el deseo de ayudarlo, vivir juntos en armonía, de compartir una experiencia, convertirse en una sola persona con el otro, aceptando el punto de vista del otro como igualmente válido que el propio, querer lo que el otro desea dar y conceder lo que el otro desea recibir, son aspectos importantes sin los cuales no se puede dar la intimidad de la pareja.

1.1 ETAPAS DE LA VIDA EN PAREJA.

Las expectativas juegan un papel importante en la formación de una pareja y se van formando a lo largo de la vida a partir de la influencia de la

³ SAGER, C. (1997), *Contrato matrimonial y terapia de pareja*. Buenos Aires, Amorrortu. p. 15

familia de origen, la cultura en la que se vivió y las relaciones de pareja anteriores.

"Toda unión pasa por fases con sus crisis típicas que caen dentro de lo que se puede esperar y en cuya solución se sustenta la estabilidad del matrimonio. El intento por eludir las crisis puede manifestarse dentro de varias formas: idealización del matrimonio, establecimiento de tabúes, aplicación de normas sociales o religiosas, etc."⁴

El matrimonio abarca casi toda la vida adulta, atravesando varias fases de distinta intensidad, intimidad y motivación; el cambio de una a otra exige gran flexibilidad y capacidad de adaptación por parte de la pareja. Razón por la cual es fundamental que se analicen las dos etapas (el desprendimiento y el encuentro), por las que pasa una pareja en sus inicios, antes de la llegada de los hijos.

El desprendimiento.

Cualquier desprendimiento es doloroso, "sobre todo si se trata de relaciones emocionales significativas que se extinguen"⁵ o como en este caso, se alejan.

Esta etapa inicia en la adolescencia cuando el joven debe abandonar el hogar y buscar un compañero fuera de su familia, durante la época en que el joven está tratando de configurar sus aptitudes personales y sexuales, éste cambia de pareja frecuentemente, sus relaciones pretenden demostrarse a sí mismo, o a los demás, que puede conquistar una pareja. Las configuraciones de las parejas a esta edad son fuertemente narcisistas, inconstantes, en las que cada uno intenta probar sus posibilidades y límites. Con el tiempo, las relaciones se van haciendo cada vez más irreversibles y dirigidas

⁴ Health Association of Australia (2002). Internet www.lightning.prohosting.com

⁵ ESTRADA-INDA. (1987), *El ciclo vital de la familia*. México, Fondo de Cultura Económica. p. 43

progresivamente al asentamiento en la vida. Se va haciendo más necesario para el joven contar con un compañero que lo comprenda en todas sus dimensiones.

El elegir una pareja significa el no elegir cualquier otra, lo que lo convierte en una decisión difícil. Además de excluirse de otras relaciones, la nueva pareja se excluye de su familia de origen, lo que puede originar una serie de dudas y temores. A estos puntos sumamos que cada cónyuge de preferencia, debe llegar a la unión marital con una identidad personal ya formada, aun cuando todavía este incompleta debido a que "una de las fuerzas que posee la atracción mutua, es la de completarse mediante la unión íntima y profunda con el compañero".⁶

Un factor importante es la forma en la que los jóvenes una vez separados de su familia se unirán, relación que hasta entonces estaba formada por dos individuos, ahora se convertirá en una relación más compleja al reunir a dos familias, ya que las costumbres y creencias de cada uno son muy diferentes, surgiendo así la posibilidad de problemas debido a que existen cónyuges que creen que el otro les solucionará sus problemas personales o el otro cree tener la fuerza suficiente para solucionarle los problemas al compañero y entonces la funcionalidad de la relación queda como responsabilidad de uno de los dos y no de ambos.

Otro punto a considerar es la idealización. Durante los primeros años de unión existe una idealización hacia la persona con quien se formará esta aparece durante el noviazgo y posteriormente debe desaparecer para evitar la separación de los padres, pero cuando se rompe esta idealización rápida y brusca es una señal de que la persona podría abandonar una nueva vida, quedando la desilusión y el desengaño.

⁶ Idem. P. 15 p. 44

De hecho, en la época anterior a la unión, existe una gran incidencia de depresiones, reacciones de huida, neurastenia, angustia, entre otras; sin embargo no se puede formar una relación íntima sin una confianza básica en el otro, debido a que "la relación íntima se construye sobre la autonomía segura de ambas partes; la persona con los pies en la tierra puede dar más que el individuo dependiente, desvalido, que sólo desea recibir. Un sentido de iniciativa bien desarrollado capacita a los cónyuges a realizar cosas productivas por el otro. Un sentido de laboriosidad capacita a cada uno a mostrar amor en una forma tangible, haciendo cosas en forma competente para su pareja. El sentido de identidad proporciona a la pareja el papel de ego estable, una capacidad sana para la fidelidad y una serie bien definida de valores y prioridades".⁷

Recordemos que para que una relación funcione es necesario que las áreas que la conforman estén debidamente organizadas, estas áreas se dividen en 4: I) área de la identidad; II) área de la sexualidad; III) área de la economía; y IV) área de las funciones del Yo. Las cuales se explican a continuación:⁸

- I) Área de la identidad:** es necesario que los individuos que forman una nueva pareja sean capaces de proveer un punto de anclaje que reemplace al de los padres, así como necesario que cada uno haya resuelto la relación edípica para que pueda cumplir con lo siguiente:
- a) Tener la capacidad de aceptar y tolerar las regresiones no patológicas del compañero.
 - b) Que exista la posibilidad de ofrecer y obtener consideración y cuidados del otro.
 - c) La seguridad de compartir varios intereses en común.

⁷ DICAPRIO, N. S. Ob. Cit. P. 12 p. 194

⁸ ESTRADA-INDA. Ob. Cit. P. 15 p. 47

II) Área de la sexualidad: posteriormente a la decisión de la identidad sigue la necesidad de expresar la sexualidad. Al cumplir los 20 años la mayoría de las personas deben adquirir independencia, competencia, responsabilidad e igualdad en lo concerniente a la sexualidad. Durante los siguientes años la mayoría toma decisiones acerca de que estilo de vida desea, con lo que se enfrentan temas relacionados con el aspecto sexual; la decisión de contraer o no matrimonio, tener hijos o no, involucrarse en aventuras sexuales extramaritales y los cambios sexuales a los que se enfrentarán de terminarse la relación y llegar a un divorcio.

- a) Lograr la armonía al encontrarse como un complemento biológico.
- b) La posibilidad sexual de tal forma que cada uno pueda expresarse según sus necesidades sin que sea coartado por el otro, hasta lograr la sincronización.
- d) El deseo de continuar existiendo por medio de la descendencia.

III) Área de la economía:

- a) Flexibilidad para cambiar los roles de cada uno según se requiera.
- b) La capacidad de lograr la seguridad mediante la adquisición de bienes.

IV) Área de las funciones del Yo:

- a) La posibilidad de aprender los roles del otro para la ayuda mutua.
- b) Libertad suficiente que fomente la individualidad, sin que sea tomado como un distanciamiento.
- c) La necesidad de apoyo mutuo y decidido para mantener y fortalecer las defensas sociales adaptativas.

En fin, cada nueva pareja que intenta formar una familia recibe desde el inicio golpes por parte de la cultura y la sociedad que deben aprender a manejar unidos, para poder entrar al complejo mundo de la sociedad adulta.

El encuentro.

Es la fase de estructuración y producción del matrimonio abarca los primeros años del matrimonio y generalmente es la más activa. Los esposos tratan de configurar su identidad como pareja y lograr un lugar en la sociedad como entidad separada. El encontrar el estilo de vida adecuado les lleva a un sinnúmero de discusiones respecto a valores, horarios, responsabilidades, dinero, etc. donde la serie de exigencias y pruebas que se imponen dentro de la convivencia actúan como estimulantes al desarrollo de ambos y la formación de su identidad.

"En esta nueva etapa se trata principalmente de lograr dos puntos: primero, cambiar todos aquellos mecanismos que hasta entonces proveyeron seguridad emocional. y, segundo, integrar un sistema de seguridad interno, que incluya a uno mismo y al nuevo compañero".⁹

Con la convivencia se inicia la etapa de identificarse como pareja, de dejar de lado el tú y el yo, que son reemplazados por el "nosotros", donde el compartir es la fórmula esencial. Lo principal para crear ese "nosotros" es el desarrollo de la intimidad, que lleva a los dos a mostrarse más abiertamente, fomentando con esto su sistema interno de seguridad.

La comunicación juega un papel fundamental en esa apertura para convertirse en descubridores y no en juez del otro. Es colocarse en el lugar del otro, entendiendo lo que piensa, siente y cómo actúa. Para que la intimidad se desarrolle hay que vencer el miedo a mostrarse a sí mismos con sus temores y vergüenzas, ese temor a decepcionar al otro, lo cual es un error, porque uno es amado realmente cuando se muestra tal como es y el otro así lo acepta.

⁹ Idem. P. 16 p. 59

Mientras que por otro lado lograr un sistema de seguridad emocional no es tan sencillo, para explicar este punto, debemos tener en consideración las eventualidades por las que pasa la pareja al iniciar su vida juntos. Recordemos que lo primero que ocurre y lo cual es bastante lógico, es que cada uno desea utilizar los mecanismos que conoce y ha aprendido a lo largo de su vida, dentro de su familia de origen.

Iniciándose con la creencia de que será fácil que el otro acepte y utilice las estrategias que conocemos de siempre, considerados como únicos, es por esto, que esta etapa es una de las más difíciles, ya que esta llena de contradicciones e inesperadas sorpresas, gracias a la interacción de dos individuos que han aprendido diferentes formas de reaccionar ante la misma situación, donde el punto es reaprender juntos como actuar unidos contra dicha contradicción, buscando los puntos en común.

“Encontrar dichos puntos en común nos lleva a la tarea de conocer las necesidades y expectativas de cada uno de la pareja, esto con la finalidad de conocer lo que cada uno espera dar y recibir dentro de esta unión, conocer el tipo de contrato que han elaborado, un contrato son todos aquellos conceptos individuales de naturaleza consciente o inconsciente que pueden ser expresados verbalmente o en alguna otra forma”.¹⁰

Un contrato abarca todos los puntos posibles respecto a la relación de pareja, sexo, metas, objetivos, vacaciones, días festivos, familiares, economía, etcétera. Podría decirse que existen básicamente dos tipos de necesidades; las saludables y realistas o las neuróticas y conflictivas.

Es importante establecer un contrato debido a que sin este resulta más difícil ponerse de acuerdo en las diferentes situaciones por las que se habrá de

¹⁰ WOHL y ERICKSON (1999), *Fundamentos del desarrollo humano*. México, D. F., Pax. p. 151

atravesar. Generalmente no se cree útil la utilización de dicho contrato, dado que se considera innecesario, por creer que sin este se puede entender perfectamente con el otro. Pudiera darse incluso el caso de que cada uno tuviera contrato totalmente diferente al de su compañero, como ocurre entre personas de diferentes culturas, lo cual haría de la convivencia algo difícil y frustrante por que cada uno espera algo que nunca le llegará. O incluso que las expectativas de uno o de ambos sobrepasarán de la realidad convirtiéndose en imposibles de obtener o de satisfacer.

Los tres niveles en el contrato.¹¹

I El nivel consciente que se habla; donde se comunica al compañero las necesidades para recibir y dar, de manera clara y comprensible. La pareja que se comunica a este nivel puede llegar a formalizar su relación de manera funcional.

II El nivel consciente y no verbal, en donde se encierran todas las expectativas que no se expresan por temor al rechazo, pero se sabe que existen. Las parejas que se mueven dentro de este nivel, pudieran llegar a durar hasta un año, debido a que la falta de comunicación tarde o temprano hará que aparezcan los problemas de los cuales se evitaba hablar.

III El nivel de los deseos y las necesidades irracionales, contradictorios e inconscientes. Cuando nos encontramos dentro de este nivel podemos pensar que se debe a la posibilidad de que la selección del compañero se realizó de manera neurótica.

Sin embargo el hecho de estar dentro de uno u otro de los niveles no significa que no podemos brincar a alguno de los otros, aunque en algunos de los casos será más difícil que en otros.

¹¹ SAGER y KAPLAN (1992). *Relaciones de pareja*. Internet www.psicoadictiva.com

“Debemos tener en mente que algunas otras veces, el desnudar los términos que han servido de base para el contrato puede dar como resultado la aparición de serias desilusiones e incompatibilidades que terminan por disolverlo... el llegar a percatarse en un matrimonio, de que no importa cuanto se ofrezca nunca se obtendrá nada a cambio o bien, el que la relación solo pueda continuar, en base a la limitación severa o a la destrucción de uno de ellos.

En estos casos, la disolución de una relación imposible, tendría que ser vista sin fatalismos, sino más bien como la posibilidad de interrumpir algo que a la larga podría dañar a varios miembros de una familia”.¹²

1.2 TIPOS DE UNIÓN.

Existen muchos tipos de uniones y familias, entre las cuales podemos nombrar las uniones de parejas divorciadas, de viudos, con hijos o sin ellos, las que viven con algún otro familiar, las que se alejan de todos los familiares, etcétera, pero todos estos tipos de uniones tan diversos y con características propias están dentro de dos grandes grupos; el matrimonio y la cohabitación (unión libre), de las cuales se hablará a continuación, ya que de una u otra forma son los que determinan muchas de las características de las parejas y su forma de ver la vida juntos.

El matrimonio.

A lo largo de la vida, en casi todas las familias mexicanas la idea de casarse, del matrimonio y del príncipe o la princesa azul nos es inculcado, desde la infancia, se nos hace creer que existe una pareja ideal para todos

¹² ESTRADA-INDA. Ob. Cit. P. 15 p. 72

aunque en realidad nadie sabe si existe la pareja ideal o si sólo es una ilusión que se desvanece con el pasar del tiempo. Lo cierto es que muchas personas todavía se aferran a esta esperanza.

Cada vez hay menos tiempo para dedicarse a pensar sobre estas cuestiones, y mucho menos para disfrutar las horas libres con su pareja. Muchos matrimonios, sobretodo aquellos que ya llevan años de convivencia, parecen haber olvidado las diversiones que compartían en los años de noviazgo.

La realidad es que al comenzar la vida matrimonial cada integrante tiene una idea de cómo será su pareja, un ideal que en muchas ocasiones esta muy separado de la realidad. Este conjunto de creencias está determinado por su cultura, educación familiar y otros factores. Sin embargo, todos sabemos, al llegar a la vida adulta madura que no existe un modelo de pareja ideal. Lo importante es que ambas partes encuentren lo que buscan en el otro.

“La mayoría de los adultos se casa por primera vez en la época de la edad adulta temprana”.¹³

Lo que probablemente se deba a que es durante esta etapa cuando se supone que el ser humano ya tiene una identidad casi formada, la cual terminará de formarse y amoldarse al unirse a su pareja, debido a que si espera hasta la siguiente etapa su identidad, temperamento y carácter estarán totalmente definidos y la flexibilidad para amoldarse a una vida con alguien ajeno a su familia se habrá perdido, aunque de una u otra forma el matrimonio provee de diversas beneficios al mismo, ya sea que la unión se haya efectuado antes o después de esta etapa.

¹³ PAPALIA y OLDS. Ob. Cit P. 13 p. 482

El matrimonio, demuestra que satisface varias necesidades indispensables para el individuo, además es considerado la mejor manera para asegurar la buena crianza de los hijos. Sus beneficios económicos son la división de tareas, un grupo de trabajo y consumo. Es el origen de diversas formas para relacionarse con los demás individuos, fomentando las relaciones donde se expresen la amistad, afecto, intimidad, satisfacción sexual y compañía, con lo que ofrece la oportunidad de un crecimiento emocional por medio de un vínculo recíproco establecido con los padres, hermanos, amigos y seres amados.

Para que dicho crecimiento se de adecuadamente es necesario que el matrimonio fomente la enseñanza en todos los ámbitos; intelectual donde se incluyen la escuela, creencias, tradiciones; mientras que en el ámbito social tenemos el compañerismo, las actividades extracurriculares que fomentan las relaciones con personas ajenas a la familia; y finalmente el ámbito emocional, tenemos que son importantes la comunicación el respeto, el apoyo, el desarrollo de recursos, incluyendo la información relacionada con las relaciones sexuales, las cuales son muy importantes y la información al respecto es muy poca.

La frecuencia de las relaciones sexuales en la mayoría de los matrimonios durante el primer año de casados es mayor, que en cualquier otra época y cuanto mayor actividad sexual tengan durante el primer año mayor será su actividad sexual posteriormente.

En la actualidad las parejas tienen mayor placer sexual en el matrimonio probablemente debido a que la sociedad ha hecho a un lado el aspecto negativo sobre el sexo y acepta la actividad sexual (más en el matrimonio) como normal, saludable y placentera, que en otras sociedades todavía en nuestros días. Lo que ha contribuido al desarrollo emocional integral, con la eliminación de los tabúes que rodeaban al sexo.

Si una relación de este tipo trae como resultado el crecimiento emocional de un individuo, lo más seguro es que este desarrollo se deba a que dicha relación de una u otra forma le genera una felicidad.

“Los estudios realizados entre 1950 y 1970 en Estados Unidos revelaban que las personas casadas estaban más felices que las solteras. O bien el matrimonio proporciona felicidad o las personas felices tienden a contraer matrimonio”.¹⁴

Dicho estudio se realizó entre 2,000 adultos de Estados Unidos, hombres y mujeres casados de toda las edades, los resultados nos dicen que estaban más satisfechos que los solteros, divorciados o viudos; mientras que las esposas jóvenes manifestaron que sintieron menos estrés después del matrimonio y los esposos jóvenes comentaron que eran más felices, pero sintieron más estrés, lo que nos habla de que el matrimonio para la mujer es una fuente de seguridad y para el hombre una responsabilidad.

Con lo que se puede apreciar las diferentes formas de ver el matrimonio entre los hombres y las mujeres; las mujeres ven el matrimonio como una instancia que les permite manifestar las emociones, consideran que compartir confidencias incrementa la intimidad. Los hombres por otro lado tienden a manifestar el amor a través del sexo, las tareas prácticas o simplemente estar juntos. Muchos de ellos se sienten incómodos hablando de sentimientos, tanto de ellos como escuchar a otros hablar de estos, lo que ocurre cuando escuchan a sus esposas; y estas a su vez se sienten insatisfechas al provocar esta incomodidad.

Existen muchos artículos en diversas revistas, libros, internet y medios de comunicación que nos hablan de cómo lograr la felicidad en el matrimonio, muchos de ellos ofrecen tips, para ser feliz, test para medir la relación de

¹⁴ Idem. P. 13 p. 482

pareja, en fin, es una lista interminable donde muchas personas sugieren y orientan, aunque la mayoría coincide en los siguientes pilares en el matrimonio feliz; la comunicación, el respeto, la amistad, la flexibilidad para negociar.

“La capacidad del matrimonio para proporcionar felicidad parece estar cambiando. Aunque muchas más personas casadas se autoproclaman más felices que las que nunca se han casado, la brecha se ha reducido drásticamente. En apariencia las personas que nunca se han casado son más felices en la actualidad, mientras que las personas casadas son menos felices. Una posible razón para que esto ocurra es que algunos de los beneficios del matrimonio ya no se limitan al estado matrimonial. Las personas solteras pueden obtener satisfacción sexual y compañía por fuera del matrimonio, y este ya no es la única fuente de seguridad para la mujer”.¹⁵

La cohabitación.

Uno de los modelos de vida en pareja que se incrementa cada vez más con el paso del tiempo es la cohabitación, es un término discreto que se utiliza para denominar a dos personas que mantienen una relación sexual y sentimental y viven juntos, aunque no estén casados.

La cohabitación es una preparación deficiente para el matrimonio. Las investigaciones demuestran que aquellos que viven juntos antes de casarse tienden a preferir el cambio, la experimentación y los estilos de vida sin final, los cuales los pueden llevar a la inestabilidad dentro del matrimonio, si es que deciden casarse. Muchos investigadores del tema aseguran que la pareja que cohabita no se entrega completamente, la comunicación es mala y superficial.

¹⁵ Idem. P. 15 p. 484.

En los últimos años, a finales del siglo pasado, se ha visto un incremento en las relaciones sexuales entre las personas no casadas y muchos estudios revelan que es cada vez más común que tanto hombres como mujeres no lleguen vírgenes al matrimonio, aunque ahora se utilizan métodos anticonceptivos como condones ya sean femeninos o masculinos a manera de prevenir la transmisión de enfermedades sexuales. Entre las personas jóvenes, la actividad sexual forma parte de una relación afectiva y casi no presenta promiscuidad. Las relaciones sexuales casuales son más propias de las personas solteras mayores, separadas o divorciadas.

Vivir juntos no es un ensayo de matrimonio o una práctica para contraerlo. Es más bien como "salir con una persona", generalmente esto dura poco y las parejas o se casan o se separan, a pesar de que los matrimonios de parejas que han cohabitado no son mejores que los de las personas que solo se han casado, sino por el contrario tienen las mismas probabilidades tanto buenas como malas para tener éxito o fracasar, según su funcionalidad.

Hasta finales del siglo pasado se le catalogaba como inferior a la familia que se formaba de una unión libre, así como a las personas que la componían, pero para que se pueda hablar de una unión libre debe mantenerse los requisitos indispensables de un matrimonio es decir, monogamia de la pareja de lo contrario se convertiría en uniones poligámicas que ofenderían el sentido que jurídicamente se le reconoció a la unión de hecho.

Ahora cuales son las posibles semejanzas y diferencias que se encuentran entre el matrimonio y la unión libre, ya que después de todo la tendencia es hacia la unión libre y no hacia el matrimonio. Las diferencias entre las parejas que viven juntas y las que contraen matrimonio estriban en el tipo de persona que escoge una cosa u otra más que el efecto de la cohabitación.

Debido a que las diferencias y las similitudes entre la cohabitación y el matrimonio son muy variadas por lo que es mejor hablar solo de aquellas que son las más importantes, para los fines prácticos de esta investigación.

Entre las diferencias podemos encontrar esta, la salud, que a primera vista no es algo que llame nuestra atención como un punto imprescindible, pero que al analizarlo se observa que las personas casadas están más saludables tanto física como psicológicamente que las viudas, solteras, separadas o en unión libre.

"Las personas casadas tienen menos impedimentos o enfermedades crónicas que limiten sus actividades y cuando van al hospital las estadías allí son cortas, en general. Las personas casadas viven más, según un estudio realizado en 16 países industrializados en 1990".¹⁶

Esto se debe a que los cónyuges pueden cuidarse entre sí, por lo que es viable que requieran menos cuidados hospitalarios. Igualmente una pareja casada tiende a tener una mejor situación económica, un elemento que mejora la salud mental y física.

Otra diferencia es que las personas que cohabitan tienen niveles más bajos de satisfacción y bienestar económico, debido a que en el matrimonio los hombres se sienten más responsables por la seguridad de la pareja, por un lado; mientras por el otro en muchas ocasiones las parejas deciden cohabitar con el objetivo de luchar por mejorar su situación económica mientras los dos trabajan.

"En el aspecto financiero, el ahorro que tienen marido y mujer por compartir energía, muebles, electrodomésticos, instalaciones, etc.

¹⁶ PAPALIA y OLDS. Ob. Cit. P. 15 p 482

puede suponer un aumento de hasta un tercio del nivel de vida de ambos cónyuges. Es un hecho cierto el umbral de pobreza en que se sitúan las parejas que cohabitan".¹⁷

A estos factores añadimos el que la sociedad mexicana todavía esta reacia a la idea de aceptar otra forma de vida en pareja que no sea el matrimonio, por lo que las parejas casadas reciben más apoyo económico por parte de la familia extensa, debido a que está en mejor disposición de ayudar a la pareja.

Una más de las ventajas del matrimonio es la de actuar como un verdadero "seguro de vida", no solamente ante eventualidades como el parto, la enfermedad o la vejez. Es la póliza con garantía para una atención global y personalizada cuando marido o mujer enferman; el que se mantiene más sano trabajará más para compensar los ingresos perdidos, facilitará cuidados al incapacitado, sin recurrir a la eutanasia o se encargará del trabajo de la casa si fuera necesario. Es una lamentable contradicción que se predique, como progreso, la "solidaridad" con cualquiera y se hagan todos los esfuerzos posibles por deshacer la inmediata solidaridad del matrimonio.

Una de las grandes diferencias es que los familiares y amigos de la pareja son quienes en muchas ocasiones limitan la duración del matrimonio o de la cohabitación, recordemos que la sociedad no ve con buenos ojos a la pareja que vive en unión libre y en la mayoría de los casos se desea que la pareja se separe lo antes posible o se case; mientras a la pareja casada le es deseada toda la felicidad de mundo y una duración para toda la vida.

Además la pareja en unión libre solo tiene dos opciones después de probar si funcionan juntos o no, separarse o casarse, este ultimo probablemente se deba a las presiones sociales que reciben por parte de

¹⁷ ARBELÁEZ, L. (2002). *Asociación de grupos de estudios de actualidad*. Internet www.geaweb.org.

quienes los rodean; por lo que de una u otra forma terminan casándose, no por que quieran hacerlo o su relación no funcione; sino por "el que dirán".

Según los investigadores la edad en que se realiza la unión es la mejor manera de pronosticar el éxito o el fracaso, por ejemplo, los adolescentes presentan altas tasas de separaciones y divorcios, debido a todo lo que implica la unión en esta etapa, como es renunciar a la escuela, al menos por un periodo, prepararse para tener hijos, en caso de que la unión es por embarazo, e incluso las dificultades de la relación que ha de enfrentar la pareja por la inmadurez de ambos.

La confianza y seguridad de un matrimonio para toda la vida anima a los esposos a tomar decisiones conjuntas que contribuyen a facilitar la vida en común.

Una de las mayores ventajas vienen de la exclusividad. Es lo del "modelo exclusivo" pero en persona. La relación afectiva garantizada por el pacto matrimonial supera cualquier otra, no solo en los aspectos más íntimos sino también en el apoyo constante en los momentos de dificultad o tensión. Se crea un sentido de dependencia, el sentido de amar y ser amado, de ser absolutamente esencial para la vida y la felicidad del otro. Ello ofrece una perspectiva diferente de la vida. Como consecuencia de un compromiso público y al mismo tiempo ser para quienes cohabitan un pase con libertad para hablar y explicar que ya no están a gusto con la pareja que han elegido y abandonar la relación.

"Se obtiene la conclusión de que el matrimonio es lo más parecido a un seguro de vida de largo alcance. En su conjunto, los casados gozan de mejor salud, tienen un estado emocional y psíquico más satisfactorio

y están más estimulados a aumentar sus ingresos que los que viven solos o en simple emparejamiento".¹⁸

"Hay muchos factores que empujan a los esposos a perseverar por solucionar los problemas de su vida conyugal. Te los voy a enumerar: EN PRIMER LUGAR se comprometieron públicamente, ante todos sus amigos y familiares; no es fácil explicar a medio mundo un fracaso de esta magnitud, de modo que el compromiso social y familiar también juega un papel importante. EN SEGUNDO LUGAR, si se casan por la iglesia se comprometen ante lo más grande y supremo que cualquier ser humano pueda tener: Dios; el es su sentido trascendental de existir, su fuerza motivadora de amor, paz, honestidad, verdad, esperanza; si es difícil darle la cara a la gente para explicar un divorcio es mucho más difícil darle la cara a Dios... Y EN TERCER LUGAR, al casarse por el civil, existe un compromiso legal que da obligaciones y garantías muy claras. Los que viven en unión libre no cuentan con ninguno de estos tres elementos de apoyo para luchar. Antes bien, la sociedad los tienta a separarse, se sienten espiritualmente arruinados, y pueden hacer cuanto les venga en gana sin ninguna complicación procesal".¹⁹

Quizá lo más importante de este punto es que de una forma u otra en el matrimonio se tienen más garantías, como ya se mencionó, para que la pareja permanezca unida; sin embargo esto no es una póliza que asegure la funcionalidad de la pareja, tal como lo dice Papalia en su libro de desarrollo humano "El amor de las personas casadas no es diferente del de las personas no casadas. No es ni más realista y maduro, ni menos idealista".²⁰ Así que veamos ahora lo concerniente a las semejanzas entre los dos.

¹⁸ Idem. P. 29

¹⁹ SÁNCHEZ, C (1993), *Juventud en éxtasis*. México, Selectas Diamante. p. 130

²⁰ PAPALIA y OLDS. Ob. Cit. P. 13 p 482

La semejanza más importante entre la cohabitación y el matrimonio son las etapas por las que atraviesa la pareja o dicho de otro modo, las etapas por las que debería pasar la pareja con el objetivo de consolidar su unión e intentar una buena funcionalidad, lamentablemente ninguno de los casos garantiza esto o su duración y en su defecto la felicidad de los individuos.

Recordemos que si una pareja se brinca una de las etapas o la empalma con la siguiente puede resultar contraproducente para esta, ya que la pareja debe adaptarse más rápido a su nueva etapa aun cuando no este preparada para tal responsabilidad y compromiso, como es en el caso de las parejas que se casan o se juntan por embarazo y obligados.

Por otro lado la teoría triangular de Robert Sternberg y Barnes nos dice que el amor tiene tres caras: intimidad; es el elemento que comprende la autorrevelación que conduce al vínculo, el afecto y la confianza. La pasión: se basa en los impulsos interiores que transforman el deseo inicial en deseo sexual; y finalmente compromiso que es la decisión de amar y permanecer con el ser amando. Acorde con esto la clase de amor que sentimos es proporcional al grado en que cada cara se encuentre presente; mientras que la no concordancia entre estos origina problemas.²¹

Para la mayoría de las personas, decidirse a vivir en pareja constituye una de las decisiones más importantes de su vida; sin embargo, algunas parejas sucumben a la decepción después de comprobar que la convivencia no es tan sencilla ni tan gratificante como se imaginaban. En la mayoría las dificultades que atraviesan se deben a la falta de habilidades de convivencia, la escasa comunicación, el no saber resolver conflictos o pactar, no divertirse juntos o no apoyarse mutuamente, provoca la falta de entendimiento y el progresivo distanciamiento, a pesar de habitar bajo el mismo techo, por lo que poco tiempo después de haber iniciado la convivencia, casi todas las parejas

²¹ BARNES y STERNBERG, (2002). *El amor en la pareja*. Internet www.acropolix.com

se dan cuenta de que vivir de forma cotidiana en un mismo hogar requiere de algo más que ilusiones y buenas intenciones para lograr que su relación funcione bien.

1.3 CARACTERÍSTICAS DE LAS PAREJAS FUNCIONALES Y DISFUNCIONALES.

Las características y etapas por las cuales atraviesa una pareja, ya sea que permanezcan unidos en matrimonio o en unión libre, no son muy diversas entre si, aunque ciertos individuos lo consideran polos opuestos más adelante veremos que para los fines de esta investigación tales diferencias son menores, por lo que es más relevante prestar atención a la funcionalidad y disfuncionalidad de la pareja.

Para empezar, cada uno de los miembros que forma la pareja deben enfrentarse al hecho de que han dejado de ser hijo o hija de familia. Ahora son el compañero o la compañera de una persona con la que se han comprometido. Cada uno es ya un adulto independiente de su familia de origen y necesita aprender una nueva forma de relacionarse con la familia que acaban de formar.

En segundo lugar, el compromiso contraído con la pareja requiere limitar actividades que antes se hacían libremente como solteros, para darle prioridad a la relación entre los dos.

También es importante establecer acuerdos que regulen esta nueva forma de vida. Cada uno está aportando a esta convivencia su propia individualidad con hábitos, costumbres y formas de proceder adquiridas por la educación que cada uno recibió. Se requiere unir esas dos individualidades

mediante acuerdos tomados en común acerca de muchos asuntos, como los horarios de trabajo, la disposición del tiempo libre, la administración del dinero y muchas cosas más.

Es evidente que al tratar de establecer estos acuerdos van a surgir múltiples diferencias, pero estas diferencias son las que contienen la riqueza potencial de la relación, requiere un gran esfuerzo para lograr el consenso de opiniones contrarias, aunque esto rompa, momentáneamente, la armonía o tranquilidad que se desea tener. Sin embargo, si la pareja esta dispuesta a trabajar activamente por la relación y a no dejar asuntos pendientes que se conviertan en un lastre en el futuro, después de un periodo dichos conflictos, grandes o pequeños, se convertirán en algo inherente de la vida de una pareja y hay que buscarles solución, en vez de negarlos o evitarlos, es algo enriquecedor que los ayudará a madurar.

La situación contraria, es decir, quedar vinculados emocional o físicamente a las familias de origen, resistirse a abandonar las actividades de solteros, no establecer las propias normas de funcionamiento o huir de las situaciones conflictivas, buscando distracciones como el trabajo o las amistades, es vivir esta etapa de manera equivocada, es obstruir la madurez que puede lograrse y dejar asuntos inconclusos que van a dificultar, en el futuro, la relación.

Otro punto muy importante de esta etapa en la vida de dos personas es que, en un plazo no muy largo, ambos caerán en cuenta de que no se cumplen las expectativas que tenían acerca de la relación. Como esas expectativas generalmente se relacionan con recibir cariño, comprensión, apoyo a lo que es cada uno, en la medida en que cada cual lo necesita, el no recibirlo como se desea, produce malestar y desilusión, y hasta la sensación de haberse equivocado en la elección de pareja.

A veces, el ego está tan necesitado de todo lo que se esperaba para darnos fuerza, que no se tolera no recibirlo, y en cambio se encuentran críticas, confrontaciones y motivos de malestar, y tomando la decisión de dar por terminada la relación a través de una separación que, con frecuencia, quizás pudiera haberse evitado con una mayor comprensión y deseos de superación por parte de ambos. Por desgracia, muchas otras veces se hace imposible la convivencia por mil y una causas propias y ajenas a la pareja, y es mejor para los dos poner fin a la relación de una forma civilizada y todo lo amistosa que las circunstancias permitan. Tan equivocado resulta romper una relación sin antes haber intentado sinceramente poner remedio a los problemas como obstinarse en mantenerla contra viento y marea.

Pero antes de continuar se debe establecer lo que es una relación funcional y una relación disfuncional. Desafortunadamente, es en este punto, donde muchos autores se enfrentan a serios problemas al intentar definir y delimitar la funcionalidad o disfuncionalidad de la pareja. Es por esto, que es preferible considerar un nuevo concepto de estos términos con el objetivo de facilitar su entendimiento para los fines prácticos de esta investigación.

Dicho esto, se entenderá, por disfuncionalidad en la pareja a, el tipo de relación no perdurable y que durante el tiempo que dicha pareja o familia estuvo unida lo hizo en un ambiente poco favorable para el desenvolvimiento de sus miembros, entendiendo por ambiente favorable, el ambiente donde existe una homeostasis (armonía) relativa que fluctúa entre momentos de calma y momentos difíciles para la pareja o familia, contribuyendo, estos últimos, en la modificación de los individuos, necesaria para fomentar el desarrollo de los integrantes de manera positiva y la adaptación de los mismos a su medio o etapa de vida; mientras que por funcionalidad entendemos el tipo de relación que la mayoría busca, una relación perdurable y donde el tiempo de vida juntos sea de cantidad y calidad, aunque debemos considerar

que la cantidad y la calidad no son sinónimos; sin embargo, lo ideal sería que siempre se presentaran juntos.

El problema reside en cómo se logra esto. Tomando en consideración que cualquier tipo de unión por sencilla que parezca está rodeada de muchos factores tanto internos como externos que pueden influir de manera positiva o negativa en la misma, es por esto que se considera necesario hablar un poco acerca de la funcionalidad o disfuncionalidad de las parejas. Debido a que las parejas son sistemas de relaciones que no permanecen estáticos por siempre, en este trabajo solo consideraremos los primeros años, cuando los hijos nacen y durante los primeros años de vida.

"El matrimonio no es una institución estable e inalterable, no es un estado sino un proceso dinámico".²²

Hoy se ve, sin embargo, una tendencia de las parejas jóvenes en tratar los problemas de frente, tratando de mantener una terapia matrimonial constante, solucionando cada problema apenas se esboce. No es patológico que se presenten las crisis conyugales, la patología surge en el afán de eludir estas crisis normales e inevitables que implican la madurez del matrimonio y de sus componentes.

El matrimonio es un ejemplo de una relación íntima; si el matrimonio ha de tener éxito, cada cónyuge debe sentir las emociones que antes mencionadas (compasión, simpatía, empatía, identificación, amistad, reciprocidad, etc.) sentimientos y emociones sociales son bastante evidentes en el acto sexual.

²² SAGER, C. Ob. Cit. P. 14 p 25

A continuación se presenta un cuadro para ejemplificar las diferencias entre las parejas funcionales y disfuncionales desde los puntos de vista de Fromm y Yalom.

Acorde con Fromm (2002).²³

POSTULADOS	RELACIONES DISFUNCIONALES	RELACIONES FUNCIONALES
TEORIA DE FROMM	Amor Inmaduro	Amor maduro
En el amor maduro, cada quien conserva su integridad e individualidad. Ambos se hacen uno sin dejar de ser dos.	*Se basa en la dependencia y el egoísmo; por eso, es pasivo.	* Trasciende los egoísmos y comulga con el otro.
	* Es infantil por que obedece la premissa de "amo por que soy amado".	* Sigue el principio de que "soy amado por que me amo".
	* Entregarse es experimentado como vaciamiento.	*Poderoso, entregado y activo, compuesto de dar y no de recibir. El amor dado es la recompensa propia.
		*Dar hace que uno se sienta más vivo y es en el acto de dar que el amor maduro halla su gozo.

²³ FROMM, E. (2002). *Psicología de las relaciones*. Estados Unidos, Patria Cultural

Según Yalom, (2002).²⁴

CRITERIOS DE YALOM Superar el aislamiento Intento por apaciguar nuestra soledad existencial entregándose a una relación con otro.	Relaciones Deficientes.	Relaciones Maduras, Sanas y "Sin Necesidades".
	* Los individuos pueden tener síntomas reales de desadaptación emocional ligera a grave.	* Suspende los juicios egoístas y egocéntricos.
	* Son relaciones desafortunadas por que el individuo no se relaciona por completo con el otro, sino que lo usa como medio para aliviar sus sentimientos de aislamiento y soledad Existir a los ojos de otros.	*No hay intenciones ocultas. * No hay motivo para sacar provecho.
	*Intento por validar y dar crédito a la existencia propia haciendo que los demás adviertan nuestra presencia.	* Experimenta al otro lo ve como fin y no como medio para algún fin.
	* Causas de Fracaso: a) Con el tiempo, el otro se cansa de ser	* Enriquecedor. Tiene un interés genuino por el bienestar del otro y su crecimiento. * Entrega voluntaria.
		*Característico de las relaciones en general.
		* Amor que resulta de la fuerza, no de la necesidad de ser amado a cambio, ni del deseo de escapar de la soledad sentirse completo, ni

²⁴ YALOM, (2002). *Psicología de las relaciones*. Estados Unidos, Patria Cultural

usado.	para validar la Existencia propia.
b) El otro no es apreciado por sí mismo.	
c) El otro se siente necesitado, pero no amado.	* El interés por las preocupaciones y el bienestar del otro
d) No tolera un momento de soledad.	recíproco.

Sin embargo, ¿qué es tener éxito en una relación funcional? Por que en realidad los investigadores no saben que criterios tomar como fundamento para determinar dicho éxito, ya que las relaciones interpersonales son inestables, aunque "La edad en que se contrae matrimonio es el mejor predictor del éxito. Los adolescentes presentan alta tasas de divorcios: el matrimonio prematuro puede afectar la carrera o las aspiraciones educativas, restringir el potencial de ambos cónyuges y condenar a la pareja a llevar una relación en la cual ninguno de los dos tiene la madurez para manejarla.

El éxito en el matrimonio está relacionado con el modo como se comunican los cónyuges, toman decisiones y enfrentan los conflictos... Quejarse, actuar a la defensiva, ser obstinado y apartarse del cónyuge o no hablarle son señales de que existen problemas. Pero las disputas y el enojo (como forma de comunicación) parecen una buena terapia para el matrimonio".²⁵

Desafortunadamente el divorcio es cada vez más común, debido a diversos factores, que parten desde las expectativas irreales frente a la unión como que todo va a ser miel y felicidad al menos durante el tiempo en que no

²⁵ PAPALIA y OLDS. Ob. Cit. P. 13 p. 484

haya riñas, ya que se cree que la pareja que no pelea es feliz, cuando en realidad las que pelean y aclaran todo desde el inicio son las que tienen más posibilidades, ya que las dificultades que enfrentarán juntos son diversas y duras lo que complicará la situación de la pareja y cuando no se tienen bases firmes que la sustenten la hará temblar y derrumbarse.

“Los cónyuges pueden estar actuando según contratos muy distintos e incongruentes. Una causa clásica de tal incongruencia es la diferencia de origen cultural, entre las expectativas de hombre y mujeres con respecto al rol a desempeñar. Si un cónyuge tiene conflictos intrapsíquicos sobre sus propias necesidades y deseos, las cláusulas del contrato que procura imponer a nivel de integración dual reflejarán esos conflictos y contradicciones”.²⁶

Vínculo entre las parejas: (tal como lo plantea Sager en el siguiente cuadro).²⁷

VÍNCULO PASAJERO	VÍNCULO DURADERO
* Intensidad de sentimientos sexuales y amorosos.	* Intensidad de sentimientos amorosos, mientras los sexuales no siempre están presentes.
* Angustia por separación.	* La angustia por separación es baja.
* Su duración es corta.	* Su duración es larga.
* Puede ser duradero, sin pasar por la etapa de intensidad.	

²⁶ SAGER, C. Ob. Cit. P. 14 p 24

²⁷ Ibídem. p. 35

Cuando alguien se inicia en ese acuerdo que llamamos la vida en pareja, está entrando en algo que es, cuando menos, aventurado. Cuando una pareja se casa o cohabita, hace algo sobre lo que no sabe nada. Y de acuerdo con todos los indicios, cuando alguien lo hace más de una vez, no sabe más la segunda vez que la primera.

La pareja es la base de la unidad familiar. En esta sociedad y en esta época, la familia es la unidad más integrada, la que mejor logra perpetuarse y la que se autoprotege mejor. Tal y como está establecida en la actualidad, es necesaria para la sociedad; tanto desde el punto de vista económico como el de cualquier otro. La cultura se desintegraría si su piedra angular, la pareja, dejara de tener validez como tal.

Las parejas disfuncionales reaccionan más impulsivamente a los comentarios y las conductas de sus cónyuges que aquellas que no tienen conflictos. Y también se vengan de sus castigos de una manera más frecuente.

El problema más frecuente que tienen las parejas es el de la no-comunicación, es decir, tienen un fallo en la comunicación. Estos problemas de comunicación no son problemas específicos de los miembros de la pareja sino de la pareja en sí. Las parejas disfuncionales no saben comunicarse ya que están a la defensiva, no escuchan.

Los intercambios coactivos se dan cuando un miembro de la pareja recurre a un estímulo punitivo para obtener un refuerzo positivo del otro miembro mediante una estrategia de control adversivo. Este tipo de conductas generan un proceso relacional destructivo. Estas parejas atribuyen las conductas y aspectos negativos de su pareja a factores internos y le dan más importancia a este tipo de conductas que a las positivas.

Mientras que las relaciones funcionales son aquellas en las que existe algún tipo de orden y de regularidad, de responsabilidades, reglas y obligaciones.

Motivos que pueden provocar crisis en una pareja:

- **Expectativas exageradas:** a veces se espera y pretende demasiado del otro, pidiendo cosas que bastarían para hacer huir a todos los amigos si es mostrarán con ellos tan exigentes.
- **Falta de diálogo:** a veces el diálogo cesa por miedo, miedo a herir o a ser heridos. Antes o después todas las parejas se preguntan: "No sé si me querría igual si tuviera el valor de decirle abiertamente lo que pienso o siento dentro".
- **Deseo de cambiar al otro:** al parecer, la mayor parte de las parejas empiezan a hacerlo al poco de vivir juntos y se empeñan en modelar a la pareja según sus categorías. Y se lucha y se pelea por culpa de las mismas cualidades que nos habían hecho escoger a la otra persona. Pero cuando se observa que él o ella tienen intención de hacer que se cambie, las protestas e inconformidades surgirán. Se llega a creer que no se es aceptado por lo que se es y, por consiguiente, nos resultará imposible poder amar con ternura y autenticidad.
- **El primer niño:** a menudo el primer peligro verdadero para la paz de la pareja llega con el primer hijo, como se verá en el próximo tema, en algunas ocasiones la mujer (y a veces también el marido) pone en el niño todo su interés, ignorando al otro cónyuge. Deben entender los padres que la paternidad y la maternidad se pueden transmitir mientras la unidad matrimonial continúe y darse cuenta de que sólo podrán garantizar a su

niño amor, seguridad, aceptación y calor humano si siguen creciendo en su amor de marido y mujer. Con la llegada de los hijos el peligro lo corre sobre todo la mujer, con el riesgo de convertirse exclusivamente en madre. Por su parte, el padre podría pensar más en cómo aumentar los ingresos mensuales que en cultivar la relación de pareja.

- **Cuando faltan las pequeñas muestras de amor:** descuidar las pequeñas atenciones cotidianas una vez que viven juntos, cosas que durante el noviazgo eran la regla: detalles, palabras dulces, muestras concretas de afecto, mimos, caricias, etc. No olvidemos que el amor erótico-sexual se basa exclusivamente en la ternura; en caso contrario llegan las neurosis sexuales.
- **Cuando no tienen tiempo para estar juntos:** entran en crisis porque no tienen tiempo para estar juntos, para mirarse a la cara, para hablarse, para salir juntos ellos solos. Nada podrá sustituir nunca el tiempo de estar juntos. Ni el dinero, ni los nuevos electrodomésticos, ni las joyas, ni las pieles, ni una casa más bonita, ni una cuenta bancaria más abultada, etc. podrán sustituir el tiempo pasado juntos escuchándose, amándose, compartiéndose, etc.²⁸

Pero aparte de las causas de crisis, de las causas psíquicas que crean conflictos conyugales, hay que preguntarse sobre los síntomas más frecuentes de la crisis conyugal.

“Signos de una pareja en crisis:

- Dificultad creciente de comunicar o, peor, no hablar nada durante días enteros.

²⁸ IONATA, P. (2002), Ciudad nueva. *El matrimonio*. Internet www.mercaba.org

- Sensación de que el amor va y viene, con días en que uno siente que ama a su pareja y otros días en que uno está seguro de no haber amado al otro nunca.
- Sensación de que es el otro quien pone en crisis la relación, no nosotros, sino él o ella, sin duda.
- La limitación a existir uno junto al otro, aplastado cada uno por una enorme soledad que nos lleva a la idea de la incompatibilidad y de que no vale la pena hacer nada para superar esa crisis. Cada cual empieza a ir por su cuenta, comunicando poco, se van alejando a su rincón a cultivar nuestras aficiones, lecturas, juegos con amigos, etc., preferidas.
- Tener dudas serias, en el sentido de que llegar a preguntar si no valdrá la pena volver a empezar con otra persona, y entonces se observa alrededor y se ve gente feliz se siente poco a poco el deseo de otro compañero. Es frecuente conocer en el trabajo o en otro lugar a alguien que tiene problemas iguales y surge espontáneamente hablar con esa persona, y en un santiamén nos arrojamamos uno en brazos del otro. He aquí la infidelidad, que hoy está tan de moda. He aquí la muerte de las parejas, y el divorcio se convierte en la solución para todo. Ironías de la vida, a menudo la nueva pareja tiene las mismas características que la antigua, de la que nos hemos separado; y todo vuelve a empezar desde el principio.
- Luego están los problemas sexuales: el marido se lamenta que la mujer es frígida; ésta replica que no se siente amada, etc.
- Por último, no olvidemos que un gran sufrimiento es una buena señal en la pareja, porque mientras logremos "sufrir" significa que todavía

queremos al otro, y hay un hilo de esperanza. El amor está muerto y sepultado cuando ya nada nos importa".²⁹

Durante el noviazgo se pone el acento en lo que une a la pareja. En cambio, al vivir juntos afloran las diferencias, a menudo de forma dramática. Se requiere un gran esfuerzo para programar y compartir nuestra vida. Así se empieza a entender que es una unión que requiere mucho tesón si uno quiere que se mantenga en pie, que es necesario mirar adelante, reflexionar y dialogar.

Atributos de las relaciones funcionales (acorde con Ionata):³⁰

- **Renunciar a querer tener siempre razón.** Es la única, inagotable fuente de problemas y de ruptura de relaciones: la necesidad de decirle al otro que se ha equivocado o, si se prefiere, la necesidad de tener siempre razón, de decir siempre la última palabra, de demostrar al otro que no sabe lo que dice, de imponerse como superior. Una pareja sana es una relación entre iguales: ninguno de los dos ha de sentirse equivocado. No existe un modo "acertado" o un argumento "vencedor", cada uno tiene derecho a tener su punto de vista. Antes de negarle la razón al otro, hemos de poder detenernos a hablar con nosotros mismos y decirnos simplemente: "Sé lo que pienso sobre este tema y sé que su opinión no coincide con la mía, pero no importa. Basta que yo lo sepa dentro de mí; no es necesario quitarle la razón".
- **Dejar espacio a los demás.** Cuando amamos a alguien por lo que es y no por cómo pensamos que debería ser, o porque nos satisface, surge espontáneo dejarle espacio. La actitud afectiva adecuada es permitir a cada uno ser él mismo. Y si eso comporta algún tiempo de alejamiento entre nosotros, entonces no sólo hay que aceptar la separación, sino facilitarla

²⁹ Idem. P. 43

³⁰ Ibidem.

afectuosamente. Las relaciones demasiado estrechas (me refiero especialmente a las parejas simbióticas), destrozadas por los celos o la aprensión, son típicas de quien piensa tener derecho a imponer a los demás cómo deberían comportarse.

- **Borrar la idea de posesión.** Tratar de gozar el uno del otro, no de poseerlo. Nadie quiere ser dominado. A nadie le gusta sentirse propiedad privada de otro, ni sujeto ni controlado. Todos nosotros tenemos en la vida una misión que cumplir, que resulta obstaculizada cada vez que otro ser humano intenta entrometerse. Querer poseer a los demás es, sin duda, el obstáculo mayor en la toma de conciencia de la propia misión.
- **Saber que no es necesario comprender.** No es obligatorio comprender por qué otro actúa o piensa de una manera determinada. Estar dispuestos a decir: No entiendo, pero es igual es la máxima comprensión que podemos ofrecer. En la pareja hay que superar la necesidad de entender por qué al otro le gustan determinados programas de televisión, por qué se acuesta a cierta hora, por qué come lo que come, lee lo que lee, se divierte con ciertas personas, le gustan determinadas películas o cualquier otra cosa.

Están juntos no para entenderse, sino para ofrecerse ayuda mutua y realizar su misión de mejorar. Y una grandísima aportación a todo esto, es el llamado "arte de la conversación", un arte que tiene cinco reglas: sintonizar el canal del otro; mostrar que estamos escuchando; no interrumpir; preguntar con perspicacia; tener diplomacia y tacto.

"Los signos del verdadero amor en la pareja son: aceptarse mutuamente como son; el deseo de hacer lo que al otro le agrada; el estar dispuestos a allanar las diferencias conforme afloran; la conciencia de que se ha de construir la unidad y no el orgullo personal y las propias

razones; el esfuerzo de pensar en términos de "nosotros" y no de "yo"; la sensación de ser dos compañeros que trabajan juntos por la misma causa; la constante tensión hacia un estilo de vida que ya no es mi estilo o el tuyo, sino el de ambos, y que tiene sus raíces en un amor sobrenatural".³¹

"Dentro de una familia sana se elaboran las pautas de interacción, que son las que rigen el funcionamiento recíproco entre sus miembros. Dentro de estas familias existe una estructura viable para desempeñar sus tareas esenciales, apoyar a la individuación al mismo tiempo que proporciona un sentimiento de pertenencia".³²

La salud mental sólo puede mantenerse gracias a un esfuerzo continuo y a la cercanía y el apoyo emocional de los otros. Esto significa el rendimiento exitoso y satisfactorio y alude a atributos tales como madurez, estabilidad, realismo altruístico, un sentido de responsabilidad social, integración afectiva en el trabajo y las relaciones humanas.³³

Psicológicamente los padres son los agentes para lograr la satisfacción de las necesidades afectivas. Así es primordial dentro de la familia la socialización de todos sus integrantes para lograr el desarrollo de los valores, normas y patrones de conducta que sean aceptables y necesarios para la convivencia de su grupo particular.³⁴

Después de leer a varios autores se puede afirmar que Padín conjuga a varios autores concluyendo que para tener una pareja funcional es necesario:

³¹ Idem. P. 43

³² GOMÉZ, (1990) *El ciclo vital familiar*. México, Trillas. p. 32

³³ Ibidem. p. 33

³⁴ Ibidem. p. 35

1. **Elegir conscientemente a la pareja;** con la finalidad de llegar a ser monógamo, no por religión o cultura, sino por convencimiento de estar con el ser amado.
2. **La unión de dos familias que formarán una;** por lo que deben respetar las ideas del otro y ser flexibles para negociar las ideas individuales.
3. **Compartir la vida con el otro;** es cuidar de compartir no solo cuentas, hijos y una casa; sino gustos, aficiones, intereses, sueños, etc.
4. **Reconocimiento y respeto por las cosas importantes para el otro;** valorando las diferencias que algún día los atrajeron.
5. **Estar a la par;** formando un equipo.
6. **Tener la libertad;** para decir lo que se piensa y resolver los problemas por medio del dialogo.
7. **Paciencia;** para tolerar los errores de la pareja.
8. **La sexualidad;** cuidar que el deseo se siga manteniendo, reservando un poco del tiempo para la pareja día a día.
9. **Vida diaria;** la rutina y la vida diaria de la pareja los cansa cuando dejan de compartir lo que les ocurrió en el trabajo, por eso hay que compartir las tonterías (aunque sea eso) de la vida cotidiana, las nuevas experiencias los errores, de los cuales juntos aprenderán.³⁵

³⁵ PADÍN, C. (2003). *Padres e hijos, 10 buenos consejos para lograr una relación estable*. México, Televisa

Sin embargo algunas personas no quieren intimar demasiado. Otras quieren fundirse con su pareja. Hay quien tiene miedo al amor y otros no pueden vivir sin él. La forma de amar en los adultos es complicada y guarda relación con los patrones de vinculación infantiles. Por ejemplo, los adultos, generalmente, se sienten más seguros cuando su pareja está cerca y es accesible y responde a sus necesidades. Muchas personas se implican en más proyectos de lo que lo harían sin su pareja, se sienten más seguros a su lado y tienen la sensación de que pueden hacer más cosas y llegar más lejos si tienen el apoyo de su pareja.

Cuando una persona se siente estresada, enferma o amenazada, utiliza a su pareja como fuente de seguridad, protección y consuelo. La principal diferencia entre la vinculación afectiva en adultos y en niños consiste en que entre los adultos las relaciones suelen ser simétricas, de modo que ambos intercambian sus papeles a la hora de dar y recibir apoyo (cualquiera de los dos puede ser el que en un momento dado esté estresado o deprimido y necesite que su pareja lo mime un poco), mientras que en la relación niño-adulto es este último el que protege y da seguridad al niño. Y, por supuesto, la sexualidad es otra parte importante dentro de las relaciones de pareja, y aunque el afecto y el sexo pueden ir por separado, generalmente se influyen mutuamente.

“Los ingredientes de todas las relaciones de pareja exitosas y satisfactorias son los mimos, sin importar que las personas sean amantes, padres, hijos, hermanos, amigos o compañeros de trabajo. Estos papeles sólo determinan la forma y el contexto en que se desarrolla la interacción. Del mismo modo, los elementos como la edad, la raza, la nacionalidad, el género y la condición social sirven nada más para individualizar a las personas”.³⁶

³⁶ SATIR, V. (1991), *nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. México, Pax. p. 246-347

"Los factores de una relación positiva son: 1. Cada persona se vale por sí misma y es autónoma. 2. Cada persona puede decir "sí" o "no" de una manera real, en otras palabras, puede ser emocionalmente sincera. 3. Cada persona puede pedir lo que desea. 4. Cada individuo reconoce Y toma la responsabilidad de sus actos. 5. Cada cual cumple sus promesas. 6. Cada uno puede ser bondadoso, divertido, cortés, considerado y real. 7. Cada individuo se encuentra en absoluta libertad para hacer comentarios sobre lo que sucede. 8. Cada persona apoya los sueños del compañero en todo lo posible. Y juntos, cooperan en vez de competir.

Todo lo anterior es factible; es sensato y simple. Las dificultades surgen cuando sentimos la presión de las experiencias que conocimos de un modelo amenaza-recompensa, de la ignorancia y la falta de un modelo positivo. La creación de relaciones positivas de pareja nos permite buscar formas de estar unidos.

Vivimos en un mundo que fomenta la enajenación, la competencia y la suspicacia, en vez del contacto y la confianza. Muchos de nosotros tememos que nuestros anhelos jamás se cumplan, así que nos resignamos a nuestra suerte o a algo de segunda clase. Empero, las parejas positivas pueden existir; es algo que ya está ocurriendo y que puede suceder con mayor frecuencia".³⁷

"La posibilidad de que el amor inicial siga floreciendo depende de que las personas hagan funcionar a las tres partes: tu, yo y nosotros. El funcionamiento de estas tres partes es un aspecto de lo que denomino el proceso, mismo que tiene una importancia fundamental en el matrimonio. Por ejemplo, las parejas deben decidir sobre el dinero, la religión, los alimentos. El amor es el sentimiento que da inicio a un

³⁷ Idem. P. 49 p. 348.

matrimonio, pero la vida cotidiana es lo que determina el funcionamiento del matrimonio".³⁸

Se puede decir que en la cultura occidental todos se casan por amor, lo que sería lógico debido a la libertad que existe para escoger pareja. Pero el amor no puede cumplir con todas las exigencias de la vida; también son importantes la conciencia, la información, la inteligencia y la competencia.

³⁸ Idem. P. 49 p. 26

2. LA FAMILIA.

En la cultura occidental se cree que la mayoría se casa por amor. Por lo que también se abriga la esperanza de que la vida vidas se verá enriquecida por cualquier cosa que aportará el amor: atención, gratificación sexual, hijos, condición social, sensación de pertenecer, de ser necesarios, cosas materiales y por mencionar algunas.

Es curioso observar al estar investigando, que todo el mundo habla de la relación de pareja y lo que implica la misma, pero en realidad no existe una definición establecida como tal es por esto, que se cree conveniente establecer una definición que se adecue a esta investigación: es sabido que pareja viene de par, es decir dos, pero implica mucho más que solo eso, ya que para estar con alguien, formando un par sea cual sea la finalidad de dicha pareja no siempre es fácil, debido a que convivir en armonía con un extraño durante un periodo prolongado resulta complicado, y como se dice en este caso "para toda la vida", por lo que resulta difícil tomar dicha decisión, más aun sabiendo que lo más probable, es la llegada de la familia creando un cambio radical en la vida de la pareja. La transición de la misma hacia la familia, no siempre es fácil y feliz, es por eso que este tema está dedicado a la transición de la que hasta ahora muy pocos nos hablan.

La definición de familia: "La familia es un grupo social formado por los miembros del hogar, emparentados entre si por sangre, adopción o matrimonio, incluyéndose las uniones consensuales cuando son estables".³⁹ Mientras que Luis Felipe Lira nos dice que sus funciones son: 1) La vinculación íntima y durable entre personas que se prestan apoyo emocional; 2) La crianza y manutención biológica de los hijos; 3) La socialización de los hijos en

³⁹ LIRA, L. F. (2002) *Familia y política*. Internet www.iveargentina.org

las pautas culturales del grupo o la sociedad; 4) La asignación de los hijos de un estatus inicial en la jerarquía social y 5) La producción económica.⁴⁰

“Una vez que se posean objetivos claros, será más fácil asignar tareas y responsabilidades, pudiendo entonces examinar y evaluar la eficiencia con que el sistema avanza hacia el cumplimiento de dichos objetivos y propósitos. Estos deben ir cambiando a medida que surjan nuevas necesidades en el ciclo de vida marital, para reflejarlas, pues de lo contrario habrá dificultades”.⁴¹

O dicho de otro modo cuando la pareja ya se ha establecido como tal y cada uno tiene a su cargo alguna o algunas tareas en especial, las necesidades y los objetivos van cambiando poco a poco, como parte del ciclo natural de la vida, hasta llegar el momento en que la pareja es capaz de tomar la decisión de convertirse en familia.

Si la pareja decide tener descendencia, se genera otro problema principalmente ligado a la mujer, quien tiene que decidir sobre muchos tópicos que inciden directamente sobre su estilo de vida presente y futuro, donde podría surgir un sentimiento de rivalidad en relación a los privilegios del papel masculino. Al llegar los hijos se produce un cambio radical dentro de la relación de pareja: se ven afectadas las expresiones de cariño, surgen los celos, etc., su resolución determina importantemente el curso posterior de la pareja.

Una de las grandes encrucijadas de la vida es la decisión de tener o no hijos, anteriormente las parejas no disponían de tal opción sino que simplemente tenían cuantos hijos Dios les diera, no existían métodos

⁴⁰ Idem. P. 49

⁴¹ SAGER, C. Ob. Cit. P. 14 p. 15

anticonceptivos e incluso hasta hoy en día algunas religiones plantean que el uso de los mismos va contra las reglas de la religión.

“Una de las decisiones más importantes y trascendentales que puede adoptar un ser humano, hombre o mujer, pero sobre todo la mujer, es la de tener un hijo. Son muchas las situaciones en las cuales la decisión de tener un hijo no es consecuencia de un verdadero deseo, sino un acontecimiento lógico, que se deriva de una serie de circunstancias que se han encadenado como un devenir y que algunos denominan evolución normal”.⁴²

Durante la fase anterior se ha creado una cohesión diádica que cambia radicalmente en esta época. Los objetivos que los unían ya no están, porque en general están cumplidos o reevaluados de forma más realista, las carreras profesionales y el estatus familiar está adquirido.

La llegada de los hijos se contrapone al concepto de “los hijos que se desean”, siendo éstos los que se buscan y se quieren tener, como resultado de una decisión personal, madura, libre y para toda la vida. Una decisión tomada por adultos que actúan de manera consciente y acorde a las ideas y circunstancias que son capaces de afrontar el futuro. Esta reflexión les brinda ciertas garantías para ejecutar los pasos correspondientes: la fecundación, preparación durante la gestación y luego el parto, la crianza, la educación y la posibilidad de contemplar el desarrollo afectivo del nuevo ser.

Es evidente que la psicología con el paso de los años ha contribuido a fomentar la importancia a los primeros años de vida, la relación entre madre e hijo, padre e hijo y más aún los primeros días de vida. Desde la perspectiva de la psicología, se deberían potenciar campañas que contribuyan a la conciencia de la gente de que la gran decisión del hombre y la mujer en el

⁴² *Enciclopedia Práctica de Psicología (1987)*. Madrid, Orbis. Tomo I y II. p. 18

terreno de la afectividad no es, sin duda, la elección de la pareja, pues esta decisión puede ser mutable, sino la de formar una familia que, de alguna manera, se materializa con la resolución de tener un hijo. Esta decisión trascendente debería producirse siempre dentro de un marco lo más estable posible.

En los últimos años se ha observado un fenómeno que llama la atención debido a la intensidad con la que ha aparecido y se ha desarrollado: la participación del hombre en las actividades que antes realizaba exclusivamente la mujer y viceversa, mas aun la participación del hombre en cuanto al cuidado de los hijos en las actividades como son: la escuela, el bañarlos, ayudar en su crianza, etcétera. Contrario, principalmente, a la ola de embarazos no planeados que ha venido creciendo, pero donde afortunadamente se case o no la pareja el hombre tiende a responsabilizarse cada vez más por dicho embarazo, en ocasiones de manera más eficaz que la mujer, tanto hasta llegar a la aparición del embarazo empático, que aunque bien podría existir desde siempre, es hasta hoy, un tema a tratar con el ginecólogo, tal como los síntomas de la mujer en esta etapa.

2.1 DESARROLLO PRENATAL.

Evidentemente a medida que la psicología ha manifestado la gran importancia de los primeros años de vida, los primeros días e incluso de la relación materno y paterno filial, se ha dado su lugar primordialmente a que la pareja decida con libertad tener o no un hijo. Especialmente la madre, pues esta libertad decidirá el grado de emoción con que se va a percibir los primeros movimientos de su hijo. Ejercer esta libertad ha contribuido en el desarrollo de métodos anticonceptivos y el mejor conocimiento de la biología fecundante y del cuerpo tanto de mujeres como de hombres.

La vida del niño comienza en el momento en que dos células sexuales (un espermatozoide y un óvulo) se unen durante la concepción. El espermatozoide penetra en la pared del óvulo y suelta 23 partículas diminutas llamadas cromosomas y casi al mismo tiempo el óvulo suelta sus propios 23 cromosomas. Cuando esta célula se divide para formar dos células nuevas, cada uno de los 46 cromosomas se duplica continuamente, a este proceso se le conoce como mitosis. Con el tiempo algunas células formarán partes o sistemas del cuerpo, como sistema nervioso, endocrino, aparato circulatorio, etcétera.

Los gametos contienen el material que proporciona al individuo su herencia biológica. Este niño será diferente de todos los demás, por que habrá heredado una combinación de características única, como resultado de la combinación de gametos de ambos progenitores.

"Los genetistas han observado un número enorme de combinaciones genéticas posibles. Existen tantas que todo el mundo es biológicamente diferente de cualquier persona pasada, presente o futura en todo el universo, excepto en los casos de gemelos idénticos. Esto se debe a que cada espermatozoide y cada óvulo llevan una combinación diferente de genes. Además, durante el proceso de mitosis, los 23 pares de cromosomas se alinean por parejas e intercambian material genético con los cromosomas opuestos".⁴³

Debido a la importancia de observar al ser humano como un ente bio-psico-social, se considera trascendente hablar de los periodos del desarrollo prenatal, de manera concreta y dividiéndolos en tres principales fases:

1) Fase ovulación: Inicia durante la concepción, cuando un espermatozoide penetra en la membrana celular del óvulo. La

⁴³ Idem. Tomo II. P. 54 p. 7

fertilización tiene lugar en las trompas de Falopio. Al cuarto día aproximadamente comienza la formación de la mórula que baja hasta el útero, donde queda implantada. Algunas células especializadas formarán el embrión y otras la placenta, ambas conectadas por el cordón umbilical.

El embarazo altera los esquemas hormonales normales de una mujer, uno de los primeros síntomas del embarazo es la pérdida del periodo menstrual. Otros síntomas son: aumento de la sensibilidad de las mamas, cansancio, náuseas, sensibilidad a los olores, mayor frecuencia en la micción, cambios de humor y aumento de peso. Ciertas mujeres también experimentan deseos de sustancias poco usuales, como hielo, arcilla o almidón de maíz. Este estado, llamado pica, puede ser indicativo de una insuficiencia de hierro u otros nutrientes.

Los primeros meses del embarazo son los más críticos para el niño en desarrollo, ya que durante este periodo se forman su cerebro, brazos, piernas y órganos internos. Es por esta razón que una mujer embarazada debería tener especial cuidado antes de tomar ningún tipo de medicación si no es aconsejada por un médico que conoce su estado. También debería evitar los rayos X y el consumo de tabaco, drogas y alcohol.

2) Fase del desarrollo embrionario: El embrión ya tiene varios millones de células y ha formado el surco neural, de manera que el cerebro, la medula espinal y los nervios han empezado a desarrollarse, alrededor del día 22 se forma el sistema muscular y el corazón.

3) Fase del desarrollo fetal: Hacia la quinta semana esta formado el feto. El sistema nervioso se ha extendido a lo largo de su cuerpo. Puede verse el contorno de ojos, nariz y cejas, mientras que los

brazos y las piernas han comenzado a formarse. Al final del segundo mes surge el desarrollo muscular.

Antes de la duodécima semana de embarazo es posible que algunos de los primeros síntomas remitan, pero aparecen otros. Por ejemplo, los senos aumentan de tamaño y se oscurecen los pezones. El síntoma más evidente es el aumento de peso. En la actualidad la mayoría de los médicos aconsejan que el aumento de peso no debe superar los 12 kilogramos al final del embarazo. Es hasta el final del embarazo (en el último trimestre) es cuando ocurre el desarrollo sexual total del feto y comienza a mover la cabeza y percibir el contacto. En las últimas semanas se mueve poco y disminuye el crecimiento, mientras la placenta sufre cambio, esta preparándose para el parto, por lo que permanece frecuentemente con la cabeza abajo.

Es importante considerar las ideas y planteamientos de Mendel quien implanto el término ley de la herencia dominante para explicar la manera en que un organismo hereda rasgos que compiten, aflorando solo uno de ellos (dominante) y el que permanece oculto es llamando recesivo.

“Un principio fundamental señala que cada persona tiene dos genes apareados, llamados alelos, que influyen sobre toda característica física. Un alelo proviene del espermatozoide, y otro, del óvulo. Ambos alelos pueden ser semejantes, y contener, por ejemplo, información genética para ojos azules. Pero, cuando ambos son diferentes, probablemente uno será dominante y el otro recesivo. Si el gen para ojos castaños es dominante y un gen del par para ojos castaños y el otro para ojos azules, el niño tendrá ojos castaños. Aunque el gen para ojos azules no aparezca en una generación, puede pasar a la siguiente.

Por ello aunque en una pareja los dos tengan ojos castaños. Los gametos pueden transportar genes para ojos azules".⁴⁴

2.2 AMBIENTE PRENATAL.

"De todos los seres vivos, el ser humano es el que nace con menor capacidad de autonomía personal, totalmente dependiente de sus progenitores o de los adultos que lo cuidan. Por ello cuando nueve meses después de haber tomado la decisión, ésta se concreta en una realidad, la pareja debe o debería estar en una situación psicológica de ofrecer el afecto, el amparo y la seguridad que necesita el niño. En la medida en que existan estas garantías la decisión de la pareja tendrá solidez".⁴⁵

Es en las primeras etapas del desarrollo cuando las interacciones entre los fenómenos biológicos y psicológicos son mas evidentes. Por un lado la biología esta interesada en la estructura anatómica y el funcionamiento fisiológico de las partes del cuerpo, así como de los mecanismos unificadores del cuerpo como los sistemas y órganos y las interrelaciones entre ellos.

Por otro lado en los últimos años el interés en el desarrollo psicológico, aunque resulta difícil establecer el momento en que inicia la actividad psicológica, para buscar dicho inicio debemos considerar los primeros indicios de reacciones ante estímulos ambientales como la mano de la madre o el padre sobre el estomago y la forma de movimiento del feto. Según algunas investigaciones alrededor de la 28 semana el feto puede responder como un sistema total.

⁴⁴ *Enciclopedia*. Ob. Cit. P. 54 p. 8

⁴⁵ *Ibidem*. p. 5

Esto es debido a que a partir de este momento puede funcionar en caso de nacimiento prematuro, además de ser capaz de movimientos débiles, inseguros y sostenidos por intervalos breves con poca tonicidad muscular, ligeras respuestas de evitación de sonidos fuertes o luz brillante, girar de un lado a otro cuando se tiene una posición incómoda, débil conducta de succión y deglución, llanto suave y un reflejo tónico inconstante del cuello.

Algunos autores sugieren que la conducta que se presenta a lo largo de la vida está en gran parte determinada por la actividad psicológica prenatal. Munn explica que a partir del momento en que el organismo alcanza la movilidad, es capaz de estimularse así mismo, tal y como explica los movimientos del tronco y los miembros no solamente causan desplazamientos de líquido amniótico y la consecuente estimulación táctil, sino que también conducen a estimulación propioceptiva de las regiones vecinas.

La herencia da muchas de las potencialidades o limitaciones del individuo, pero la mayoría es el resultado de complejas acciones entre los factores genéticos y las influencias del ambiente, donde el crecimiento y desarrollo del niño pueden facilitarse y realizarse; o mutilarse, frenarse y limitarse, según sean las condiciones del ambiente físico, social y psicológico.

“Desde el momento de la concepción cada persona se ve afectada por diversas influencias (hereditarias y ambientales) que se entrelazan, mucho antes de que el infante deje el vientre de la madre”.⁴⁶

Generalmente se cree que el ambiente prenatal es constante y semejante para todos los niños; no obstante existe muchas diferencias y las tensiones a las que el feto está sujeto desde estos momentos son variadas, tanto o más aún como en la vida fuera del útero. Algunos de los factores que influyen son: la edad de los padres, principalmente de la madre, la nutrición,

⁴⁶ PAPALIA y OLDS. Ob. Cit. P. 13 p 70

los fármacos y drogas, la radiación, las enfermedades, las emociones y las actitudes de la madre, el padre y la sociedad.

2.3 UNA REVOLUCIÓN EN LA PAREJA.

Convertirse en padres es una de las experiencias más relevantes de la vida. Desde el anuncio del embarazo, cada momento de la espera queda registrado en la vida de la pareja. Y no es para menos, ya que se trata de una aventura completamente desconocida y una tarea que se va aprendiendo en el camino. Aunque la propia experiencia como hijos siempre ayuda, especialmente cuando es positiva, los padres primerizos son esencialmente inexpertos, lo que los hace más aprensivos. Los temores frente a la crianza de un ser tan pequeño y desconocido son frecuentes. También pueden tener una idea demasiado autoexigente de cómo debe ser un padre o madre. Muchas veces imaginan que tienen que proteger al niño contra toda dificultad, sufrimiento o enfermedad, y sienten que enfrentan una tarea demasiado grande, que puede acapararles toda la vida y que podrían no ser capaces de cumplir.

Con frecuencia tanto mujeres como hombres experimentan sentimientos contradictorios al enfrentar la decisión de tener hijos, por un lado sienten felicidad, ansiedad, excitación y por el otro angustia por la responsabilidad que ello implica así como por el aparente estancamiento que el embarazo parece generar en la relación de pareja, afectando las relaciones sexuales en ocasiones generando un distanciamiento y en otras una intimidad mayor.

Uno de los trabajos más difíciles, complicados, angustiantes y agobiantes que existen, es el de tener y criar a los hijos, lo que requiere

contar con mucha paciencia, sentido común, compromiso, sentido del humor, tacto, amor, sabiduría, conciencia y conocimiento por mencionar algunas características. Al mismo tiempo esta es una de las actividades y experiencias más gratificantes y enriquecedoras de la vida. Para lo cual solo debemos observar como cualquier padre se siente conmovido, agradecido y feliz cuando tiene a un niño que lo admira a su lado.

“La mejor preparación para la paternidad es que los padres desarrollen cierta apertura para aceptar las cosas nuevas, un gran sentido del humor, una mayor conciencia de sí mismos y la libertad para ser sinceros”.⁴⁷

La mayoría de los progenitores desean hijos que tengan vidas tan buenas o mejores que las suyas, abrigan la esperanza de ser el medio para lograr esto, debido a que a la larga se sentirán útiles y orgullosos de sí.

Después de todo si fue agradable la manera en de crianza bajo la cual se creció y la forma en que se relacionaban entre si los padres, su ejemplo puede servir de modelo para el diseño de la nueva familia, lo que influirá para que los cónyuges se sientan más capacitados para agregar cualquier cosa que consideren apropiada. Pero si por el contrario no fue agradable la crianza, es posible que se desee cambiar de conducta, aunque para lograrlo es necesario mucho trabajo debido a que se intentará algo para lo que no se tienen modelos a seguir.

La experiencia de convertirse en padres implica toda una maniobra de revolución en la pareja por lograr un equilibrio entre compartir la vida con los hijos y la continuidad de la relación de pareja. Cambian desde los horarios hasta las prioridades, aumentan las responsabilidades, se alteran las relaciones de pareja e incluso la economía familiar. Probablemente uno de los

⁴⁷ SATIR, V. Ob. Cit. P. 49 p 221.

grandes cambios que enfrenta la pareja al convertirse en familia consiste en encontrar un balance entre su relación de pareja; continuar siendo atentos con el otro, tener tiempo para pasar con la pareja, procurarse cierta protección, ser amigos, buscar tiempo para hablar y compartir los roles que implica convertirse en padre descubriendo su lado infantil, su capacidad de juego, flexibilidad, verse como jefes de familia, autoridad, además de demostrar amor en una forma diferente, desconocida por ellos hasta ese momento.

Por eso es importante que los padres se preparen. Y aunque es imposible estar completamente organizado frente a una experiencia tan nueva, ayuda mucho que se informen, conversen y se pongan de acuerdo sobre cómo van a asumir la crianza. Lo ideal es que puedan compartirla y ayudarse mutuamente. Este cambio de vida requiere responsabilidad y saber reasignar prioridades, no se trata de planificar y tener todo, sino de una gran flexibilidad e inteligencia, la cual, según los investigadores de la inteligencia emocional, es la capacidad para tolerar los cambios. Y adaptarse a los mismos, debido a que es la espontaneidad y la forma de solucionar un problema inesperado ante un problema lo que nos hace inteligentes y no el coeficiente intelectual.

Tal y como lo explica una investigación de Belsky y Rovine realizada en 1990. Se realizó un seguimiento a 128 parejas de clase media y obrera, al principio la edad de los esposos era de 29 años y de las esposas de 27, antes y después de tener hijos, encontrando que las parejas que eran más románticas antes de tener al bebé presentaban más dificultades, debido quizá a que sus expectativas no eran reales y las mujeres que habían planeado su embarazo eran menos felices, tal vez por que esperaban algo diferente de la vida con un bebé, probablemente debido a que una de las expectativas menos satisfechas era la repartición del trabajo doméstico cuando la pareja lo había compartido bien antes de nacer el bebé y posteriormente la responsabilidad recaía totalmente en la esposa, con lo que la felicidad conyugal tendía a

reducirse, principalmente en las esposas que tienen que salir de la casa a trabajar.

Por un lado, las familias no tradicionales (cada vez más) tienen la idea de compartir responsabilidades, economía y labores domésticas; así como la percepción de que mientras más organizado y planeado sea el embarazo será mejor. Prefieren no dejar nada a la sorpresa y que todo sea diferente al matrimonio de los padres (modelo que probablemente no les gustó, al ver la relación de sus padres). Aunque lo lógico es que al nacer el niño actúen conforme al modelo aprendido, debido a que les proporciona seguridad, aunque esto represente volver a lo que no querían, después de todo es muy difícil permanecer en algo que nunca vimos desde pequeños.⁴⁸

Mientras por el otro lado debido a que las parejas mexicanas (la mayoría), donde la mujer se encarga plenamente del hogar y los hijos; mientras el hombre solo se dedicaba a llevar el alimento a la familia. Más aun, en la mayoría de los casos la llegada de los hijos era no planeada debido a: "tendrán los hijos que Dios les de..." lo que implicaba también "cuando se los de" ya que supuestamente llegarían cuando estuvieran listos (lo estuvieran o no).

Al planificar un embarazo, las expectativas, fantasías y sueños para el futuro del niño tienden a ser demasiado altas, lo que en un futuro podría traerles contradicciones entre los padres y el hijo, al no cumplir con lo imaginado por los padres, un ejemplo claro de esto son los jóvenes que terminan estudiando una carrera que no les gusta, solo por los padres.

La pareja no se preocupaba por embarazarse o no solo lo aceptaba, en la mayoría de los casos, con felicidad y casi sin la menor idea de lo que iba a ocurrir; por lo que no hacían planes ni pensaban en el futuro, solo

⁴⁸ PAPALIA y OLDS. Ob. Cit. P. 13 p 485

improvisaban y actuaban un poco más conforme a sus instintos maternos, se actuaba conforme a la práctica, aprendiendo en el camino.

La llegada del primogénito hace que ocurra un cambio del centro de la atención. Desde el momento en que los padres le dieron vida, el hijo los necesita a ambos y depende de ellos para crecer y vivir. El amor es el motor que hace que el proceso de adaptación ocurra en forma natural. "Por eso, a la mamá no le importa salir menos, dormir peor o no poder ver una película completa cuando tiene que ir a dar papa o atender al bebé", explica la doctora De la Barra (2002).⁴⁹ Las restricciones de vida que trae la paternidad son ampliamente compensadas por la relación afectiva con el niño.

Los padres son testigos del desarrollo de un ser humano desde la gestación. Ven cómo crece, avanza, aprende y devuelve el cariño en forma absolutamente incondicional. Es muy positivo para el hijo que los padres compartan las labores de crianza. Sobre todo en el primer año de vida, cuando la tarea principal de desarrollo del niño, además de crecer sano, es formar los primeros vínculos con las personas más importantes de su vida: el papá y la mamá. Es clave que la relación se dé con ambos padres, lo que favorece tanto al niño como a sus papás. Para esto, los dos deben estar presentes en el cuidado, la estimulación, las actividades y los paseos, etc.

En algunos papás se puede dar el fenómeno de los celos ante el recién nacido. Esto ocurre entre quienes creen que la tarea de cuidar al niño no les corresponde. Un papá involucrado y que comprende que la labor es tanto de él como de la madre, establece su propia relación con el hijo, donde los celos no tienen cabida.

Con base en lo antes mencionado puede decirse que existen dos factores importantes a considerar para que un embarazo se maneje de

⁴⁹ DE LA BARRA, F. (2002). *Hombres embarazados*. Internet www.latinsalud.com

manera adecuada o inadecuada; el desarrollo individual de la pareja y los factores de desarrollo de los padres como pareja. La situación es adecuada cuando las relaciones en la pareja aunque con conflictos, se encuentra la manera de resolverlos permitiendo continuar con el desarrollo y crecimiento como pareja, sin estancarse en problemas de poder, intimidad o límites.

“La paternidad tiene sus recompensas, sus momentos felices, pero también conlleva una dosis diaria de estrés. Ser padre de un niño pequeño implica tener que limpiar y arreglar, cumplir las tareas mientras el hijo está encima o alrededor de uno, hacer mandados cuando se preferiría ir al cine, establecer el horario en función de las necesidades del hijo, y estar listo para cambiar los planes en último momento. Asimismo, significa llanto, perturbación y molestias cuando uno está cansado o malhumorado; leer o jugar con el hijo cuando uno preferiría darse un baño caliente; interrumpir la conversación con un adulto y en ocasiones pasar un apuro en público”.⁵⁰

2.4 APOYO EN LA PAREJA.

Para algunas parejas, la decisión de casarse y tener hijos es la misma, después de todo se entiende que la pareja está unida con el fin de tener familia, de procrear.

“La psicología explica elementos básicos del comportamiento humano, por ello, se debe decir que, si una pareja asocia su vida en común y tiene posibilidades de procrear, debe tomar la decisión de

⁵⁰ PAPALIA y OLDS. Ob. Cit. P. 13 p. 498.

formar una familia con más madurez y conocimiento de causa, pues la vida en común no implica necesariamente tener hijos".⁵¹

A lo largo de este trabajo se ha enfatizado en la importancia de tener un hijo, así como de los cambios que habrá de sufrir la pareja durante el embarazo y los siguientes años de vida; así como en la actitud positiva y activa que los padres deben adoptar en su relación afectiva con el ser que han traído al mundo, ya que esto influirá en lo fácil o difícil que se haga el camino de la educación de los hijos, ya que la predisposición es fundamental y favorece o dificulta la convivencia.

"Solo hasta hace poco tiempo se tuvo conciencia de algunas de las innumerables influencias ambientales que pueden afectar al feto. Por ejemplo, el rol del padre no se tenía en cuenta. En la actualidad se conoce que varios factores ambientales pueden afectar el espermatozoides del hombre y, por lo tanto, los hijos que engendra. Aunque el rol de la madre ha sido más reconocido, apenas están descubriéndose muchos elementos que pueden afectar al feto".⁵²

Los roles que desempeñan tanto el padre como la madre, están cambiando a una velocidad impresionante, aspecto del cual se hablará más adelante, debido a que antes de esto es trascendental tomar el tema del apoyo en la pareja, para conocer los beneficios o desventajas que trae a la pareja, una integración de este tipo y un intercambio de papeles si es que existe.

Debido a las exigencias cambiantes de nuestra sociedad, tanto hombres como mujeres han tenido que adaptarse para poder seguir el paso tan acelerado de la misma y aceptar papeles que antes nunca se habían

⁵¹ Enciclopedia. Ob. Cit. P. 54 p. 9

⁵² PAPALIA y OLDS. Ob. Cit. P. 13 p 73

considerado, pero que ahora son indispensables, se que existen varios, pero creo que para los fines de esta investigación uno de ellos sobresale: la mujer en el trabajo.

La integración de las mujeres a la fuerza laboral, en la actualidad es común que se piense que la mujer que trabaja tiene una carga doble de trabajo, al desempeñarse tanto fuera de la casa como al continuar siendo responsable de las actividades relacionadas con el cuidado de los hijos y las labores domésticas. Por lo que los hombres han tenido que desempeñar labores domésticas también, con el objetivo de equilibrar las responsabilidades, obligándolos (tanto hombres como mujeres) a realizar funciones indistintas y dejar de depender de los estereotipos establecidos para ambos.

"Investigaciones recientes señalan que aún cuando empieza a observarse una mayor participación del hombre en actividades que tradicionalmente se consideraban de la mujer, todavía es común encontrar que las mujeres experimenten demandas que les ocasionan conflictos entre sus roles: doméstico, materno, conyugal y laboral. Al parecer, esto es un fenómeno que se presenta también en otros países, tanto desarrollados como en vías de desarrollo, donde se ha mostrado que cuando la mujer participa en una actividad económica fuera de su casa, la cantidad de trabajo doméstico y el cuidado de los hijos no se reduce".⁵³

Esta desigualdad de responsabilidades y de tiempo libre para cada miembro de la pareja es uno de los principales motivos de conflictos conyugales que en algunas ocasiones terminan en desintegración familiar.

⁵³ PICK, GIVAUDAN y MARTINÉZ (1995). *Aprendiendo a ser papá y mamá*. México, Planeta. p. 68

Por otro lado el intercambio de papeles favorece el desarrollo de actitudes y habilidades femeninas y masculinas, otorgando una mayor flexibilidad y un desarrollo integral, ya que las personas que logran aprovechar todas sus potencialidades consiguen un mayor rendimiento y una mejor salud mental, también tienen una mayor capacidad de dar y recibir afecto; así como de desempeñarse en cualquier área laboral, sin encontrar grandes limitaciones.

Ahora, relacionando esto con el tema de interés. El padre y la madre también tienen roles importantes que desempeñar, tanto el compartir responsabilidades en el cuidado de los hijos como en proporcionar apoyo económico.

Se necesita hacer mucho en un mundo cambiante que pone cada vez más presión sobre las mujeres, amenazando con reducir la calidad del cuidado recibido por los hijos, más aún entre los grupos empobrecidos que luchan por sobrevivir.

Puedo decir que las cosas están cambiando, este apoyo que antes era nulo al menos en la familia mexicana, ahora está cambiando, tanto que incluso en algunas clínicas y hospitales se les da la opción de entrar o no en el momento del parto a los hombres. Tanto es este cambio que incluso se les dan a los padres diferentes indicaciones como:

"Durante el parto, no dudes en hablar sobre lo que ambos desean; es probable que tu mujer no pueda hacerlo al estar concentrada en el trabajo de parto. Piensa que los médicos querrán ayudarlos en todo lo que puedan, pero no pueden adivinar sus pensamientos. Por lo general, el personal del hospital sigue una rutina; entonces depende de tí aclarar si deseas un cambio.

Sé positivo, no agresivo, ni tampoco pasivo. Siéntete libre de hacer preguntas. Siempre hay tiempo para ello y tú tienes derecho a saber qué está ocurriendo (incluyendo los riesgos, beneficios, y alternativas). Puedes también pedir una segunda opinión antes de aceptar un cambio de planes. Al hacerlo, recuerda tener una actitud abierta; después de todo, los planes muchas veces deben cambiar por la seguridad de la madre o del bebé. Tu mujer probablemente confía en su médico, y por lo tanto tú también deberías hacerlo".⁵⁴

La perspectiva paterna puede ayudar porque la capacidad de la mujer para conciliar carrera profesional y familia, a menudo depende del papel que su marido quiera y pueda tener. Cuanto más activo y comprometido esté él en la casa, más eficazmente podrán encontrar un buen nivel de flexibilidad y equilibrio.

Según Hirschfeld, (2003), en el mundo de las finanzas se produce una joint venture cuando dos empresas consideran que pueden tener "sinergias", es decir, que las capacidades de cada parte producen más estando juntas que separadas. Pero el concepto de sinergia (del griego "trabajar juntos") se aplica mejor a la vida de familia que al mundo corporativo. Sea cual sea el negocio, ser padre es la joint venture más importante que se puede emprender. Y cuando los dos padres trabajan juntos en la educación de sus hijos, alcanzan mejores resultados que solos.⁵⁵

Existen varios puntos que se consideran una muestra del apoyo en la pareja, con la llegada de los hijos, los cuales parten desde el momento en que la pareja empieza a conocerse, hasta el tiempo que duren juntos.

⁵⁴ NUÑEZ, M. (2002). *Familia digital*. Internet. www.familiadigital.com

⁵⁵ HIRSCHFELD. (2002). *Relaciones de pareja*. Internet www.discovery.com

1. Conocerse bien (a sí mismo y al otro).

Es posible que la pareja ya se conozcan muy bien, pero siempre hay ocasión de profundizar en ese conocimiento. Además, cuando llegan los hijos se empiezan a conocer mutuamente como padres, y ese conocimiento es siempre nuevo y cambiante, igual que las funciones paterna y materna según las circunstancias y el tiempo.

Al unirse la pareja llevan historias familiares e individuales, que comienzan a compartir al formar una historia nueva, aderezada por esperanzas, sueños y planes para el futuro familiar. Todo esto configura el tipo de pareja que son, lo que determinará enormemente el tipo de familia que formarán.

¿De qué tipo de familia proviene cada uno? ¿Cómo fueron los padres? ¿Qué modelos han transmitido en su forma de ser padres y en su relación mutua? ¿Qué "buenas prácticas" de la tradición familiar se deberían mantener y cuáles cambiar? ¿Se recibió suficiente apoyo, cariño, atención y comprensión? Si no es así, ¿cómo hemos podido superarlo? Y finalmente, ¿cómo influye todo esto en los planes y expectativas respecto a los hijos?

Por otra parte, conviene estudiar el modo en que los esposos se complementan: sus personalidades, necesidades, talentos y objetivos, y la forma en que se equilibran e impulsan mutuamente. ¿Tienen temperamentos parecidos o complementarios? ¿Qué necesidades de cada uno puede satisfacer el otro? ¿Qué es lo que se aprecia del otro como esposo/a y padre/madre? ¿Compartimos los valores fundamentales o éstos entran en conflicto?

Se debe considerar un hecho cada vez más habitual: que la mujer trabaje fuera del hogar. La influencia de esta situación en el desarrollo de los niños dependerá de sus personalidades, de la calidad del cuidado que reciban de terceras personas, de las estrategias de la mujer para reducir el conflicto

entre familia y trabajo y, sobre todo, de la propia implicación del padre y el efecto de su trabajo en la vida familiar.

En el caso en que la mujer no trabaje fuera del hogar, su disponibilidad para los niños será fuente de flexibilidad para que el marido organice su tiempo de trabajo. Sin embargo, el padre debe resistir la tentación de dar por supuesta esa flexibilidad o abusar de ella, reduciendo el tiempo que pasa con los hijos. Hay que utilizarla para ser mejor padre, y no a la inversa.

2. Planear y preparar juntos la unión.

Como dice el refrán, "si fracasas en prepararte, te preparas para fracasar". Los niños cambian a sus padres. Temas que nunca se habían planteado entre los esposos, de repente adquieren gran importancia, al igual que las prioridades anteriores caen en el olvido. Aunque las cosas suelen salir diferentes de cómo se planearán, si los esposos trabajan juntos para preparar su paternidad, el mismo hecho de prepararse ya les ayuda a consolidarse como un equipo unido.

El embarazo puede ser un tiempo difícil para ambos, pero también es una gran oportunidad para ganar en intimidad, empezar a cambiar aquello que tendrá que cambiar tras el nacimiento del hijo, y establecer un modelo sano de relaciones mutuas como padres.

3. Es necesario que ambas partes contribuyan y reciban en los mismos términos.

Si un padre quiere tener el mismo peso en las decisiones que atañen a la educación de los niños, por ejemplo, deberá también tener la misma responsabilidad. Hay hombres que ganan más que sus esposas y creen que eso les da el derecho de tomar todas las decisiones importantes sobre la

familia. Están equivocados: en el trabajo de ser padre, ambos colaboradores compran su igualdad no con dinero, sino con sangre, sudor y lágrimas.

La paternidad es un trabajo duro que requiere dos personas, y para que las decisiones se transformen en realidad, necesitan consenso. Del mismo modo que no es justo que la madre lleve una carga mayor de la que le corresponde, tampoco lo es que uno de los padres monopolice las importantes decisiones familiares.

Lamentablemente nuestra sociedad hace creer a muchas mujeres que la maternidad está más ligada a la identidad femenina que la paternidad a la masculina. Y la biología refuerza esta convicción a través de la experiencia física y emocional del embarazo y el nacimiento.

Por su parte, muchos padres, se sienten aliviados si ven a su mujer tomar la iniciativa, porque o se sienten poco preparados para la paternidad o, incluso, algunos prefieren parecer incapaces. De este modo, todo parece funcionar perfectamente, al menos al inicio. La mamá, posesiva y protectora con su hijito, se vuelca en todos los aspectos del cuidado del bebé, delegando unos pocos, pero no los decisivos. A veces, el papá ni siquiera desea tener esa capacidad de decisión, por la responsabilidad que implica.

4. División del trabajo.

La correcta comprensión de las responsabilidades de ambos padres, necesitan afirmar sus derechos y responsabilidades como "socios"; si están dispuestos a aportar su trabajo, deberán estar capacitados para ser incluidos también en las decisiones importantes. Este puede ser el requisito más difícil, porque exige un gran esfuerzo continuado y ocasiona problemas de justicia. Algunas parejas caen en el error de examinar cuál de los dos trabajos tiene mayor importancia y exige más horas, dejando al "perdedor" el grueso de las tareas domésticas. Obviamente, se trata de un error.

La solución está en que las parejas de doble ingreso deben coordinar la división del trabajo más explícitamente que las de único ingreso. Sin esa coordinación explícita, un padre puede creer que está contribuyendo más de lo que en realidad hace, con el doble riesgo del resentimiento de su esposa y el aumento de su propia inexperiencia.

En 1993, el Instituto "Families and Work" de EEUU hizo una encuesta a las parejas de doble ingreso sobre la división del trabajo relativo al cuidado de los niños. El 43% de los maridos afirmó que realizaba la mitad del mismo, pero sólo un 19% de mujeres lo confirmaban.⁵⁶

Se cree que las mujeres suelen tener más capacidad de empatía que los hombres, y por eso llegan mucho más lejos a la hora de acoger las necesidades de su marido y sus hijos.

Los maridos, que desde el inicio suelen involucrarse menos en el hogar, no se dan cuenta de todo lo que se hace sin que ellos lleguen a saberlo. En general, también tienden a bajar sus niveles de exigencia en lo que se refiere al mantenimiento del hogar y los hijos, y a menudo adoptan una actitud de "si ella lo quiere, es que puede hacerlo".

Las relaciones mejorarían mucho si la pareja se tomará la molestia de sentarse y discutir lo que realmente se necesita hacer; sólo entonces podrán decidir quién lo hace. El diálogo puede evitar que la mujer crea que su marido es egoísta cuando no es más que descuidado, y que él crea que ella es obsesiva cuando está teniendo una visión de conjunto.

Del mismo modo, puede evitar el problema contrario de los maridos fastidiosos que llegan a casa por la noche y no entienden por qué no puede estar en orden. Es importante dividir el cuidado de los niños con justicia. Y eso

⁵⁶ ARANGUEN, M. (2003). *La pareja*. Internet www.mujiernueva.com

no significa necesariamente el 50% cada uno. El equilibrio preciso dependerá de los respectivos horarios, fortaleza física y mental.

5. Los padres deben disfrutar de sus diferencias psicológicas y temperamentales, y sacarles el mejor partido.

Una vez dicho esto, hay que añadir que cada uno de ellos debe tener la práctica suficiente como para sustituir al otro ocasionalmente. No sólo es una habilidad muy útil en casos de emergencia o si uno está de viaje, sino que ayuda a comprender y valorar más la vida del otro. Por supuesto, una de las tareas más importantes de ambos padres es cuidar de su cónyuge. Son miembros de un equipo, no oponentes, en la batalla para educar niños sanos y felices.

Finalmente "Pareciera ser que dado los enormes avances de la llamada diversidad familiar, la sociedad estaría construyendo un nuevo concepto de familia. Tal vez, sean los propios hechos familiares quienes nos aporten los elementos para esta nueva construcción".⁵⁷

⁵⁷ LIRA, L. F. Ob. Cit. P. 52

3. LA FILIACIÓN

La filiación forma parte del derecho a la identidad habiendo surgido nuevos derechos que tienden a su protección y determinación, como el derecho a la individualidad biológica y el derecho a conocer el propio origen biológico, prerrogativas innatas en el hombre.

La filiación en sentido genérico es aquella que une a una persona con todos sus ascendientes y descendientes y, la filiación en sentido estricto la que vincula a los hijos con sus padres y que establece una relación de sangre y de derecho entre ambos, considerando la trascendencia del individuo, familia y la sociedad.

Ianiol y Rippert, 1948 señalan que la filiación es la relación que existe entre dos personas, de las cuales una es el padre o la madre de la otra.⁵⁸ Méndez Costa en 1986, la define como "el estado de familia que deriva inmediatamente de la generación con respecto del generado".⁵⁹ Para Cicu es el estado cuya característica es "que forma parte de una serie de relaciones que unen al hijo, no sólo con sus padres, sino con todos los parientes de sus padres".⁶⁰

Para muchos hombres, ser padres es una obligación, mientras que para otros es parte del sentido de su propia existencia. Para algunos implica el cumplimiento de las expectativas sociales de cualquier pareja que llega al matrimonio, para otros una decisión de su proyecto personal relacionado al deseo de conformar una familia.

⁵⁸ CICU, A, (1930). *La filiación*. Madrid. Derecho Privado p. 18

⁵⁹ Ibidem.

⁶⁰ Ibidem.

De alguna manera todos nos vamos preparando para ser padres desde la infancia siendo así como las aspiraciones personales, las expectativas de los demás, los valores y el propio proyecto personal condicionan el rol de ser padre.

La llegada del hijo representará entonces una crisis en la estructura de la pareja. Por un lado porque se someterán a juicio el conjunto de aspectos que influyen en la condición de ser padres como: ¿Coincidirán las expectativas con lo que los padres desean ser? ¿Se podrán alcanzar las metas y aspiraciones en relación con los hijos?

Todo esto y el quiebre del equilibrio del sistema bipersonal, en el que las reglas y acuerdos se habían establecido para dos personas adultas confluyen en una reorganización de una nueva estabilidad. Ahora son tres las personas que deben convivir y los padres deben saber reacomodarse al nuevo integrante que reorganiza el estilo de vida modificando los ritmos, horarios y necesidades.

El primer paso hacia la paternidad es aceptar que es un tiempo de cambios, en el cual pueden aparecer conflictos e intensas emociones que enfrentar, pero es fundamental comprender que es uno de los escalones más importantes en la vida de una persona. Compartir abiertamente los sentimientos y pensamientos con la pareja creará una nueva y estrecha relación que los unirá aún más.

Alrededor del mundo el hombre difiere mucho en cuánto a su compromiso y participación en el embarazo, parto y en los cuidados de la infancia, pero en los últimos años el rol paterno se ha flexibilizado mucho. La antigua postura de observadores ha ido cambiando, y hay muchos padres que intervienen activamente en los cuidados prenatales, en estar presentes en el momento del parto, aportando así un gran soporte emocional, e incluso

muchos padres llegan a quitarle horas a sus trabajos para poder cooperar en las tareas cotidianas de la casa. Ser padre estimula cambios en tu estilo de vida, dándote la oportunidad de reevaluar las elecciones, posibilidades y cuestionarse sobre los valores básicos y esenciales en tu vida futura.

La relación con los hijos se inicia mucho antes del nacimiento, desde que esta en el útero. A partir del segundo trimestre se conectarán a través de las "pataditas" o de los movimientos que le provocan los sonidos de la voz. En la última etapa del embarazo incluso pueden reconocerse partes anatómicas del bebé y se puede comenzar a acariciarlo. También escuchar los latidos de su corazón colocando la oreja sobre la panza de la pareja, por debajo del ombligo, puede sentirse que su corazón late mucho más rápido que el de los padres.

Mientras que la relación con la pareja seguramente cambiará durante el embarazo, hay ahora otra persona que incluir en la vida de la pareja. Por lo que los hombres tienden a sentirse a veces un poco dejados de lado y que están perdiendo la atención de la compañera en la medida que ella esta siendo absorbida por el crecimiento en su vientre del hijo que vendrá y por los sentimientos que va generando a lo largo de todo el embarazo, pero especialmente después del nacimiento.

Asumir el rol de padre no es fácil, pero definitivamente mantenerlo es aún más complicado y exigente, aunque la paternidad brinda satisfacciones en muchos aspectos, todas ellas ganadas gracias al esfuerzo por ser el mejor padre.

La mayor parte de las madres están convencidas de que la maternidad es una de las mejores cosas que les ha pasado, mientras que los hombres no disfrutan tanto como las mujeres del cuidado de los hijos, aunque los aman y

están comprometidos con la familia y creen que deben involucrarse más en la vida y las actividades de los hijos, prefieren mantener su distancia al respecto.

Un aspecto que esta cambiando y que parece estar mejorando las relaciones en la familia es la resolución de conflictos al aclararse los roles personales, con el solo pensamiento de priorizar los papeles que desempeñan, ya que esto los lleva a reflexionar (a la mayoría) sobre su responsabilidad como padres en primer lugar, lo que los lleva a ocuparse de una serie de responsabilidades y sacrificios como dejar un poco las actividades con su grupo de amigos, dejar que los sillones estén un poco sucios o incluso una mascota, con tal de pasar más y mejores momentos con sus hijos.

"Por desgracia, algunas personas no pueden cumplir las exigencias físicas, psicológicas y financieras, así como los retos de la paternidad. Dichas personas pueden abusar de los hijos, olvidarlos, maltratarlos o abandonarlos, o pueden enfermar física y psicológicamente. Sin embargo, la mayoría de los padres cumple su rol, ayudados algunas veces por la familia, los amigos y vecinos, por la lectura de libros y artículos relacionados con la crianza de los hijos, y los consejos de los profesionales en temas familiares".⁶¹

3.1 LOS PADRES

Es importante dar una breve reseña de cómo la sociedad ha ido cambiando la concepción de la paternidad a través de la historia. La civilización occidental construyó una figura de padre protagónica desde todo punto de vista, tanto en el Imperio Romano como en el Cristianismo. Originariamente, se considera "padre", al amo, es decir, al que dirige la

⁶¹ PAPALIA y OLDS. Ob. Cit. P. 13 p. 498.



ciudad; se sigue de esto que la paternidad es al comienzo, puramente política y religiosa. Durante la época romana, los senadores eran "padres" y encarnan una paternidad instauradora de un lazo social, puesto que éste está determinado de manera fundamental, no por la sangre, sino por la palabra llamada "paterna".⁶²

Mas adelante el poder del padre, comienza a tener sus limitaciones a fines del siglo XIX, y la evolución jurídica representa una lenta disminución de sus prerrogativas. Por un lado, se encuentra bajo presión de las reivindicaciones de las mujeres y los hijos y por otro, el Estado va a ejercer una mayor tutela, sobre todo en las familias más carenciadas, como forma de proteger a los hijos de la negligencia paterna. A principios del siglo XX, una nueva mentalidad impera en Uruguay, "la sensibilidad civilizada", donde el poder del padre se ejercía a través del "respeto" y del "amor".⁶³

El transito hacia la paternidad tiene mucho que ver con la forma en que se ha desarrollado la historia de la sociedad al igual que la historia del embarazo, por lo que hay muchos caminos para llegar o no a la paternidad. Normalmente se espera que su llegada produzca una sensación de unión y fortalecimiento de la pareja y que ambos, individualmente, adquieran madurez frente a su nuevo rol. Infinidad de filmes nos han mostrado la imagen de esa pareja embelesada por el nacimiento y desbordante de emoción incomparable, lamentablemente esto no siempre ocurre.

Aparece un mundo de nuevas relaciones alrededor de la espera, la mujer embarazada cambia la relación con su madre, suegra, y hermanos. En su círculo social pasa a ser el centro del universo despertando sentimientos de ternura. Muchas veces es sorprendente encontrar cambios drásticos en estas relaciones. Por ejemplo la suegra fría y distante puede convertirse en una

⁶² GUIRAUD, (1997). *Ser padre: cambios históricos de la paternidad*. Internet. www.escuela.med.puc.cl.

⁶³ BARRÁN, J. P. (1990). *Historia de la sensibilidad en el Uruguay. Uruguay, Banda Oriental*. P. 14

fuerza de alivio y contención durante el embarazo. Pero es la madre de la embarazada y el marido quienes tienden a proporcionar la mayor fuerza de apoyo. Permitiendo ambas que se fortalezca el vínculo madre-bebé, padre-bebé y familia-bebé, fomentando con esto los nuevos roles de padres, abuelos y familia.

Mientras que los varones viven de manera ambivalente el embarazo, lo que comúnmente pasa es que al varón le cuesta más trabajo definir su deseo de ser padre, ya que al término del embarazo generalmente existe una situación de mucha integridad y afirmación. El proceso de aceptar la ambivalencia, pasando de ser algo no deseado a algo aceptado y añorado, lo que nos habla de mucho miedo, resistencia, fobias, etc., lo cual se abordará más adelante.

Freud menciona mucho la envidia principalmente de la mujer hacia el pene del hombre, pero muy poco de la envidia del hombre hacia el embarazo de la mujer, por lo que ahora algunos investigadores han retomado la importancia de esta etapa y por que no decirlo, podría ser que algunos hombres están utilizando el Embarazo Empático como una manera de equilibrar esta cierta envidia hacia la mujer, al compartir la preñes como una alternativa de decir: "mira, estoy aquí, yo también me siento mal, ¿será a caso por el bebé?". Como el hombre no puede crear dentro del cuerpo, no le queda otra posibilidad que hacerlo fuera (con la manifestación de los síntomas).⁶⁴

Con respecto a los miedos, puede decirse que tanto hombres como mujeres pasan por los mismos temores durante el embarazo, por ejemplo, a que las cosas no salgan bien, que el bebé nazca enfermo o con algún defecto, etc., la única diferencia es que la mujer dice que tiene miedo, mientras el

⁶⁴ FREUD, S. (1913), *Tótem y tabú*. Tomo XIII Buenos Aires, Amorrortu.

hombre se queda callado, además de que casi nadie le pregunta como se siente.

Contrario a esto existen hombres que toman una gran distancia emocional y física, son los que comienzan a vivir la ambigüedad entre el hijo que desean. El abandono que temen estos personajes se caracteriza por poseer un núcleo psicológico infantil; se han casado, pero su deseo inconsciente sería permanecer eternamente atendidos y cuidados por una esposa niña.

"Su reacción frente al embarazo es de frustración, se sienten traicionados y solos, y a su vez abandonados porque no logran tolerar el nuevo lugar evolutivo que implica su condición de padre".⁶⁵

Relacionándose mucho con lo que podríamos llamar "celos" o "miedo al desplazamiento", lo que ocurre comúnmente cuando el hombre llega a la consulta y manifiesta: "cuando estábamos solos éramos el uno para el otro, y ahora me siento excluido". Lo que bien pudiera relacionarse con frustraciones o traumas que hayan ocurrido en su vida, con su antigua familia.

Otro aspecto importante y que esta íntimamente ligado a los anteriores es la competencia, ya sea con el bebé o con el doctor, lo que particularmente ocurre con los doctores que le piden al hombre que salga del consultorio mientras valoran a su mujer. Ocasionando en el hombre un sentimiento de desplazamiento y abandono por parte de su pareja todavía mayor al que sentía debido al embarazo y como es claro no se puede desquitar con el doctor, por lo que decide hacerse a un lado o ignorar el embarazo (aunque no por mucho tiempo).

⁶⁵ ROSENZVAIG, R. (2003). *El rol del padre*. Internet www.mujer.tercera.cl

El padre primerizo no tiene ni la más mínima idea de lo que va a pasar durante el trabajo de parto, y aunque es un momento en que la mujer trabaja más que el hombre es necesario que los dos estén preparados para lo que va a ocurrir, debido a que es el momento más masculino para la mujer y el más femenino para el hombre, ya que la mujer es quien hace la parte activa, pujando con toda su fuerza instintiva; mientras el hombre permanece pasivo, la mayor parte. Una parte muy importante de la participación del hombre en el embarazo es cuando llega el momento de cortar el cordón, porque además sirve como una forma de fomentar el apego entre el padre y el hijo.

Lo que concluiría en cierta forma con la labor de la madre durante el embarazo, período en el cual, ella debería tratar de involucrar al padre en las cosas relacionadas con el embarazo y posteriormente con la crianza de los hijos. Así tal vez la madre no sería un objeto de envidia y competencia entre padres e hijos, sino sería vista como el entrenador del equipo que une a los jugadores.

Las parejas recuerdan este período con nostalgia, con la conciencia de que su unión resultó finalmente fortalecida a través de las pruebas de tolerancia mutua que impuso la crianza. Sin embargo, parece que los esfuerzos no son por lo general equivalentes, y aunque hoy en día ya no está de moda que el varón se margine de las tareas que impone el recién nacido, siguen siendo las mujeres las que ofrecen más tiempo y trabajo, siendo éstas las que tienen mayores dificultades para ajustarse a la doble exigencia que impone la coexistencia del rol de madre y esposa.

La pareja gana con el nacimiento, pero pierde la privacidad y está pérdida es la que más afecta su vida íntima. Las parejas entregan amor, tiempo, dinero y energía a sus hijos. Sacrifican su ideal de soledad romántica en pos de la proyección vital de sí mismos hacia la descendencia. Este equilibrio es difícil porque se tiene la sensación de que los hijos rer

principal prioridad y que el modelo de familia se impone sobre el de pareja y si en este proceso dejan que su intimidad se pierda, se arriesgan a ocasionar daños irreversibles al vínculo amoroso. Si en cambio buscan espacios de soledad y placer exclusivos, su pasión tiende a sostenerse. La obligación debiera ser compartida y así como se ve al hijo tendría que verse a la pareja, como dos entidades con necesidades y requerimientos propios.

Es importante poder encarar la situación psicológica y las diversas concomitantes sociales que vive el hombre frente al embarazo y el parto de su pareja y frente a su paternidad. Es evidente que el hombre padece de una serie de ansiedades, que poco han sido estudiados.

Es sabido que las mujeres suelen tener más capacidad de empatía que los hombres, y por eso llegan mucho más lejos a la hora de acoger las necesidades del hombre y sus hijos. Los maridos, que desde el inicio suelen involucrarse menos en el hogar, no se dan cuenta de todo lo que hace la mujer sin que ellos lleguen a saberlo.

En general, también tienden a bajar sus niveles de exigencia en lo que se refiere al mantenimiento del hogar y los hijos, y a menudo adoptan una actitud de "querer es poder". Las relaciones mejorarían mucho si hombre y mujer se tomasen la molestia de sentarse y discutir lo que realmente se necesita hacer; sólo entonces podrán decidir quién lo hace.

El diálogo puede evitar que la mujer crea que el hombre es egoísta cuando no es más que descuidado, y que él crea que ella es obsesiva cuando está teniendo una visión de conjunto. Del mismo modo, puede evitar el problema contrario de los hombres fastidiosos que llegan a casa por la noche y no entienden por qué no puede estar en orden.

Es importante dividir el cuidado de los niños con justicia. Y eso no significa necesariamente el 50% cada uno. El equilibrio preciso dependerá de los respectivos horarios, fortaleza física y mental.

3.2 EL ROL DE LOS PADRES

En distintas sociedades y diferentes capas de una misma, existen profundas diferencias en cuanto a la relación entre padres e hijos y las actitudes en relación a la crianza. En la sociedad actual, se encuentra que la maternidad y paternidad están pasando por una etapa de crisis. La mujer que antes estaba dedicada exclusivamente a la crianza de los hijos comenzó a asumir tareas fuera del hogar, que hasta ese momento era ocupación exclusiva del hombre.

Ahora, como se mencionó antes, ambos trabajan y esto lleva a conflictos como resultado de esta adaptación ante las cambiantes necesidades económicas, la mayoría debidos a que es difícil que la mujer pueda desempeñarse con éxito en sus diferentes roles (como madre, esposa y empleada). Mientras que la paternidad vive este conflicto de igual manera, sin saber de que forma enfrentar los cambios, ya que el hombre fue durante siglos el sostén de la familia, era un signo de virilidad, ahora el hombre se acerca más a los hijos, platica y está más tiempo con ellos, tiene menos miedo al contacto con los bebés y ya no presenta tanta ansiedad como el padre que espera afuera de la sala de partos, sino como el hombre comprensivo que apoya a su mujer durante el trabajo de parto e incluso se prepara para recibir a su hijo.

Actualmente el hombre apoya más a la mujer por lo que tiene la oportunidad de sentir las mismas ansiedades y temores que ella, relacionados

con la integridad de la madre y el hijo en el embarazo y lo que este implica, el estado físico o salud de su pareja, que hará durante el parto, duda del médico, esta ansioso por su futuro rol de padre y pareja, además de la situación económica que le espera a la familia.

En nuestra sociedad se trata de un matriarcado con respecto al proceso de gestación, parto y puerperio. Solo puede reconocerse la importancia del rol del padre si le llamamos sostén psicológico de la mujer, pero es indudable que los roles de padre y madre ha sufrido una mutación en los últimos años, por lo que ahora son dos padres los que esperan al niño, no solo uno, con las mismas posibilidades e incluso atravesando por los mismos miedos, ansiedades, mas algunos síntomas parte del embarazo.

"La maternidad es uno de los hechos de la vida que plenifica nuestro ser de mujer. Nuestro rol maternal, viene a completar en una máxima expresión de plenitud del "ser femenino" por excelencia. Integrando así nuestra realización creativa desde el plano físico, emocional y espiritual".⁶⁶

Desafortunadamente todavía, en la sociedad mexicana, la mayoría de las personas, consideran la maternidad como una de las formas más importantes de realización para mujer y solo hasta este momento la mujer es una mujer plena y es hasta entonces que deja de considerársele hija de familia en la mayoría de los casos. Con lo que, todavía la sociedad no esta preparada para ver a la mujer salir a trabajar y mantener a sus hijos o simplemente para ella, ya que ha decidido no casarse.

La crianza de los hijos es de responsabilidad directa de la madre; ella puede así asumirlo porque en esta cultura la madre asume el ejercicio y la aplicación de normas y la autoridad al interior de su familia; esta autoridad es

⁶⁶ MAGLIO DE MARTÍN, M. (1999-2003). *El rol materno*. Internet www.planetamama.com

ganada por el hecho de ponerse al servicio de su familia y ser la dispensadora de afecto. No obstante, el poder corresponde al hombre.

"Las necesidades físicas de los hijos en la estructura patriarcal han sido asumidas por el padre, pero debido a las nuevas relaciones de las mujeres con el trabajo, en un momento en que la vida de hombres y mujeres se está igualando en el terreno laboral, político, cultural y educativo, esta función ha sido compartida por la pareja paulatinamente. Las necesidades afectivas de los hijos son compartidas por la pareja con evidente liderazgo de la mujer. Al padre aunque provea afecto se le ha enseñado culturalmente en la región a ser menos expresivo en sus cuidados y afectos con los hijos".⁶⁷

Los cambios antes mencionados acorde con Mosquera 1994, han propiciado diversas formas de enfrentar y manejar las relaciones en el interior de las familias, los han fomentado conscientemente algunas veces, en muchas otras inconscientes y muchas más por necesidad y en busca de mejores condiciones de vida, las mujeres y los hombres asuman la responsabilidad económica del hogar con muchas contradicciones pero también con algunos vestigios e innovaciones que permiten visionar lo que en un futuro puedan ser formas más equitativas de asumir la paternidad y la maternidad de manera integral.

De acuerdo con diversos estudios, la adquisición de la identidad masculina en las sociedades modernas atraviesa una serie de dificultades que ha sido denominada crisis de la masculinidad. Esta crisis, en la que afloran conflictos entre los atributos culturalmente asignados a los varones, puede relacionarse con importantes transformaciones sociales, económicas e ideológicas, entre las cuales vale la pena destacar los nuevos patrones de inserción laboral de las mujeres con sus múltiples efectos sobre las formas de

⁶⁷ CABRALES y JARAMILLO (1995), *Las familias de hoy en Colombia*. Bogotá, Occidental. p. 17

organización de la vida cotidiana, los roles sexuales y dinámicas tradicionales de la familia.

Además varias investigaciones han demostrado que la participación del padre en el embarazo de su mujer puede preparar el terreno para toda una serie de interacciones familiares positivas que benefician al matrimonio, al niño y fortalecen el vínculo padre-hijo. Por lo tanto quienes deseen una relación sólida con sus hijos deberán echar los cimientos para ello durante la gestación y los primeros meses de vida del bebé.

Otro punto importante a considerar para que se de el cambio de roles, reside en la crisis familiar, de la cual ya se había hablado un poco, que a contribuido al aumento de divorcios, uniones libres, familias monoparentales y familias ampliadas o recompuestas. Estas transformaciones están ligadas a la modificación del estatus de los padres, los modos de designación y de los roles de los padres. Cuando hay recomposiciones familiares, donde las funciones del padre legal y del educador en lo cotidiano, son asumidas por dos hombres. Por otro lado, el aumento de las familias monoparentales, sobre todo de la madre con el hijo, tiende a fragilizar la situación social del padre con los hijos.

Los padres deberían disfrutar de sus diferencias psicológicas y temperamentales, y sacarles el mejor partido. Hay que añadir que cada uno de ellos debe tener la práctica suficiente como para sustituir al otro ocasionalmente. No sólo es una habilidad muy útil en casos de emergencia o si uno está de viaje, sino que ayuda a comprender y valorar más la vida del otro.

Por supuesto, una de las tareas más importantes de ambos padres es cuidar de su cónyuge. Son miembros de un equipo, no oponentes, en la batalla para educar niños sanos y felices.

"La presencia del padre tiene suma importancia desde los primeros años de la infancia del niño, tanto para el varón como para la niña".⁶⁸ Arminda Aberastury, quien revaloriza la importancia del rol del padre, nos dice que éste tiene una jerarquía básica como fuente de identificación en un momento temprano del desarrollo, y un padre ausente, psicológicamente débil o incapaz de asumir la paternidad, provoca en el niño déficits en su identidad sexual. El padre sería por lo tanto, una segunda persona adulta, además de la madre, real, que ofrece su persona, su cuerpo, sus sentimientos, y que contribuye a la estructuración psíquica del hijo y sobre todo en relación al logro de una identidad de género y de una identificación sexual.

"La carencia de contacto con el padre, sobre todo un contacto cuerpo a cuerpo, y cotidiano con él, deja un vacío, una pérdida, que se encuentra más tarde en anhelo del padre. Esta carencia se evidencia en el análisis de muchos homosexuales y es una de las raíces del rechazo hacia el hijo y de una búsqueda desesperada de sustitutos paternos a lo largo de la vida.

También se ha asociado con los adolescentes drogadictos, donde asistimos a un debilitamiento de la figura del padre, el adolescente transgrede la ley porque no hay ley y la madre tampoco acepta al padre como separador, como interdictor".⁶⁹

En esta época, de transformaciones, el lugar del padre no puede estar ajeno a la creación y crianza de los hijos, ya que ahora se esta conscientizando de la necesidad de un padre tanto como de la madre para que el niño pueda desarrollarse normalmente. Así como el lugar de la madre debe ser reconocido y validado, el lugar del padre también debe ser reafirmado, ya

⁶⁸ ABERASTURY y SALAS (1978), *La paternidad*. Buenos Aires, Kargieman. p. 78

⁶⁹ ABERASTURY y SALAS Ob. Cit. P. 88 p 25

que el niño, necesita la doble referencia parental, para su estructuración psíquica.

3.3 EL APEGO Y EL VÍNCULO AFECTIVO

El término apego es utilizado para describir un importante proceso que se produce inmediatamente después del nacimiento y durante el cual la madre dirige su comportamiento de apego hacia su hijo. Este vínculo se facilita por el contacto piel a piel, y las miradas mutuas entre la madre y su recién nacido que ocurren durante el primer amamantamiento posterior al nacimiento.⁷⁰

A menudo, las personas y animales, forman vínculos estrechos con sus padres, especialmente al poco tiempo de nacidos. Este vínculo es garantía para que la madre pueda alimentar y criar a los suyos; el contacto corporal y el bienestar inmediato, es mucho más importante que la alimentación, para unir al recién nacido con su madre. En los humanos, el contacto físico inmediatamente después del nacimiento, suele influir en esta relación en forma sustancial.

Dicho en otras palabras, un acercamiento durante los primeros días, suele asegurar una mejor atención y protección desde el principio y durante todo el largo período de cuidado infantil. El niño por su parte, identifica y prefiere el olor de su propia madre y no el de otra. Todo esto, parece indicar, que el contacto inmediato después del parto, reduce la probabilidad de problemas posteriores de los padres y sus hijos.

⁷⁰ KLAUS y KENNEL, (1976). *El proceso del apego*. Clínica las Condes. Internet. www.latinsalud.com

El proceso del apego.

Klaus y Kennell en 1976 formularon de manera más precisa, siete principios que son componentes cruciales en el proceso de apego:

1. Hay un período sensible dentro de los primeros minutos u horas de vida durante el cual es necesario que los padres estén en contacto íntimo con el niño para que su desarrollo ulterior sea óptimo.
2. Los padres poseen respuestas específicas de la especie, que se presentan cuando les entregan al niño por primera vez.
3. El proceso de apego es estructurado de tal forma que el padre y la madre solo establecen vínculo afectivo con un niño a la vez.
4. Durante el proceso de apego madre-hijo, es necesario que el niño responda a la madre, con ciertas señales tales como los movimientos del cuerpo o de los ojos.
5. Las personas que observan el proceso de nacimiento, adquieren un fuerte vínculo afectivo con el niño.
6. Para ciertos adultos, es difícil vivir simultáneamente el proceso de apego y de desapego, es decir apegarse a un bebé mientras que la vida del otro está en grave peligro.
7. Ciertos acontecimientos que suceden inmediatamente después del nacimiento, tienen efectos perdurables. Por ejemplo, Los primeros días de ansiedad a propósito de un desorden temporal, podrían provocar inquietud de larga duración que pondría en riesgo la orientación del desarrollo del niño.⁷¹

La parte afectiva es la que determina la relación del niño con sus padres y, en general, con su entorno. Ello hace parte de la cultura, en la que tanto la

⁷¹ Idem. P. 90

conducta como el lenguaje (verbal y no verbal) establecen niveles de cercanía y dependencia.

"Al hablar de vínculo, se nos presentan dos relaciones que se unen entre si. Esta representación tiene su origen en el registro inconsciente desde que se es concebido, y a través de múltiples experiencias durante la gestación, infancia, adolescencia y adultez".⁷²

Un claro ejemplo de la importancia del vínculo es el siguiente caso: el papá de Carla siempre estuvo muy involucrado en la etapa del embarazo, tejiendo fuertes lazos emocionales con su bebé, lo que le permitió a ambos sobrellevar la ausencia de la figura materna con mayor facilidad, ya que su madre murió a los pocos días de haber nacido ella, pero en realidad esto no generó grandes problemas entre ellos.

Esto se debe a que cuando la relación entre padre e hijo se inicia temprano, las probabilidades de estructurar un vínculo emocional son mucho más grandes y en caso de que la madre llegase a faltar (por algún motivo) no se crearía una brecha entre padre e hijo, sino más bien se reforzaría en gran medida esa relación.

Aunque para que funcione es importante que esté presente alguna figura femenina: abuela, tía o alguien que pueda brindar esa parte de ternura y afecto que necesita el pequeño ya que el padre, por sí solo, no puede cubrir todos los aspectos. Pero es importante establecer que la afectividad que le proporcione esa figura materna "suplente" no opaca, para nada, el nexo establecido entre el papá y el hijo, porque ocurre con frecuencia sobretodo cuando se trata de niños más grandes y adolescentes, que ambos se unen más, llegando a un grado de mutua protección.

⁷² MAGLIO DE MARTÍN, M. Ob. Cit. 86

En cuanto a la conducta, el papel del hombre está mucho más marcado y el machismo es evidente, a tal punto que algunas conductas se consideran exclusivamente femeninas. Por lo que, es más frecuente ver que una mujer asume su papel de madre y cumple con algunas de las competencias del padre, y no ver a un hombre ejerciendo como madre. La conducta misma de cada género hace que en nuestro medio sea mucho más fuerte el vínculo madre-hijo(a), que padre-hijo (a).

En efecto, la parte afectiva es expresada con mayor libertad y facilidad por la mujer; las caricias que proporciona al bebé la hacen indispensable, ya que el hombre deja de acariciar más prontamente, por lo cual también éste aspecto hace que el vínculo madre-hijo sea más fuerte que el de padre-hijo. Ello, sin embargo, no hace menos profunda y necesaria la presencia del padre, de la figura masculina.

Acorde con Guillot, antes del nacimiento del bebé, el vínculo es puramente fantasmático. Después del nacimiento las relaciones se concretan en un ser real con características similares o diferentes del bebé que se fantaseó... Ahora bien, como el deseo es una máscara del instinto de reproducción, éste se traduce en la fuerza afectiva que desarrollará el vínculo entre la madre y el hijo. Esta fase, al igual que las fantasías, son necesarias para mantener la autoestima y el amor del adulto normal.

“La espera de ser padres provoca una regresión a la infancia, en el sentido que se recuerda la clase de hijos que fueron y la clase de padres que tuvieron. De esta suerte la primera fantasía es poder ser mejores padres que los propios. La mujer embarazada, por su parte, tienen fantasías negativas del bebé con un tipo de daño, pero las compensa con otras de que va a tener un super hijo. En esta etapa la mujer también se retrae en sí misma y recurre a su madre para recibir apoyo. El crecimiento del vínculo se desencadena por la manifestación

de la existencia del feto. En ese momento se inicia el vínculo entre padres e hijos, ya que se desarrolla un ser independiente y diferente a ella, por lo que se rompe la simbiosis biológica y la relación fantasmática da paso al vínculo con los padres".⁷³

El contacto físico constituye uno de los primeros vínculos que establece el niño con el mundo. De ahí que sea la madre, quien es la mayor parte del tiempo, el ser más importante, para esa personita. Pero esta estrecha relación madre-hijo no es más que el resultado de nuestra cultura. Si fuera el padre el encargado de amamantar y cuidar del bebé, seguramente ocuparía este primer lugar y la madre sería un personaje secundario. Al hombre se le ha acostumbrado a acariciar muy poco o a no hacerlo, por lo cual también este aspecto hace que el vínculo madre-hijo sea más fuerte que el de padre-hijo. Ello, sin embargo, no hace menos profunda y necesaria la presencia del padre.

En el transcurso de sus vidas, los niños que cuentan con un papá activamente involucrado en su crianza suelen desempeñarse mejor en varios aspectos del desarrollo infantil que aquellos niños que tienen un papá que no se involucra. Los de los padres que se involucran suelen poseer mayores habilidades para resolver problemas y desempeñarse mejor en situaciones frustrantes; suelen tener mejores habilidades sociales y un mejor entendimiento de los sentimientos de otras personas. La participación activa del papá contribuye al sentido del humor del niño, a su capacidad de prestar atención y el entusiasmo con el cual exploran y aprenden.

Pese a que tanto el hombre como la mujer son igualmente capaces de aprender a cuidar de los bebés, es usual que muy temprano en la vida del bebé la mujer asuma el rol de ser su cuidadora principal.

⁷³ GUILLICOT, F. (1993). *Psicología de la genética; desarrollo de la persona*. México, Curso de la Universidad de Bruselas. P. 44-45

Razones por las cuales ocurre esto:

- Los hombres suelen tener menos experiencia cuidando niños que las mujeres. En nuestra sociedad, las habilidades necesarias para cuidar de los niños suelen ser practicadas durante toda la vida por las niñas y mujeres, cuidando de hermanos menores, como niñeras, como voluntarias o a través de experiencias de trabajo. A los niños varones y a los jóvenes se les ofrecen menos oportunidades de cuidar niños. Por esta razón, los hombres se sienten inicialmente menos cómodos y con menos destrezas para cuidar de los niños.
- Los hombres suelen sentir menos presión social que las mujeres para aprender a cuidar de sus propios hijos. Como resultado, los hombres se encuentran menos dispuestos a buscar apoyo de profesionales, de la familia o de amigos, u otras fuentes que les puedan ayudar a lograr las habilidades necesarias para criar a sus hijos.
- Como las mamás suelen hacer el trabajo de cuidar de los niños, suelen perfeccionarse en este trabajo y pueden llegar a ver a los padres como menos competentes. Cuando esto ocurre, se establece un patrón en el cual la madre hace más, aprende más y se siente más confiada al cuidar de los niños. Por ende continúa asumiendo más y más responsabilidades en el cuidado de los niños. El padre, en este escenario, hace menos, aprende menos y se siente menos capaz de proporcionar el cuidado cotidiano del niño. Cuando este patrón se consolida, las madres se sienten sobrecargadas y los padres se sienten excluidos. Los niños, entonces, pierden el beneficio que es tener a ambos padres brindándoles cariño e involucrándose en su crianza.

Aunque por más que existan una serie de retos que complican el poder criar y cuidar de sus hijos, los padres que desean involucrarse en la crianza de sus hijos lo pueden hacer exitosamente si cuentan con el apoyo de su pareja.

Maneras como los papás y las mamás pudieran compartir el trabajo de la crianza de los hijos:

- Los papás que se involucran en la crianza de sus hijos aprenden al hacer. El conocimiento necesario para criar a los hijos se aprende en el trabajo mismo de la crianza.
- Mientras que los hombres que se retractan de tomar la crianza en sus manos tienen menos oportunidades de lograr una experiencia directa con sus hijos. Cuanto antes comience el papá a involucrarse en la crianza de su hijo, se sentirá más cómodo y competente al hacerlo. Al comienzo, mucha gente se siente incompetente en el cuidado de los niños, pero los bebés son muy buenos maestros para los papás que se muestran cariñosos y cuidadosos.
- Existe más de una manera en que las mamás y los papás puedan ser eficientes padres de familia. Las diferencias que existen entre las mamás y los papás sobre la forma de criar a los niños son buenas para los niños, como lo son las similitudes.
- Todo papá merece la oportunidad de desarrollar una relación con su bebé. La mayoría logra aprender mejor el arte de criar a un niño si no tiene a alguien encima diciéndole lo que se tiene que hacer y corrigiendo mientras se hacen las cosas.
- Mantenga una buena relación de pareja. Investigaciones revelan que una relación de pareja sólida ayuda a promover y sostener una participación activa del papá.⁷⁴

⁷⁴ FERGUSON, G. (2003). *Universidad de Minnesota, escuela de educación y desarrollo humano*. Internet www.education.umn.edu

4. RASGOS DE PERSONALIDAD DE LA PAREJA

Para poder explicar lo que es el rasgo de personalidad es necesario que se explique primero que es la personalidad y el rasgo, con el objetivo de dejar en claro lo que significan dichos términos, ya que esto se requiere debido a que de aquí parten aspectos fundamentales para esta investigación, además de que estos definen el perfil de un padre y por supuesto de la pareja.

El estilo de pareja como se a mencionado, está cambiando ahora, por ejemplo; ahora se tiene al esposo y futuro padre que está presente en el quirófano para participar en el nacimiento de sus hijos, cambia pañales, cocina, ayuda a los niños a hacer las tareas y establece un lazo mucho más cercano con sus hijos y esposa.

Pero para que un esposo o esposase muestre diferente en estos aspectos, es necesario conocer lo que son los rasgos de personalidad y la personalidad en sí. "La palabra personalidad proviene del término latino persona, que significa la "máscara del actor". Una de las características del teatro clásico era el uso de una máscara, que cubría la cara del actor durante toda la obra. Este carácter de fijeza es lo que llevó a la psicología clásica a acuñar el término de personalidad para definir el carácter permanente del individuo. Lalonde definió la personalidad como: "la función psicológica por la que un individuo se considera como: un yo único y permanente". En la psicología actual se define la personalidad como "la organización dinámica de los aspectos intelectuales, afectivos, impulsivos, volitivos y morfológicos del individuo".⁷⁵

Para el psicólogo, "personalidad" es la suma total de las formas en que una persona reacciona ante otras personas y el ambiente e interactúa con los

⁷⁵ ENCICLOPEDIA Ob. Cit. P. 54 p. 122

mismos. En este sentido, la personalidad es la integración de actitudes, valores, hábitos, características físicas, intereses, capacidades y demás. Dicho concepto está formado por constructos hipotéticos que ayudan a explicar la conducta de los sujetos. Los factores ambientales en interacción con estos constructos hipotéticos, derivados de factores temperamentales (heredados) y de carácter (aprendidos).

"La personalidad es una entidad compleja que presenta múltiples facetas. De ahí que distintos autores utilicen definiciones que, sin pretender abarcarlo todo. En algunas de estas definiciones destacan elementos que son comunes a todos los seres humanos; en otras rasgos que son individuales. En tanto que algunos autores incluyen en sus definiciones los aspectos corporales, otros los excluyen y se refieren exclusivamente a los aspectos psíquicos.

"En la personalidad hay componentes comunes a todos los seres humanos; dependen de la dotación biológica de la especie y condiciones que son comunes a todas las sociedades. Pero cada ser humano es diferente a los demás; tiene un modo peculiar de ser, de sentir y de pensar; un modo propio de contener los problemas de su vida. Ese modo de ser es función de su personalidad".⁷⁶

Los psicólogos actuales están de acuerdo en que las demás personas contribuyen al desarrollo de la personalidad individual, incluyendo sus manifestaciones pasajeras (como cuando alguien se transforma cuando está con la persona a la que ama). Sin otras personas que reaccionasen ante nosotros, y ante las cuales reaccionamos, se carecería de una identidad significativa y, sin una identidad, la personalidad se vuelve un concepto sin valor. Cada uno de nosotros tiene una personalidad única, y los psicólogos

⁷⁶ DE LA FUENTE, R. (1996), *Psicología médica*. México, Fondo de Cultura Económica. p. 44-45

están de acuerdo en que tres factores contribuyen a su formación: la herencia, la cultura y la experiencia individual.

Mientras que un rasgo es un elemento característico de personalidad relativamente estable. El individuo se enfrenta a conflictos emocionales y amenazas de origen interno o externo inventando sus propias explicaciones, tranquilizadoras, pero incorrectas para encubrir verdaderas motivaciones que rigen sus pensamientos, acciones o sentimientos.

Un rasgo es "Una estructura neuropsíquica que inicia y guía los comportamientos que logran un propósito común, generalmente activada por una gama de estímulos que tienen en común alguna característica esencial. Los rasgos son responsables de la congruencia en el comportamiento".⁷⁷

Algunos rasgos son bastantes complejos, debido que abarcan una gran variedad de comportamientos, los cuales son activados por muchos estímulos diferentes.

"Hay rasgos de la personalidad que son saludables; contribuyen a dar a quien los tiene un sentido de armonía interior y le permiten relacionarse con los demás en forma flexible y satisfactoria. En cambio, hay otros que son exagerados, rígidos y fuente de sufrimiento para el propio sujeto quien los tiene y se les ve como patológicos... lo que permite identificar un rasgo de la personalidad como patológico es su compulsividad, es decir, su puesta en juego en forma inflexible en circunstancias que resulta inefectivo o inapropiado. Estos rasgos compulsivos son causa de conflictos intrapersonales e interpersonales".⁷⁸

⁷⁷ DICAPRIO, N. S. Op. Cit. P. 12 p. 319

⁷⁸ DE LA FUENTE, R. Op. Cit. P. 98 p. 76

La personalidad es la forma externa de comportarse un ser humano en sus relaciones y en la manifestación de sus tendencias. Hay diferentes tipos de personalidad, unos son diligentes y laboriosos, otros indolentes, unos afectuosos, otros fríos, hay quienes prefieren la actividad artística o la deportiva, otros la intelectual o la investigación, etc. Ciertos rasgos de personalidad están naturalmente impresos en cada cual; pero con mayor o menor fuerza. A veces son inclinaciones vencibles, mientras que otras veces se trata de tendencias muy firmes, que arrastran. Entendemos por personalidad la integración de todos los rasgos de carácter de un individuo que determina su manera de comportarse.

"Todas las teorías de la personalidad son intentos de dar una explicación sistemática y ordenada de lo que se llama estructura de la personalidad. Las teorías son muchas, debido a que la personalidad es algo extraordinariamente complejo, y sus determinantes muy numerosas... Cada teoría intenta explicar qué es la personalidad desde una perspectiva particular, resaltando ciertos factores y subestimando otros. Por eso, la mayoría de las teorías son parciales y no engloban una visión general de la personalidad".⁷⁹

Por lo que para los fines prácticos de esta investigación se considerarán algunos puntos introducidos por Jung, Enseyck y Rogers, por mencionar algunos; los dos primeros son representantes de los rasgos de introversión y extroversión; mientras que él último introdujo el término de empatía al diccionario de psicología, la cual es una de las técnicas que requieren más entrenamiento y de las más importantes, dentro de las corrientes humanistas, siendo sin embargo un rasgo que adquirimos de manera hereditaria, pero que el terapeuta ha aprendido a desarrollarla y utilizarla en favor del paciente.

⁷⁹ ENCICLOPEDIA Ob. Cit. P. 54 p 126

4.1 INTROVERTIDO-EXTRAVERTIDO

Es importante revisar estos rasgos (introversión y extraversión), ya que de ellos depende en gran parte que una pareja presente o no un embarazo empático, por que si una pareja cuenta con rasgos complementarios o iguales influirá en gran medida su forma de enfrentar las diferentes situaciones, lo que se explicará más adelante.

Existen dos representantes a considerar, como los más importantes y las investigaciones de sus discípulos, las cuales han contribuido enormemente en la investigación de estos rasgos. Como se mencionó, uno de ellos fue "C. G. Jung que desarrollo su teoría basándose en las características psicológicas. Señaló que las relaciones de la persona con el mundo externo pueden polarizarse en dos direcciones extremas; desde el yo hacia las otras personas, y desde los otros en dirección al yo. En el primer caso, al individuo se le denomina extravertido y, en el segundo caso, introvertido".⁸⁰

Los introvertidos son reservados, prudentes e insociables, prefieren su mundo interno de pensamientos, sentimientos, fantasías, sueños, de naturaleza reflexiva, lenta y cerrado, que evitan el contacto con los otros y se pone fácilmente a la defensiva, tendencias que aumentan considerablemente durante los encuentros que los inquietan.

La introversión es cuando "el foco de atención está en las experiencias subjetivas, preocupación con el yo en lugar de los acontecimientos externos, una orientación natural hacia la vida para mucha gente".⁸¹

⁸⁰ Idem. P. 54 p. 127

⁸¹ DICAPRIO, N. S. Ob. Cit P. 12 p. 124

Los extravertidos al contrario son: comunicativos, impulsivos, prefieren el mundo externo, las actividades, las personas, de naturaleza conciliadora, aparentemente abierta y disponible, que se adapta fácilmente a cualquier situación, se relaciona sin problemas y se aventura sin dificultades y con confianza a situaciones desconocidas, son amigables y buscan activamente la compañía de los demás especialmente en los momentos de tensión.

La extraversión ocurre cuando: "Un foco externo de atención y energía; orientación social e interés con causar una impresión".⁸²

El acercamiento de Jung tuvo como objetivo reconciliar los estados diversos de la personalidad, que él observó divididos no solamente en contrarios de introversión y extraversión, sino también en las subvariedades pensamiento, intuición, sensación y percepción, de las cuales afirma son funciones psicológicas que capacitan al individuo para enfrentarse a su ambiente. Donde estas seis al combinarse dan diferentes estilos de características al individuo, tal y como lo muestra el siguiente cuadro.⁸³

	EXTRAVERSIÓN	INTROVERSIÓN
	Toda la energía va hacia el objeto.	Lo propio es lo más importante. Los demás sobran.
SENSACIÓN	Lo subjetivo se reprime y lo abstracto no.	Sólo percibe lo subjetivo, sus sensaciones como únicas.
SENTIMIENTO	Reprimen los sentimientos negativos. Son muy sociables.	Inaccesibles. Valora las cosas por sus sentimientos particulares.
INTUICIÓN	Reacciones rápidas. Conoce su entorno realistamente.	Totalmente hacia adentro. Soñadores e imaginativos

⁸² Idem. P. 13 p. 125

⁸³ Health Association of Australia. Internet www.lightning.prohosting.com

PENSAMIENTO	Muy empíricos. Toman las ideas del resto.	Orientado a lo concreto, pero decide abstractamente.
-------------	---	--

Más tarde, dos eminentes psicólogos Cattell y Eysenck investigaron y desarrollaron ampliamente el enfoque de Jung; además, ambos elaboraron escalas para medir las dimensiones de la introversión-extraversión. Por ejemplo, con las mediciones de Eysenck se descubrían diferencias individuales en términos de qué tanto necesitamos a los demás como una fuente de recompensa, o incluso para moldear nuestra conducta. La personalidad es enigmática y compleja y casi todos somos una combinación "extro-intro", "interno-externo", dependiendo de cómo nos sentimos, con quién estamos y en dónde.

Eysenck parte de un modelo factorial de la personalidad, basado en un modelo neoconductista que combina los principios del aprendizaje y los factores biológicos y que tiene tres ejes dimensionales: introversión-extraversión, neuroticismo-estabilidad y psicoticismo-normalidad.

El neuroticismo o vulnerabilidad a la neurosis, implica una baja tolerancia para el estrés tanto de carácter físico (p.e. el dolor) como psicológico (p.e. la frustración). En el modelo de Eysenck, el grado de neuroticismo está relacionado con el grado de activación o "arousal" subcortical, con la región límbica-formación reticular sobretodo, del cerebro. El neuroticismo hace mención a la dimensión de estabilidad/inestabilidad emocional de la persona.

La extraversión/introversión se relaciona con la tendencia de las personas hacia distintos tipos de actividades e intereses. Las personas extravertidas se caracterizan por la sociabilidad, la necesidad de excitación y cambio, actuar en el momento, y son por lo general impulsivas. Suelen

además ser optimistas y amantes del buen humor. También suelen ser agresivos, en el sentido de tener poca tolerancia a las frustraciones y el poco control de sus sentimientos.

Las personas introvertidas prefieren las actividades a solas que con la gente, como las actividades intelectuales o los libros. Tienden a planear las cosas y desconfían de los impulsos. Se toman seriamente sus actividades, les gusta llevar una vida ordenada y sus sentimientos suelen estar bajo su control. Raramente son agresivas y no suelen perder el control fácilmente. Suelen ser personas fiables, algo pesimistas y que conceden gran valor a las normas éticas.

La extraversión estaría relacionada con una menor activación cortical del cerebro, lo que explicaría para Eysenck la variabilidad de actividades y la búsqueda de excitación de estos sujetos. Por contra, los introvertidos tienen una mayor activación cortical que explicaría la mayor perseverancia de su conducta y el alejamiento de las actividades de mayor excitación.

El psicoticismo engloba la tendencia a la conducta anormal del sujeto. Implica tanto un componente de vulnerabilidad a la psicosis y la conducta psicopática (antisocial). Su base biológica se relaciona con una heredabilidad poligenética.

Eysenck nos dice que la extraversión-introversión es una cuestión de equilibrio entre "inhibición" y "excitación" en el propio cerebro. La excitación es el despertar del cerebro en sí mismo; ponerse alerta, en estado de aprendizaje. La inhibición es el cerebro "durmiente", calmado, tanto en el sentido usual de relajarse como en el de irse a dormir o en el sentido de protegerse a sí mismo en el caso de una estimulación excesiva. Hay personas que sencillamente se desmayan ante un estímulo demasiado poderoso.

Alguien que es extravertido, decía Eysenck, tiene una buena y fuerte inhibición: cuando se le enfrenta a una estimulación traumática (como un choque en un automóvil), el cerebro del extravertido se inhibe, lo que significa que se vuelve "insensible", podríamos decir, al trauma y por tanto recordará muy poco de lo que ha ocurrido. Después del accidente de coche, el extravertido podría decir que es como si hubiese "borrado" la escena y le pediría a otros que le recordasen la escena. Dado que no sienten el impacto mental completo del accidente, podrían estar conduciendo perfectamente al día siguiente.

Por otro lado, el introvertido tiene una pobre o débil inhibición: cuando hay un trauma, como el accidente de coche, su cerebro no le protege lo suficientemente rápido; no se "apaga" en ningún momento. Más bien están muy alertas y aprenden bastante, de manera que pueden recordar todo lo que ha pasado. Incluso dirían que han visto el accidente en "icámara lenta!" Es muy poco dado a querer conducir después del accidente e incluso podría llegar a dejar de hacerlo para siempre.

"H. J. Eysenck también ha usado técnicas de análisis factorial para su estudio de la personalidad. Considera que la estructura de la personalidad es de naturaleza jerárquica, y ha postulado cuatro niveles de organización.

En el nivel inferior se encuentran las respuestas que ocurren en una única ocasión, que no llegan a ser sistemáticas y que esencialmente son producidas por factores azarosos que sólo están presentes en esa oportunidad. En el siguiente nivel, las respuestas habituales se caracterizan por una significativa confiabilidad (es decir, si se presentan circunstancias semejantes, muy probablemente se repitan). Un tercer nivel se refiere a los rasgos que están compuestos por respuestas

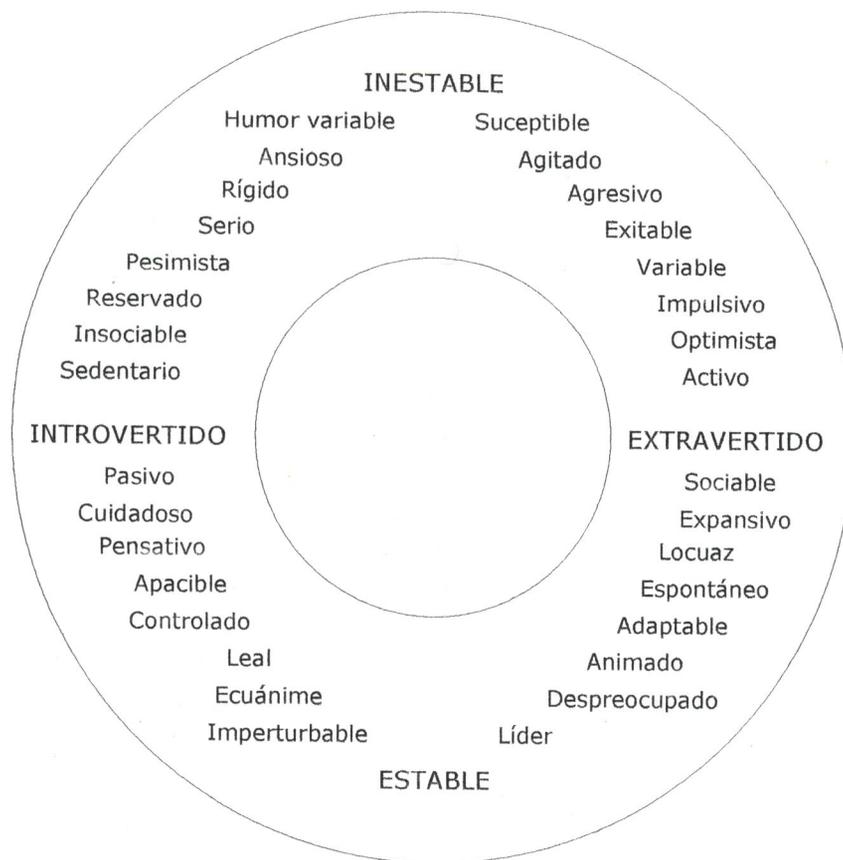
habituales que se correlacionan entre sí hasta formar un grupo que define el rasgo (por ejemplo, de persistencia).

En el nivel más alto, se perfila el tipo, que está compuesto por un grupo de rasgos que se intercorrelacionan específicamente. Eysenck establece una división de la personalidad humana en introvertida y extravertida, neurótica y psicótica".⁸⁴

Para Eysenck el extravertido típico es sociable, gusta de las reuniones, muchos amigos, charlar, bromear y no le gustan las actividades que implican estar solo, busca las emociones fuertes, planea en base a sus impulsos y el momento en que este viviendo; generalmente es impulsivo. Su capacidad de respuesta es rápida y cambiante, en opiniones e ideas, así como en sentimientos, no le gusta preocuparse por la cosas, poco exigente y optimista. Prefiere la acción y el movimiento continuo. Tiende a ser agresivo y de sangre fría.⁸⁵

⁸⁴ ENCICLOPEDIA Ob. Cit. P. 54 p. 129-132

⁸⁵ Ibidem. p 133



86

Por otro lado el introvertido típico es un individuo tranquilo, retraído, le gustan más los objetos que las personas; se desenvuelve reservadamente y distante, exceptuando a sus íntimos amigos. Le gusta ser previsor, pensar antes de comprometerse y desconfía de los movimientos rápidos o impulsivos. No le gustan las sensaciones fuertes, prefiere las cosas cotidianas y la vida ordenada, controla sus sentimientos, no se enoja fácilmente y tiende al pesimismo y constante en sus opiniones e ideas.

"Muchas de las diferencias en la conducta de introvertidos y extravertidos se deben a distintos patrones de auto-regulación (es

⁸⁶ ENCICLOPEDIA, Ob. Cit. P. 54 p. 232

decir, la capacidad para controlar el arousal y la estimulación externa de manera activa). Un ejemplo de las distintas manera que tienen los introvertidos y los extrvertidos de auto-regularse quedaría ilustrado por el hecho de que los introvertidos evitan las situaciones competitivas de manera más activa que los extrvertidos".⁸⁷

"Los introvertidos evitan las situaciones competitivas por que esperan que las situaciones competitivas, provocadoras de ansiedad y potencialmente castigadoras y por lo tanto altamente estimulantes".⁸⁸

"Los extrvertidos también anticipan que las situaciones competitivas serán activantes, provocadoras de ansiedad y potencialmente castigadoras pero semejante oportunidad de conseguir estimulación externa les atrae (en vez de repeler). Por lo tanto, los introvertidos ven las características de la competitividad como un estímulo negativo mientras que los extrvertidos ven las mismas características como un estímulo positivo".⁸⁹

Retomando el tema uno, sobre los motivos que unen a la pareja unos discípulos de Eysenck (Atkinson, Heyns y Veroff), realizaron estudios acerca del motivo de afiliación (nAf), el cual no es lo mismo que la extraversión, la simpatía, la popularidad o la sociabilidad, por el contrario el nAf esta asociada al miedo al rechazo interpersonal.

"Las personas con alta nAf necesitan interactuar con otras personas y se muestran típicamente ansiosas por esas relaciones. También temen la desaprobación de los demás y en lo que sería un intento por saber la opinión que se tiene de ellos se afanan en buscar

⁸⁷ GRAZIANO, FELDESMAN y RAHE, (1985) *Journal of Personality and Social Psychology*. p. 49

⁸⁸ WOLFE y KASMER (1988) *Journal of Personality and Social Psychology*. p. 54

⁸⁹ REEVE, J. (1995) *Motivación y emoción*. España, Mc Graw Hill. P. 246

seguridad en el resto de la gente, lo que por desgracia es un patrón de conducta que suele hacerles menos populares.

La necesidad de afiliación se expresaría mejor como una necesidad de ser aceptado socialmente y de tener seguridad en las relaciones interpersonales".⁹⁰

Lo que significa que aun cuando los extravertidos demuestran seguridad y un fácil desenvolvimiento en realidad no es así sino lo demuestran por su necesidad de afiliación y el temor a la desaprobación, por lo que las parejas buscan la afiliación por el mismo temor, acorde con esta investigación.

Aunque probablemente de todas las investigaciones que se han realizado sobre este vasto tema, sobresalen las que se encuentran en el libro aplicación del MMPI a la psicopatología, ya que es la que se aplica más al concepto social que se tiene de la introversión y la extraversión, de las cuales nos dice: que en las puntuaciones referentes a la introversión "se encuentran personas apáticas, conscientes de sí mismas, tímidas, inseguras, modestas, con falta de originalidad en la resolución de problemas, incapaces de tomar decisiones, lentas, rígidas, inflexibles en sus pensamientos y acciones, extremadamente controladas e inhibidas y falta de confianza en sus propias habilidades... carecen de presencia o comportamiento social, ya que se muestran inadecuados e incómodos cuando se encuentran en una situación de este tipo. Sin duda, debido a esta conducta, su actitud es fría y distanciada; sin embargo se sienten bien cuando están aisladas, y, de esta manera, se les puede observar libres de pretensiones, conscientes y adecuadas en sus responsabilidades".⁹¹

⁹⁰ Idem. P. 108 p. 279

⁹¹ NUÑEZ, R. (1998). *Aplicación del MMPI a la psicopatología*. México, El Manual Moderno p. 76

Mientras que las personas extravertidas son versátiles y sociales. "La mujer es entusiasta, conversadora, segura de si misma y atrevida. El varón es colorido, expresivo, efervescente, exhibicionista. En relación con; los demás son competitivos, tienen gran iniciativa, son activos, oportunistas y manipuladores. También se presentan engañosos, orales, pierden control de sus impulsos y son agresivos y hostiles en sus relaciones interpersonales. Ponen énfasis en el éxito y el esfuerzo productivo como medios para lograr reconocimiento, condición social y poder. Son personas activas, ambiciosas e inmaduras. Se vuelven amenazadores, no toleran la frustración y fácilmente despiertan hostilidad y resentimiento con quienes se relacionan".⁹²

Principales características de los rasgos de la pareja; así como las diferencias que existen entre ellos.

	INTROVERSIÓN	EXTRAVERSIÓN
ACTITUDES ANTE LA VIDA.	* Se orienta por factores subjetivos.	* Se orienta por factores objetivos.
	* Sensible al juicio.	* Directo sin juicios.
	* Celoso de su energía.	* Prolífico de energía.
	* Pocos contactos.	* Muchos contactos.
	* Embotella emociones.	* Riega emociones.
	* Reservado, callado difícil de conocer.	* Amigable, platicador, fácil de conocer.
	* Privacidad.	* Expresa emociones.
	* Le molestan las interrupciones.	* Necesita de amigos y relaciones.
	* Da profundidad para vivir.	* Da anchura y libertad para vivir.

⁹² Idem. P. 109.

* Difícilmente hace más de una cosa	* Atiende más de una cosa a la vez.
* El extravertido le parece superficial.	* El introvertido le parece aburrido.
* Es egocentrico pero hacia adentro.	* Es egocentrico, pero hacia fuera.
* La 1ª mitad de su vida sufre.	* La 2ª mitad de su vida sufre.

Tipos Psicológicos en la Relación de Pareja

	INTROVERTIDO	EXTRAVERTIDO
QUEJAS	* Quisiera que me entendieras.	* No soy adivino (a) para saber lo que pasa.
	* Quisiera pasar un solo aniversario solos.	* Si claro no te gustan mis reuniones.
	* Que tienes que decirle a los demás nuestros problemas.	* Me gusta contar lo que siento o pienso.
CARACTERÍSTICAS DE COTIDIANIDAD.	* Sencillez.	* Variedad.
	* Tranquilo y metódico.	* Rapidez.
	* No le gusta ser interrumpido.	* Acepta interrupciones fácilmente.
	* No le gusta lidiar con mucha gente a la vez.	* Puede ver a mucha gente a la vez.
	* Le gusta trabajar solo.	* No le gusta trabajar solo.
	* No le gusta hablar de si y lo evita.	* Expresa lo que siente y piensa.

Existen parejas de cónyuges que comparten rasgos iguales (introvertido-introvertido o extravertido-extravertido) y otros que son complementarios (introvertido-extravertido), aspecto que no tiene nada que ver con su forma de relacionarse e interactuar entre si siempre y cuando lleven una relación acorde a sus intereses, ya que cada tipo de pareja tiene sus propias características, aunque claro que este definirá su relación en todos los aspectos de su vida, por ejemplo: La pareja que funciona como igualitaria "busca una relación basada en la igualdad de ambos esposos, la desee o no su compañero. Espera que los dos tendrán los mismos derechos, privilegios y obligaciones, sin ninguna cláusula de doble norma, cubierta o encubierta. Espera que el y su compañero serán personas completas por derecho propio, bastante autónomas en sus trabajos y amistades, pero sensibles a las necesidades del compañero y emocionalmente independientes con relación a él".⁹⁴

Mientras que "En cierto modo, es más fácil encontrar a alguien cuyas necesidades neuróticas ensamblan con las nuestras, que liberarse de la conducta neurótica y la percepciones equivocadas. El hecho de que la pareja pueda complementarse mutua y positivamente en algunas áreas resulta más gratificante todavía y evita la dependencia y angustia".⁹⁵

4.2 SOMÁTICO

Debido a que en algunos casos se ha confundido el Embarazo Empático con la Somatización es importante hablar de los trastornos de somatización y

⁹⁴ SAGER, C. Ob. Cit. P. 14 p. 119

⁹⁵ Ibidem. p. 186

a partir de esto realizar un diagnóstico diferencial entre dichas alteraciones, con el objetivo de informar para prevenir su futura confusión.

"Hoy se ha evidenciado que la sintomatología somática puede ser la manifestación primordial o incluso única de un trastorno originariamente psíquico. Por ejemplo, muchos pacientes afectos de depresión endógena van en busca del médico a causa de cefaleas u otros síntomas que padecen físicamente condicionados. Igualmente cierto es que muchas enfermedades orgánicas son poderosamente influidas por factores psicológicos. Así, una tirotoxicosis puede desarrollarse en respuesta a un choque emocional; los síntomas de la úlcera péptica, de la colitis ulcerosa y la migraña se incrementan a veces en gran medida por un estado de ansiedad; existe asimismo cierta correlación entre la tensión emocional crónica y la presión arterial elevada. Todavía no queda del todo claro cómo estos factores psicológicos producen sus efectos orgánicos; pero es evidente que muchos de ellos son considerablemente más frecuentes en sujetos con ciertos tipos de constitución física y psíquica"⁹⁶

La mayoría de los individuos tenemos un poco de todos los rasgos, solo que dependiendo a la experiencia de vida que tengamos aprendimos a utilizar más unos que otros (intro- extra), según nos conviniera, lo mismo pasa con los rasgos somáticos, algunas personas los utilizan como una forma de vida, mientras que otros simplemente nunca lo hacen.

"Todo el mundo tiene aspectos psicossomáticos de su vida emocional. Es imposible separar la mente del cuerpo. Las reacciones emocionales, tales como ira, culpa, miedo y afecto tienen componentes fisiológicos transmitidos a través del sistema neuroendocrino... El

⁹⁶ WALTON, J. N. (1975). *Neurología básica*. España, Salvat. p. 152.

paciente psicossomático no es una entidad clínica única, ya que tanto sus síntomas como su psicodinámica son sumamente variados".⁹⁷

La somatización es el proceso por el cual se transforman o convierten problemas emotivos en síntomas somáticos. La enfermedad consiste en que el paciente se siente enfermo e insiste en ello aunque el médico diga que no, y de hecho, no está equivocado, sólo que su enfermedad es emocional.

La somatización se define como una "preocupación excesiva por la salud". El enfermo cree padecer una enfermedad física y por más pruebas médicas que le descarten su convicción, sigue con su creencia. También podemos clasificar como somático a aquel que teme tener una enfermedad, con lo cual continuamente está escuchando su cuerpo a la espera de sufrirla.

Es un cuadro clínico caracterizado por el temor a padecer o creer que se tiene una enfermedad que podría ocasionarnos graves consecuencias, basándose fundamentalmente en una interpretación distorsionada de los síntomas físicos que nos afectan. El eje de la vida de estas personas comienza a ser la preocupación por su cuerpo, y tienden a cuidarse en forma excesiva con el fin de prevenir el agravamiento de sus síntomas.

Están tan convencidos de su dolencia que a pesar de todas las explicaciones médicas recibidas para convencerles de que no hay evidencia de mal, seguirán buscando "su enfermedad". El proceso a través del cual parece desarrollarse el trastorno somático tiene su origen en experiencias previas que tienen que ver con enfermedades ya sea del propio sujeto o de algún familiar cercano. A partir de esta experiencia se forman una serie de creencias irracionales acerca de la salud en general.

⁹⁷ MACKINSON (1994), *Psiquiatría aplicada*. México, Interamericana. p.335

Como el criterio que rige al sujeto somático es disfuncional atenderá a aquellas señales que confirmen en su creencia la idea de enfermedad ignorando todas aquellas explicaciones racionales que irían a la negación de la enfermedad. La cadena de elementos precipitará una emoción negativa: la ansiedad por la propia salud que se manifestará en todos los niveles haciendo al sujeto hipervigilante de su propio cuerpo.

Lo llamativo es que refieran sus síntomas detalladamente, pero sin que pueda identificarse algún trastorno que los justifique, presentan distensión y molestias abdominales, calambres musculares, transpiración y aumento de la frecuencia cardíaca como si el corazón les saltara en el pecho. Estas personas refieren sus síntomas detalladamente en cuanto al lugar, intensidad y el momento de aparición, pero sin que pueda identificarse algún trastorno que los justifique cuando son examinados.

La interpretación catastrófica de los signos corporales más ínfimos por parte del individuo, es el mecanismo que desencadena la somatización. Se sabe que este trastorno afecta a menudo a ambientes familiares, es decir, que muchos miembros de una familia tienden a estar afectados. Hay familias que son especialmente sensibles y están muy inclinadas hacia la interpretación de los signos de enfermedad en todos los ámbitos de la vida. De esta forma, los miembros de la misma familia aprenden a interpretar negativamente cualquier signo corporal y lo asocian con angustia, miedo o ansiedad.

Lo más difícil en el momento de tratar a estos pacientes "sanos" es que ellos necesitan sus enfermedades, pues éstas son síntomas de otros problemas que simplemente se niegan a enfrentar. Puede ser una especie de defensa o puede funcionar como una manera de llamar la atención, pero independientemente, las enfermedades imaginadas son clave para saber que la persona no está tranquila en el nivel emocional.

El cuadro que presenten estos pacientes va a estar determinado por la parte del cuerpo con la cual se exprese el síntoma, destacándose:

- **A nivel de aparato digestivo:** úlcera péptica, colitis ulcerosa, gastritis, constipación, hemorroides y alteraciones a nivel de la vesícula. La elección de este sistema se centra en la relación alimentaria entre la madre y el hijo.
- **A nivel respiratorio:** asma bronquial, bronquitis, rinitis alérgica y sinusitis. Aquí la relación reside en el hecho de que la depresión produce suspiros, la sorpresa corta la respiración, la angustia ahoga y la emoción sofoca.
- **A nivel cardiovascular:** hipertensión arterial, infarto del miocardio y hemorragias cerebrales. Estas personas son muy trabajadoras, compulsivas, siempre faltos de tiempo.
- **Aparato genitourinario:** vaginismo, trastornos menstruales, enuresis, disfunciones sexuales, etc.
- **Sistema endocrino:** bocio, diabetes, hipertiroidismo y obesidad.
- **En la piel:** eczema, alopecia, picazón, urticaria, psoriasis, etc.
- **Aparato locomotor:** dolores lumbares, defectos en la postura, artritis reumatoidea. En éste último, se ha visto la presencia de una madre restrictiva que limitaba los movimientos del hijo.

“La característica común de los trastornos somátomorfos es la presencia de síntomas físicos que sugieren una enfermedad médica (de ahí el término somátomorfo) y que no pueden explicarse

completamente por la presencia de una enfermedad por los efectos directos de una sustancia o por otro trastorno mental (p. Eje., trastorno de angustia). Los síntomas deben producir malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral, o de otras áreas importantes de la actividad del individuo. A diferencia de lo que ocurre en los trastornos facticios y en la simulación, los síntomas físicos no son intencionados (p. Ej., bajo control voluntario). Los trastornos somátomorfos se diferencian de los factores psicológicos que afectan el estado físico por la ausencia de una enfermedad médica diagnósticable que pueda explicar por completo todos los síntomas físicos".⁹⁸

Diversos médicos reportan encontrar pacientes con esta sintomatología, la cual en la mayoría de los casos podría relacionarse el conocimiento de la misma con algún familiar, un amigo o enfermedades que sufrieron cuando eran niños, o fueron víctima de abusos físicos, los cuales les atemorizaron, llevándolos a buscar este tipo de conductas autoprotectoras, por lo que ahora se concentran en mantener su integridad física y recibir ayuda médica.

"El temor de pérdida de relaciones dependientes constituye a menudo un factor importante. Un resentimiento crónico, por necesidades de dependencia no satisfechas y frustradas, no puede expresarse abiertamente por los interesados sin exponerse al riesgo de una pérdida mayor de atención dependiente; por consiguiente, dichas personas reprimen respuestas de enojo y resentimiento, que son descargadas fisiológicamente".⁹⁹

Actualmente se utiliza la denominación de "psicosomático" para poder expresar la relación existente entre el cuerpo y la psique. Algunos autores han señalado que estos pacientes poseen una personalidad infantil, ya que

⁹⁸ DSM-IV (1997). España. Masson p. 457

⁹⁹ MACKINSON. Ob. Cit. P. 114 p 336

reaccionan ante un conflicto directamente con su cuerpo sin que medie su pensamiento. Es decir, no pueden elaborar psíquicamente un conflicto sin poder lograr una descarga psíquica por lo que la realizan con una descarga física. Por ejemplo, presentan palpitaciones en vez de miedo, acidez en lugar de rabia o aumento del apetito en lugar de angustia. Sus órganos expresan lo que ellos son incapaces de expresar o sentir. Son personas que logran adaptarse al mundo que los rodea en forma estereotipada y muy rígida, escindiendo su mundo interno de los afectos, con pérdida de la espontaneidad y de la capacidad para fantasear y gozar.

Lo que pudiera relacionarse con el estado regresivo en el cual se encuentran los padres durante el embarazo, aspecto importante para que cuando nazca el niño puedan tener la flexibilidad de empátizar con el niño y continuar con su vida de adultos, sin mayores problemas.

A continuación se enlista una serie de trastornos que fácilmente podrían confundirse con el Embarazo Empático, con el objetivo de establecer un pertinente diagnóstico diferencial:

- **Trastorno de somatización.**

La principal característica de este trastorno es un patrón de múltiples síntomas somáticos, los cuales no pueden explicarse por alguna enfermedad conocida o alguna sustancia, recurrentes y significativos. Siendo significativos si requieren medicamento. Además pueden presentar comportamiento antisocial, impulsivo, amenazante, intentos de suicidio, conflictos familiares o matrimoniales.

“Existen tres características que sugieren más un trastorno de somatización que una enfermedad médica: 1) afectación de múltiples órganos; 2) inicio a temprana edad y curso crónico, sin signos físicos ni

anomalías estructurales, y 3) ausencia, en las pruebas de laboratorio, de las anormalidades características de las enfermedades médicas".¹⁰⁰

"Los criterios para el diagnóstico son:

- A. Historia de múltiples síntomas físicos, que empieza antes de los 30 años, persiste durante varios años y obliga a la búsqueda de atención médica o provoca un deterioro significativo social, laboral, o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.
- B. Deben cumplirse todos los criterios que se exponen a continuación, y cada síntoma puede aparecer en cualquier momento de la alteración:
- (1) cuatro síntomas dolorosos: historia de dolor relacionada con al menos cuatro zonas del cuerpo o cuatro funciones (p. ej., cabeza, abdomen, dorso, articulaciones, extremidades, tórax, recto; durante la menstruación, el acto sexual, o la micción)
 - (2) dos síntomas gastrointestinales: historia de al menos dos síntomas gastrointestinales distintos al dolor (p. ej., náuseas, distensión abdominal, vómitos [no durante el embarazo], diarrea o intolerancia a diferentes alimentos)
 - (3) un síntoma sexual: historia de al menos un síntoma sexual o reproductor al margen del dolor (p. ej., indiferencia sexual, disfunción eréctil o eyaculatoria, menstruaciones irregulares, pérdidas menstruales excesivas, vómitos durante el embarazo)
 - (4) un síntoma pseudoneurológico: historia de al menos un síntoma o déficit que sugiera un trastorno neurológico no limitado a dolor (síntomas de conversión del tipo de la alteración de la coordinación psicomotora o del equilibrio, parálisis o debilidad muscular localizada, dificultad para deglutir, sensación de nudo en la garganta, afonía, retención urinaria, alucinaciones, pérdida de la sensibilidad táctil y dolorosa, diplopía, ceguera, sordera,

¹⁰⁰ DSMIV Ob. Cit. P.114 p. 460

convulsiones; síntomas disociativos como amnesia; o pérdida de conciencia distinta del desmayo)

C. Cualquiera de las dos características siguientes:

- (1) tras un examen adecuado, ninguno de los síntomas del Criterio B puede explicarse por la presencia de una enfermedad médica conocida o por los efectos directos de una sustancia (p. ej., drogas o fármacos)
- (2) si hay una enfermedad médica, los síntomas físicos o el deterioro social o laboral son excesivos en comparación con lo que cabría esperar por la historia clínica, la exploración física o los hallazgos de laboratorio

D. Los síntomas no se producen intencionadamente y no son simulados (a diferencia de lo que ocurre en el trastorno facticio y en la simulación).

• **Trastorno somátomorfo indiferenciado.**

Este trastorno solo tiene una característica básicamente y es que el curso de los síntomas es impredecible y al principio su diagnóstico tiende a confundir con alguna enfermedad mental o médica.

"Criterios para el diagnóstico:

A. Uno o más síntomas físicos (p. ej., Fatiga, pérdida del apetito, síntomas gastrointestinales o urinarios).

B. Cualquiera de las dos características siguientes:

- (1) tras un examen adecuado, los síntomas no pueden explicarse por la presencia de una enfermedad médica conocida o por los efectos directos de una sustancia (p. ej., droga de abuso o medicación)

(2) si hay una enfermedad médica, los síntomas físicos o el deterioro social o laboral son excesivos en comparación con lo que cabría esperar por la historia clínica, la exploración física o los hallazgos de laboratorio

C. Los síntomas provocan un malestar clínico significativo o un deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.

D. La duración del trastorno es al menos de 6 meses.

E. La alteración no se explica mejor por la presencia de otro trastorno mental (p. ej., otro trastorno somátomorfo, disfunciones sexuales, trastornos del estado de ánimo, trastornos de ansiedad, trastornos del sueño o trastorno psicótico).

F. Los síntomas no se producen intencionadamente ni son simulados (a diferencia de lo que sucede en el trastorno facticio o en la simulación)".¹⁰¹

• **Trastorno de conversión.**

Sus características son: el paciente informa alteraciones que afectan las funciones motoras y/o sensoriales, por lo que se denominan pseudoneurológicos. Los de tipo sensorial pueden ser la de la sensibilidad táctil, dolorosa, ceguera, sordera y alucinaciones, pueden aparecer convulsiones o crisis. Estos síntomas son el resultado de las ideas que tiene el paciente respecto a lo que es la enfermedad y sus manifestaciones.

"Criterios para el diagnóstico:

A. Uno o más síntomas o déficit que afectan las funciones motoras voluntarias o sensoriales y que sugieren una enfermedad neurológica o médica.

¹⁰¹ Idem P. 114 p. 454.

- B. Se considera que los factores psicológicos están asociados al síntoma o al déficit debido a que el inicio o la exacerbación del cuadro vienen precedidos por conflictos u otros desencadenantes.
- C. El síntoma o déficit no está producido intencionadamente y no es simulado (a diferencia de lo que ocurre en el trastorno facticio o en la simulación).
- D. Tras un examen clínico adecuado, el síntoma o déficit no se explica por la presencia de una enfermedad médica, por los efectos directos de una sustancia o por un comportamiento o experiencia culturalmente normales.
- E. El síntoma o déficit provoca malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral, o de otras áreas importantes de la actividad del sujeto, o requieren atención médica.
- F. El síntoma o déficit no se limita a dolor o a disfunción sexual, no aparece exclusivamente en el transcurso de un trastorno de somatización y no se explica mejor por la presencia de otro trastorno mental".¹⁰²

- **Trastorno por dolor.**

Su primordial característica es el dolor, el cual se manifiesta de dos tipos, agudo y crónico, el primero se quita rápido, con una duración menor a los 6 meses y el segundo aunque el paciente lo refiere de mucho tiempo, tarda acudir por ayuda a alguna institución medica, con una duración mayor a los 6 meses.

¹⁰² Idem. P. 114 p. 469-470.

"Criterios para el diagnóstico:

- A. El síntoma principal del cuadro clínico es el dolor localizado en una o más zonas del cuerpo, de suficiente gravedad como para merecer atención médica.
- B. El dolor provoca malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.
- C. Se estima que los factores psicológicos desempeñan un papel importante en el inicio, la gravedad, la exacerbación o la persistencia del dolor.
- D. El síntoma o déficit no es simulado ni producido intencionadamente (a diferencia de lo que ocurre en la simulación y en el trastorno facticio).
- E. El dolor no se explica mejor por la presencia de un trastorno del estado de ánimo, un trastorno de ansiedad o un trastorno psicótico y no cumple los criterios de dispareunia".¹⁰³

Es importante hacer una diferenciación entre la hipocondría y la somatización, ya que es frecuente que se llegue a confundir estos trastornos, tan parecidos, pero diferentes entre si, ya que incluso el embarazo empático pudiera ser diagnosticado como un trastorno hipocondríaco, por un terapeuta o un psiquiatra que inicia en el camino de la terapia.

• Hipocondría.

Bien podemos diferenciarla de la somatización ya que en esta simplemente se tiene el temor a padecer alguna enfermedad, y aunque en algunas ocasiones se dice que se tiene es más el temor de tenerla que la necesidad de decir que se tienen dichos síntomas y si se hace solo es por la

¹⁰³ Idem. P. 114 p. 474.

preocupación por la probabilidad de tenerla. Otra característica es que el paciente hace referencia a funciones corporales, a anormalidades físicas menores o a sensaciones físicas vagas y ambiguas, en ocasiones tienden a dar una historia extensa y detallada de la enfermedad. Las enfermedades graves de la infancia de alguna enfermedad de uno de los familiares se asocia a la aparición de la hipocondría, por lo que este trastorno esta asociado a trastornos de ansiedad y depresivos.

"Criterios para el diagnóstico:

- A. Preocupación y miedo a tener, o la convicción de padecer, una enfermedad grave a partir de la interpretación personal de síntomas somáticos.
- B. La preocupación persiste a pesar de las exploraciones y explicaciones médicas apropiadas.
- C. La creencia expuesta en el criterio A no es de tipo delirante (a diferencia del trastorno delirante de tipo somático) y no se limita a preocupaciones sobre el aspecto físico (a diferencia del trastorno dismórfico corporal).
- D. La preocupación provoca malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.
- E. La duración del trastorno es de al menos 6 meses.
- F. La preocupación no se explica mejor por la presencia de trastorno de ansiedad generalizada, trastorno obsesivo-compulsivo, trastorno de angustia, episodio depresivo mayor, ansiedad por separación u otro trastorno somátomorfo".¹⁰⁴

¹⁰⁴ Idem. P. 114 p. 477-478

Un aspecto importante dentro de estos trastornos es que el paciente tiende a experimentar la enfermedad como un castigo por sus acciones erróneas, mientras que al mismo tiempo reciba atención, cuidados y dependencia castigando al mismo tiempo a sus parientes.

"La enfermedad física inicia fuertes tendencias regresivas en todo individuo. Según la estructura básica del carácter, un paciente podrá someterse a dichas tendencias regresivas y a caer en un estado de desamparo y dependencia, en tanto que el otro negará la enfermedad e insistirá en proseguir sus actividades usuales. Algunos pacientes se sentirán deprimidos como resultado de su incapacidad para proseguir sus ocupaciones habituales".¹⁰⁵

4.3 EMPÁTICO

Uno de los elementos clave que forma parte de la inteligencia emocional, es la empatía, la cual pertenece al dominio interpersonal. La empatía es el rasgo característico de las relaciones interpersonales exitosas. La empatía no es otra cosa que "la habilidad para estar consciente de, reconocer, comprender y apreciar los sentimientos de los demás". Es el ser capaces de "leer" emocionalmente a las personas.

Debemos saber que nuestras relaciones se basan no sólo en contenidos manifiestos verbalmente, sino que existen muchísimos otros mecanismos llenos de significado, que siempre están ahí y de los que no siempre sabemos sacar partido. La postura, el tono o intensidad de voz, la mirada, un gesto e incluso el silencio mismo, todos son portadores de gran información, que siempre está ahí, para ser decodificada y darle la interpretación apropiada. De

¹⁰⁵ MACKINSON. Ob. Cit. P. 114 p.337

hecho, no podemos leer las mentes, pero sí existen muchas sutiles señales, a veces "invisibles" en apariencia, las cuales debemos aprender a "leer".

Un individuo empático puede ser descrito como una persona con habilidad en leer las situaciones mientras tienen lugar, ajustándose a las mismas conforme éstas lo requieran; al saber que una situación no es estática, sacan provecho de la retroalimentación, toda vez que saben que el ignorar las distintas señales que reciben puede ser perjudicial en su relación. Es también alguien que cuenta con una buena capacidad de escucha, diestra en leer "pistas" no verbales; sabe cuando hablar y cuando no, todo lo cual le facilita el camino para influenciar y regular de manera constructiva las emociones de los demás, beneficiando así sus relaciones interpersonales. Pueden ser buenos negociadores, orientados hacia un escenario donde todas las partes salgan ganando.

Por otro lado, las personas débiles en esta habilidad tienen dificultades para "leer" e interpretar correctamente las emociones de los demás, no saben escuchar, y muchas veces son ineficientes leyendo las señales no verbales, razón por la que pueden evidenciar una torpeza social, al aparecer como sujetos fríos e insensibles. Está claro que la insensibilidad a las emociones de los demás socava las relaciones interpersonales. Los individuos que manifiestan incapacidad empática no saben leer su radar social, motivo por el que, algunas veces sin proponérselo, dañan la intimidad emocional de quienes tratan, pues al no validar los sentimientos y emociones del otro, éste se siente molesto, herido o ignorado.

En el grado extremo de la carencia de esta habilidad están, por una parte, los alexitímicos (personas incapaces de expresar los propios sentimientos y de percibir adecuadamente los de terceros) y, por la otra, los elementos antisociales o los psicópatas, quienes guardan poca o ninguna

consideración por los sentimientos ajenos y pueden más bien, en muchos casos, manipularlas en propio beneficio.

Cualquier tipo de relación marital, familiar o de trabajo, puede verse afectada por esta capacidad. De hecho, investigaciones diversas demuestran que es una habilidad esencial en muchas ocupaciones, especialmente en aquéllas que tienen que ver con el trato al público, las ventas, las relaciones públicas, los recursos humanos, la administración, por citar algunas. Lo cierto es que sus aplicaciones pueden ser diversas, en la formación de líderes, en estudios de identificación de necesidades organizacionales y/o del mercado, en consultoría organizacional, en psicoterapia, en medicina, entre otros. En todas éstas es una habilidad crucial para alcanzar la excelencia.

El proceder con empatía no significa estar de acuerdo con el otro. No implica dejar de lado las propias convicciones y asumir como propias la del otro. Es más, se puede estar en completo desacuerdo con alguien, sin por ello dejar de ser empáticos y respetar su posición, aceptando como legítimas sus propias motivaciones.

Para Rogers, la empatía es uno de los elementos esenciales que aporta el profesional asistencial a la relación con el cliente. Es la capacidad de percibir el mundo interior de la otra persona, integrado por significados personales y privados, como si fuera el propio pero sin perder nunca ese "como sí".

Por ejemplo, "percibir como propias la confusión del cliente, su timidez y enojo, su sensación de que lo tratan injustamente, pero sin dejar que se unan a la propia incertidumbre, miedo, rabia o sospecha... Cuando el asesor capta con claridad el mundo del cliente y puede moverse libremente dentro de él, puede comunicarle a ese individuo su comprensión de aquello que él conoce vagamente y volcar en palabras los significados de experiencias de las que él apenas si tiene conciencia.

No debe confundirse empátizar con comprender lo que le pasa, que es mucho más habitual, como cuando se dice "comprendo qué es lo que lo hace actuar así".¹⁰⁶

En este trabajo se considerará empatía como la habilidad social fundamental que permite al individuo anticipar, comprender y experimentar el punto de vista de otras personas. En esta habilidad subyace un número de importantes capacidades de comportamiento incluyendo calidad de interrelación, desarrollo moral, agresividad y altruismo. También incluye una respuesta emocional orientada hacia otra persona de acuerdo con la percepción y valoración del bienestar de ésta y una gama de sentimientos empáticos como simpatía, compasión y ternura.

Es necesario hacer una distinción entre capacidad y tendencia empática. Una capacidad se refiere a la habilidad de un individuo para conectarse en alguna actividad mental, la habilidad de adoptar la perspectiva de los demás o atender a los propios estados internos de uno mismo. Una tendencia, en contraste, se refiere a la probabilidad real de adoptar la perspectiva del otro o atender el estado interno de uno mismo.

Los resultados de diversas investigaciones han revelado que las personas que focalizan su atención en entender los sentimientos de los demás y que se comprometen afectivamente con ellos, experimentan mayor interés empático y ofrecen más ayuda que aquellos que se centran en los procesos de pensamiento. Se encontró que lo más probable es que una persona que experimenta empatía por otra, reacciona en forma altruista sin embargo, no siempre ocurre de esta manera. Una posible razón podría ser que existen factores situacionales como la presencia de observadores, ambigüedad de la situación, etcétera que van a promover o inhibir la conducta altruista. La

¹⁰⁶ ROGERS, STEVENS y otros. (1980), *Persona a persona*. Buenos Aires, Amorrurtu. p. 95

relación más alta entre empatía y altruismo se da cuando existe una relación entre el observador y la persona que necesita ayuda.

“En la terapia centrada en el cliente, la empatía concierne particularmente al esfuerzo continuo del terapeuta por apreciar y comunicar al cliente una comprensión de los sentimientos y significados expresados por este. Barrett-Leonard esquematizaron el proceso señalando que consiste, primero en una postura empática por parte del terapeuta (o persona que responde) y, segundo, en un ciclo de cuatro fases que es repetitivo: 1) la resonancia empática del terapeuta a la expresión del cliente; 2) la expresión de empatía por parte del terapeuta, y 3) la recepción por parte del cliente de la respuesta empática del terapeuta, lo que conduce a 4) la expresión y la resonancia, etc... Lo que subyace y se impone en este ciclo de comunicación es un interés total por parte del terapeuta en apreciar el mundo como es experimentado por el cliente, y el sentimiento posterior de ser comprendido”.¹⁰⁷

Recordemos que la empatía es un término que principalmente es utilizado en psicoterapia y nace con Rogers. El objetivo de la empatía es para dar al paciente la oportunidad de manifestar las emociones y sentirse comprendido.

Fases cruciales de la terapia; en que la empatía es particularmente importante:

- 1) Al comienzo del tratamiento, cuando el paciente tiene que contar su historia. La catarsis emocional puede proporcionar una importante unión entre terapeuta y paciente.

¹⁰⁷ DICAPRIO, N. S. Ob. Cit. P. 12 p 214-215

- 2) En cualquier momento de las sesiones de terapia cuando el paciente repentinamente se siente abrumado por una emoción (tal como miedo, pánico, ira, o desesperación). El terapeuta debería inmediatamente poner todas las técnicas a un lado y ofrecer apoyo emocional. Una vez que el paciente ha expresado esos sentimientos y verse entendido y aceptado, se puede volver a la intervención terapéutica de nuevo.
- 3) En cualquier momento que haya una ruptura de la alianza terapéutica debido a que el paciente se siente disgustado con el terapeuta. Esto puede ser debido a que el paciente se siente herido, airado, desconfiado, no comprendido, juzgado, rechazado o criticado por el terapeuta.

Existen dos niveles de empatía, que se aplican en las diferentes fases de la terapia:

1. **"Empatía exacta a nivel primario:** la cual se presenta exclusivamente en la primer fase, pero cuenta con varios puntos importantes, pero para los fines prácticos solo los siguientes:
 - Empatía adecuada en general: Una persona es adecuadamente empática si puede (1) discriminar, o meterse en la otra persona, mirar al mundo a través de la perspectiva o marco de referencia de otra persona y tener el sentimiento de por qué el mundo del otro es así y (2) comunicar al otro su entendimiento en una forma que muestre al otro que el orientador ha captado tanto sus sentimientos como la conducta y experiencia que yacen bajo estos sentimientos.

- Empatía adecuada a nivel primario: conlleva el comunicar el entendimiento básico inicial de lo que el cliente está sintiendo y las experiencias que yacen bajo estos sentimientos.
- Las metas inmediatas de la empatía: Cuando se une el respeto y la autenticidad, el nivel primario de la empatía adecuada ayuda dramáticamente a establecer armonía con el cliente, alimenta la confianza y la apertura que son cruciales para la etapa I, un tiempo para la construcción de la relación.
- La empatía adecuada avanzada: consigue no solamente que el cliente declare y exprese lo que siente sino también lo que él implica y deja sin declarar o no expresa claramente".¹⁰⁸

2. La empatía precisa avanzada: esta se utiliza a lo largo del proceso posteriormente a la fase uno. Su principal característica es "la comunicación de la empatía precisa avanzada es la forma como el orientador comparte su entendimiento de estas implicaciones con el cliente. Finalmente, sin embargo, el cliente mismo debe ser capaz de decir ahora estoy empezando a ver que estoy haciendo algo mal y que estoy fallando en hacer algo, y quiero remediarlo".¹⁰⁹

La empatía a este nivel es un fuerte tratamiento que toca los puntos más delicados y dolorosos, por lo que el cliente se siente bajo tensión, por lo que es importante la relación establecida entre cliente y orientador, ya que esta ayuda a tolerar la tensión.

Ahora que se ha explicado lo que es la empatía es necesario hacer notar la gran diferencia que existe entre una empatía terapéutica, la cual se ha

¹⁰⁸ EGAN, G. (1975), *El orientador experto*. México, Iberoamericana. p. 74-76

¹⁰⁹ *Ibidem*. p 129

aprendido a desarrollar y depende de muchos y variables aspectos técnicos, que requieren de un aprendizaje profesional; de la que tenemos todos como individuos, formando parte de nuestros rasgos o no de personalidad, que hemos aprendido a lo largo de la vida.

Hay que recordar que el terapeuta ha sido entrenado en la utilización de la empatía como herramienta terapéutica, que lo ayuda a comunicar (aunque solo se utiliza en terapia), la forma en que ve las cosas desde la perspectiva del cliente, por lo que de una forma u otra exterioriza lo que percibe.

Por otro lado sabemos que todo aquello que está en el inconsciente (todo lo que percibimos) busca la manera de salir, de hacerse consciente, por lo que el terapeuta de una manera u otra exterioriza lo que percibe; sin embargo en las relaciones interpersonales esto no ocurre, salvo en algunos casos esporádicos, como pudiera ocurrir en la pareja que enfrenta el embarazo empático, la cual bien pudiera contar con una empatía a nivel preciso avanzado, esta empatía es tan profunda que incluso se perciben los síntomas de la mujer (en el caso del embarazo), pero como esto difícilmente se exterioriza, más que nada por no preocupar a la pareja, el hombre comienza a manifestar, lo que percibe inconscientemente de la futura madre, pero que no se atreve ninguno de los dos a expresar y de una forma u otra busca la única manera de salir y hacerse consciente.

Después de todo una pareja comparte muchas cosas como nivel socioeconómico, y educativo, probablemente, intereses, metas, objetivos, etc. Lo que favorece la presencia de la empatía.

Tal y como pasa con "Un orientador que comparte los antecedentes socioeconómicos, educacionales y otros con el cliente, es probable que comprenda al cliente más completamente que un

orientador que esté absolutamente distante del cliente en estas variables".¹¹⁰

Lo que en las relaciones interpersonales nos da a entender que la pareja ha penetrado en nuestro mundo, que comprende nuestros sentimientos (y síntomas), al reflejar lo que no se atreve a decir la mujer. Lo que significa que es capaz de abandonar su mundo para entrar en "las tonterías" que tienen importancia para el otro. Tal y como lo dijo Rogers, la persona empática no esta con nosotros para coincidir o discernir, sino para comprender sin juicios.

"Cuando uno es empático no trata de modificar los sentimientos... No intenta ver por qué él siente lo que siente; se limita a captar todos los matices de sus sentimientos en aquel preciso instante. De este modo, llega a ver como él a sentir como él".¹¹¹

¹¹⁰ Idem. P. 131 p. 82

¹¹¹ CORKILLE, D. (1997). *El niño feliz, su clave psicológica*. España, Gedisa. p. 87

5. EMBARAZO EMPÁTICO

“Para el papá la experiencia del embarazo resulta diferente que para la mamá. Se emocionará con la noticia, se sentirá orgulloso y feliz, pero no tendrá náuseas ni ansiedad por el bienestar de su propio cuerpo, no tendrá que anticipar nueve largos meses de espera, cuando todo lo que hace estará sujeto a cómo se siente y a los caprichos hormonales que ocasiona el embarazo. Puede estar satisfecho con su papel como futuro padre pero la realidad sigue siendo que él no está embarazado. Aunque algunos futuros padres a veces engordan algunos kilos para hacernos compañía, y aunque suelen tener ansiedades con respecto a tu bienestar y al de su hijo, su mente tiene la libertad de pensar en un montón de otras cosas que nada tiene que ver con el embarazo que a ti te ocupa cada momento”.¹¹²

Pareciera que esto quedó atrás, ya que ahora la nueva tendencia va encaminada hacia el embarazo empático, esto gracias al incremento de la consciencia en la importancia, no solo de la madre; sino también del papá en el proceso de vida del hijo (desde su concepción hasta su vida adulta) como se manejaba en el tema 3 y 4 al hablar de la nueva forma con que se enfrenta la paternidad y el apoyo a la pareja en la crianza de los hijos.

En el tema anterior se ha abordado ampliamente el término de empatía y la forma en que esta ocurre; así que el embarazo empático es aquel en que la pareja de la mujer embarazada o algún familiar cercano experimentan los síntomas del embarazo, mientras que la mujer, casi no manifiesta los malestares del mismo.

¹¹² (2003) *Discovery Couvade*. Internet www.discoveryhealth.com

Muchos futuros padres se preguntan cómo deben actuar ante el embarazo de su pareja. Para intentar comprender el comportamiento de la mujer embarazada, sus cambios de humor, sus nuevos hábitos, los pequeños malestares físicos, lo mejor que puede hacer el padre es involucrarse en todo lo relacionado con el desarrollo de la gestación, participando activamente. De esta manera se evitan los celos que pudieran surgir porque sienta que ha quedado relegado a un segundo plano. Aunque algunos de los padres van más allá y llegan a tener el embarazo empático, lo que para la mujer puede ser un alivio (ya que los síntomas disminuyen según comentan algunas de las madres), para el hombre es algo nuevo, diferente, para algunos agradable mientras para otros espantoso.

Los médicos recomiendan que los padres acompañen a sus mujeres a la consulta. Así, podrán estar presentes en los controles médicos regulares y ver cómo se desarrolla el feto a través de las distintas ecografías. Incluso pueden informarse sobre todo lo relacionado con el embarazo, compartiendo con su pareja la lectura de libros y revistas especializadas.

La asistencia a las clases de preparación al parto es cada vez más frecuente, en otros países, aunque esto todavía no es muy común en nuestro país lo será en el futuro. Allí aprenden cómo ayudar a la mujer a relajarse cuando el parto esté próximo, cómo debe respirar cuando lleguen las contracciones. Si el padre está informado sobre el desarrollo del embarazo y el parto, será capaz de afrontarlo con calma y de ayudar a su pareja.

A medida que avanzan los meses y el feto crece, el padre puede también comenzar a relacionarse con su hijo. Bien a través del tacto, acariciando el vientre de su pareja, bien mediante la voz. Hacia la mitad del embarazo el oído del feto está suficientemente desarrollado como para oír ruidos del exterior de la madre y, entre esos ruidos, la voz del padre es una de las que reconocerá después de nacer.

El padre pasa a lo largo del embarazo de su pareja por distintas etapas emocionales al igual que su pareja. Las oscilaciones en el estado de ánimo no son exclusivas de la mujer. El hombre puede tener en ocasiones sentimientos de preocupación y ansiedad hacia la salud de su pareja. Y los cambios físicos de la mujer provocan en él un sentimiento de ternura que le hace actuar de forma protectora, incluso sueños respecto a la salud de ambos (la madre y su hijo), los cuales suelen ocurrirles a las mujeres embarazadas.

También puede sentir incertidumbre sobre si el bebé nacerá sano, o si será capaz de afrontar correctamente esta nueva responsabilidad de ser padre. Se trata de situaciones pasajeras que se solucionan hablando con la pareja o con otros padres.

Antes (todavía hasta hace un par de años), tan solo existía la creencia popular de que el padre puede experimentar un embarazo empático durante el periodo de gestación de su pareja con síntomas parecidos a los de la mujer como cambios hormonales, fatiga y aumento de peso. Situación que ahora sabemos, es cierta y que en realidad no es algo nuevo, sino que simplemente la humanidad había olvidado, pero ahora gracias a la sensibilización de los pueblos este tipo de características se están retomando de manera inconsciente.

Todavía algunos doctores en nuestra sociedad consideran que los síntomas se presentaban de manera psicósomática (un desorden causado por factores emocionales), pero ahora sabemos que existe un componente biológico, social y psicológico (como veremos más adelante), que podrían influir en su aparición. La forma en que se encuentra en el mundo occidental es mucho más común de lo que la gente piensa. Un 80% de todos los padres embarazados, experimentará el Embarazo Empático en una cierta forma u otra.

"En mis 30 años de experiencia atendiendo partos, nunca deja de asombrarme la diferencia entre los padres que participaron en el alumbramiento y aquellos que no lo hicieron. Los papás que están cuando nacen sus bebés forman parte de la vida de ese niño para siempre.

Me encanta darle el biberón a mi hijo, porque es un momento que me acerca a él señaló el padre de un varón de 6 meses. Pero cambié su pañal una sola vez. Por lo menos lo hice; mi papá dice que jamás me mudó.

Ser padre en parte es tener la responsabilidad de educar y garantizar el crecimiento de cada uno de sus hijos como personas. Es eso, y mucho más, porque el amor que sienten padres e hijos no tiene comparación, y es el regalo más lindo que se pueden entregar. Es una tarea ardua, pero la recompensa es maravillosa. Así opinan los papás, que celebran su día el segundo domingo de junio en muchos países del mundo".¹¹³

En cierta manera el Embarazo Empático está íntimamente relacionado con las palabras de Mahatma Gandhi, "las tres cuartas partes de las miserias y malos entendidos en el mundo terminarían si las personas se pusieran en los zapatos de sus adversarios y entendieran su punto de vista".

Las mujeres embarazadas, pasan los nueve meses de gestación con más o menos problemas y luego sufren el parto. Pero no están solas en este proceso. Ahora se ha sabido que sus compañeros, los padres de las criaturas, también sufren cambios hormonales cuando van a tener un hijo.

¹¹³ DANIELS, S. (2002) *Todo de bebé*. Internet www.tododebebe.com

El embarazo causa en la mujer un aumento en la actividad de varias hormonas. En concreto, se aprecia un comportamiento diferente en la prolactina, el cortisol, así como la principal hormona femenina, el estradiol. También está demostrado científicamente que la actividad de estas hormonas baja tras el nacimiento del bebé.

5.1 FACTORES CULTURALES Y BIOLÓGICOS.

- **Factores culturales.**

Hasta ahora toda la información, relacionada con el embarazo, está dirigida a la futura mamá. Esto es algo cultural que tiene que ver con la concepción de que los hijos y el hogar son exclusivos de las mujeres y que el varón allí no tiene nada que hacer. Pero ya hace varias décadas que estas ideas se han visto profundamente trastocadas y ahora suele haber un cambio en la distribución de funciones dentro de la familia, en la que el padre interviene activamente en la crianza de sus hijos y la mujer despliega su vida mucho más allá de las fronteras del hogar.

Existen varios aspectos que intervienen en este fenómeno, por lo que se considera importante incluir los factores culturales y biológicos, debido a que existen antecedentes históricos que pudieran influir en la aparición del Embarazo Empático; así como el componente biológico con el aumento y disminución de sustancias en el hombre y la mujer.

Es importante considerar el couvade (el cual se definirá y describirá más adelante), dentro de esta investigación, ya que está íntimamente relacionado con el embarazo empático, e incluso podría constituir las bases del mismo.

"Algunas palabras sobre LA COUVADE: proviene del latín (couvade) – estar acostado – se especializó (couver). Empollar, cueva, caverna, lugar donde uno se esconde. Ritual descrito de numerosas maneras. Se repite la actitud del hombre – padre inminente – que al momento del parto se acuesta y dramatiza, exagera los movimientos, gritos de una parturienta. Se reproduce en paralelo la situación de la madre. .. ¿Pero, porqué es interesante este ritual superado? Porque vemos en él una forma institucionalizada, hecha rito, de la participación del varón en el nacimiento de su cría. Dramatización del parto masculino, también se llamó feminización del hombre en trance de ser padre".¹¹⁴

"En algunas culturas, las costumbres del couvade todavía continúan, realizándose y la participación activa del padre llega incluso después del nacimiento. Algunas de estas costumbres reconocen la necesidad del niño por los padres, especialmente cuando están pequeños, quienes necesitan ser cuidados mientras no puedan cuidarse".¹¹⁵

Lo más interesante sobre el couvade son las variadas formas en que esta costumbre ha sido practicada por diversas culturas alrededor del mundo, sin que estas tengan un enlace histórico entre ellas. Lo que pudiera sugerir que existe algo más básico en la humanidad (y universal) como lo es la raíz, el origen, más que cualquier cosa cultural.

Existen dos tipos de couvade. Una es la manifestación traída por los pensamientos del padre, sus acciones, etc., y otra es la asociación con un mito cultural. El couvade fue descrito científicamente hasta el siglo XIX, cuando los antropólogos observaron ciertas costumbres realizadas por los

¹¹⁴ INDA, N. (2003) *La construcción del padre*. Internet www.jarilla.com

¹¹⁵ HALL (2002) *CAPPA*. Internet www.childbirth.org

hombres cuando sus parejas estaban a punto de parir, a partir de entonces este fenómeno fue reportado por diversos viajeros a través de la historia.

En el ritual el hombre interviene acostándose en su cama y hablando al mismo tiempo en que su pareja da a luz, el procede en un alumbramiento mímico, aparentando contracciones y experimentando dolores de alumbramiento al mismo tiempo que la madre. Este ritual ha sido observado en diversas culturas a través del tiempo como los indios americanos del norte y el sur, africanos, hindúes, en Francia, España, China y Nueva Guinea.

Existen muchas variaciones en este ritual, como por ejemplo: en Papua Nueva Guinea, tan pronto como se daban cuenta del embarazo, el hombre debía separarse del resto de la tribu, para construir una choza para él y era llenada con comida y ropa. Él debía entonces permanecer completamente separado de su esposa y abstenerse del contacto social con otros hombres de la villa. En cuanto el alumbramiento empezaba, él debía entrar en la cama y simulaba el dolor del parto hasta que eventualmente la mujer pudiera entrar en la nueva choza y pusiera al bebé en sus manos.

O a los hombres del Norte de España y Sur de Francia los cuales además de simular el parto eran atendidos como la esposa. O los hombres de Bolivia donde tan pronto nacía el niño era deber del hombre cuidar del bebé y la mujer lo depositaba en las manos de su esposo y salía a trabajar, después de que la comida estuviera hecha para la noche, cuando el hombre debía cuidar del niño.

Las verdaderas razones de este ritual se desconocen todavía, por lo que los antropólogos han tenido que conjeturar al respecto.

Suposiciones antropológicas de las razones del couvade:

1. La creencia de que, las acciones del padre protegen a la madre y al bebé de los malos espíritus, atrayéndolos hacia si mismo, si él gritaba fuerte.
2. Este ritual intensifica el lazo entre el padre y el hijo.
3. El simular el nacimiento, asegura una paternidad más asertiva.
4. Algunos creen que el padre tiene un lazo sobrenatural más fuerte que el de la madre; por lo que el ritual es usado para que el padre pueda guiar al niño hacia el mundo.
5. Es una forma de liberar la ansiedad que le genera al hombre el embarazo y el parto.
6. Hace que el padre tenga un rol más profundo en el embarazo, no solo en el acto sexual, sino también en los 9 meses previos al nacimiento.

El couvade, todavía existe en cierta forma, pero como el embarazo empático o "sympathetic pregnancy" como lo llaman en otros países, el cual ha sido reportado durante el siglo XX, en la mayor parte del mundo occidental moderno, donde su práctica ritual ya no existe, es por esto, que ahora es un embarazo empático y no couvade, que es un ritual elaborado y consciente, que tiene una finalidad, aún cuando todavía sea desconocida. Con lo que se denomina al hombre que sufriera síntomas parecidos a los del embarazo, cuando no existen bases físicas significativas.

• Factores biológicos.

Los padres tienen una conexión más profunda, de lo que la mayoría creemos, una conexión con el bebé que aun no nace. Casi todos consideramos que la madre y el bebé son uno y que tienen una unión enorme, por el hecho de estar dentro de ella, no tanto por lo que implica tener un hijo, tal vez los padres no cargan al bebé o lo crían dentro de ellos, o incluso lo sienten moverse, dentro de ellos, pero si existen ciertas sustancias que aumentan o

disminuyen en el hombre y la mujer durante el embarazo que los hace decir que tal o cual bebé es suyo.

La frecuencia del embarazo empático es desconocida, pero antes, algunos investigadores estimaban que afectaba entre el 11% y el 65% de los casos de padres embarazados. Usualmente los síntomas del embarazo del hombre comienzan alrededor del final del primer trimestre y se detienen con el nacimiento del niño. El embarazo empático es un fenómeno universal, reportado en diversos lugares geográficos y siglos.

Pero ¿qué ocasiona el embarazo empático? Por años los investigadores han buscado la respuesta por medio de razonamientos culturales y psicológicos, por ejemplo: en 1991 el Dr. H. Klein de la Universidad de Medicina de Texas revisó algunas de las posibles causas del embarazo empático tales como ansiedad somatizada, pseudo rivalidades entre hermanos, identificación con el feto, ambivalencia de la paternidad o envidia por el embarazo; en 1994 un grupo de investigadores italianos publicaron un artículo donde explicaban el embarazo empático como el equivalente psicosomático de los rituales primitivos de iniciación hacia la paternidad. En los primeros dos estudios de este tipo quedó comprobado que no está en la cabeza, ni en el corazón, sino va más allá hasta lo biológico.¹¹⁶

Las investigadoras canadienses Katherine E. Wynne-Edwards profesora de biología en la Universidad de Queen, y de la Dra. Anne Storey, profesora de psicología en la Universidad Memorial, examinó 34 muestras de saliva y sangre de los padres embarazados para observar los cambios hormonales en diversos momentos durante los embarazos, comenzando típicamente la prueba en la 10ª semana y al terminar un mes después del nacimiento.

¹¹⁶ POLINSKI, M. (2002). *Couvade*. Internet www.mfinley.com

Lo que encontraron las Drs. Wynne-Edwards y Storey fueron cambios significativos en los niveles hormonales de los hombres: prolactina, una hormona femenina implicada en la producción de leche y posiblemente comportamiento maternal y paternal; estradiol, una forma hormonal principal del estrógeno femenino; cortisol, una hormona relacionada con la sensibilidad ante la tensión; y testosterona, una hormona masculina asociada a la agresión.

Específicamente, en su primer estudio encontraron que las concentraciones de la prolactina eran más altas en los hombres en las últimas semanas antes del nacimiento. Así como las concentraciones del cortisol; mientras que la testosterona fue reducida al 33% en las semanas posteriores al nacimiento.

En el segundo estudio, compararon las muestras de padres no embarazados y padres embarazados, los cuales, tenían niveles más bajos del cortisol, pero aumentaba conforme se acercaba el nacimiento y de la testosterona así como niveles superiores de estradiol, que se encuentra generalmente en niveles muy bajos en hombres. Los niveles suprimidos de la testosterona después del nacimiento fueron encontrados otra vez en una mayoría de los hombres, acorde con la información publicada en Midwifery Today por Chanelle Hoyt.

Uniendo los dos estudios sugieren que los "hombres están experimentando los cambios hormonales asociados a paternidad y que esos cambios son similares a los cambios maternos". La Dra. Wynne-Edwards dice que los cambios hormonales hacen que ellos estén posiblemente más dispuestos y mejor preparados para cuidar a sus niños.

"Si las hormonas están cambiando en hombres, entonces puede ser que esperemos ver cambios del comportamiento," Pero ella agrega rápidamente,

las "hormonas no hacen que los seres humanos hagan cualquier cosa. Sino que alteran el umbral para las cosas que sucedan, haciéndolo más fácil o más duro". La doctora Wynne en una entrevista realizada por Polinski. Es decir los factores ambientales y personales obran recíprocamente con los cambios hormonales en una complicada interacción que determina nuevos comportamientos como resultado de la adaptación natural.¹¹⁷

A pesar de que éste es un fenómeno que crece naturalmente día a día, los investigadores encontraron antes de comenzar que esto ocurría aún, en otras culturas y grupos de hombres menos involucrados en la paternidad que los voluntarios canadienses.

"¿No obstante, qué ocasionó el medio para que los hombres experimentarían un embarazo empático? Desafortunadamente, esto todavía no nos dice nada. A este punto, las causas de Couvade siguen siendo especulativas, y la nueva investigación hace alusión simplemente a una posibilidad biológica que no explica del todo este fenómeno, por lo que pudiera unirse a las explicaciones existentes de factores culturales y psicológicos".¹¹⁸

Por otro lado también se ha descubierto que la depresión se produce en el hombre al igual que en la mujer, mientras que en la mujer se llama puerperio, en el hombre no tiene nombre y se desconoce su duración y características. Existen muchos casos en que después de la euforia del primer día, hay un pico de depresión en el varón que podría implicar mucha dificultad en el tema de hacerse cargo del bebé y esto tiene que ver obviamente con el tipo de vínculo de la pareja.

¹¹⁷ Idem. P. 142

¹¹⁸ Ibidem.

En el embarazo empático los síntomas parecieran presentarse de "manera psicosomática un desorden físico causado por factores emocionales. Ésta es la forma en que se encuentra generalmente hoy en el mundo occidental y es mucho más común de lo que la gente piensa, tanto como el 80% de todos los padres expectantes experimentará Couvade en una cierta forma u otra".¹¹⁹

5.2 CRITERIOS DE DIAGNÓSTICO

El término "couvade" es usado por los médicos para nombrar como condición psicosomática de este tipo de embarazos (cuando el hombre presenta los síntomas del embarazo). Aunque llamarlo Embarazo Empático no es un término utilizado por los especialistas, es más apropiado, debido al significado de la palabra empatía, ya que como se puede observar que los rituales de la antigüedad no son llevados acabo, sin embargo, muchos hombres presentan los síntomas, sin saber de su existencia, mientras que el couvade nos habla de una imitación consciente de síntomas del embarazo o el parto, "empático" nos habla de la manifestación de síntomas inconscientes debido al conocimiento excesivo de la otra persona hasta el punto de ser capaces de integrarse en sus experiencias.

Generalmente el embarazo empático comienza en el final del primer trimestre y aumenta de severidad hasta el tercer trimestre (aunque algunos padres lo presentan desde el inicio, incluso antes de saber del embarazo). La única curación sabida parece ser el nacimiento. Aunque la manifestación puede variar mucho, el hombre puede presentar cualquier síntoma, desde el simple ganar peso hasta dolores de espalda durante el embarazo o los espasmos estomacales durante el nacimiento.

¹¹⁹ P. S. (2003) *Sympathetic pregnancy* Internet. www.paternityangel.com

El 80% de los padres llegan a experimentarlo, en una u otra forma, sin embargo solo unos pocos lo presentan de manera severa, al punto de darse cuenta que están experimentando algo diferente, a algunos les agrada y a otros no. Los síntomas son los que presentan las mujeres embarazadas, como: variaciones en el apetito, ganar o perder peso, indigestión, problemas digestivos, insomnio, náuseas, dolores de espalda, dientes o cabeza, comezón en la piel, o incluso cambios drásticos de humor, o dolores estomacales durante el parto.

Es muy fácil confundir el embarazo empático con algunas otras enfermedades como la somatización, o la hipocondría. A continuación establezco los criterios de diagnóstico del Embarazo Empático.

- **Embarazo empático**

La principal característica de este trastorno es un patrón de múltiples síntomas, los cuales no pueden explicarse por alguna enfermedad conocida o alguna sustancia o por un comportamiento o experiencia culturalmente normales (rituales ancestrales).

Criterios de diagnóstico:

- A. Historia de múltiples síntomas físicos, que empieza en el momento del embarazo y termina con el nacimiento del bebé.
- B. Deben presentarse al menos cuatro de los siguientes síntomas, pueden ser leves, moderados o severos:
 - (1) Apetito caprichoso.
 - (2) Aumento o disminución de peso.
 - (3) Náuseas.
 - (4) Insomnio.
 - (5) Indigestión.

- (6) Alteraciones en el sistema digestivo (diarreas y/o estreñimiento).
 - (7) Dolores de dientes.
 - (8) Dolores de cabeza.
 - (9) Cambios drásticos de humor.
 - (10) Dolores de espalda.
 - (11) Comezón en la piel.
 - (12) Alteraciones en el olfato.
 - (13) Rechazo de comida que antes agradaba.
 - (14) Dolores estomacales durante el parto o los últimos meses.
 - (15) Agruras.
- C. Los síntomas provocan un malestar, sin llegar a tener un deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.
- D. La duración de los síntomas es variable, aunque en la mayoría de los casos se intensifican durante el primer y tercer trimestre, pueden durar un trimestre (cualquiera de los tres) o todo el embarazo.
- E. El embarazo empático no se explica mejor por la presencia de un trastorno mental (p. ej., algún trastorno somátomorfo, disfunciones sexuales, trastornos del estado de ánimo, trastornos de ansiedad, trastornos del sueño o trastorno psicótico).
- F. Los síntomas no se producen intencionalmente, ni son simulados (a diferencia de lo que ocurre en otros trastornos).
- G. Presenta cambios hormonales a lo largo del embarazo tales como:
- (1) en el primer trimestre el estradiol y el cortisol presentan niveles bajos o normales

- (2) segundo trimestre; conforme avanza el embarazo las concentraciones de prolactina, cortisol, estradiol y testosterona aumentan.
 - (3) Tercer trimestre y parto la testosterona disminuye drásticamente después del parto un 33%.
- H. Se estima que los factores psicológicos (como la relación de pareja, rasgos de personalidad y una facilidad empática) desempeñan un papel importante en la presencia de este trastorno.



CAPÍTULO II
METODOLOGÍA

© 2004 Pearson Education, Inc. All rights reserved.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA.

1. HIPÓTESIS.

- **Hipótesis alternas.**

Hi1: "El embarazo empático se da en una relación complementaria donde el hombre es introvertido y la mujer extrovertida".

Hi2: "El embarazo empático se da en parejas que presentan una relación funcional".

- **Hipótesis nulas.**

Ho1: "El embarazo empático no se da en una relación complementaria donde el hombre es introvertido y la mujer extrovertida".

Ho2: "El embarazo empático no se da en parejas que presentan una relación funcional".

2. VARIABLES.

V.D. Embarazo empático.

Un embarazo empático es aquel en el cual la pareja de una mujer embarazada o algún familiar cercano experimentan los síntomas del embarazo, mientras que la mujer puede o no presentar los mismos.

V.I.1 Tipo de relación de pareja funcional.

Una relación funcional es aquella, que acorde con el Manual para la Escala de Funcionamiento Familiar obtenga una puntuación bruta global mayor a 132 o en su defecto un porcentaje T mayor al 50%.

V.I.2 Relación complementaria.

Una relación complementaria es aquella formada por un hombre o mujer introvertido, mientras que el otro presenta el rasgo de personalidad opuesto a su compañero.

Una persona introvertida tiende a ser tímido, callado y difícil de conocer, debido a que su foco de atención está en las experiencias subjetivas, preocupación por el yo en lugar de por los acontecimientos externos y una orientación natural hacia la vida para mucha gente.

Mientras que alguien extravertido tiende a estar en contacto con el mundo, abierto y deseoso de participar en lo que lo rodea, por lo que su foco

de atención y energía tiene una orientación social e interés de causar una impresión.

Por lo que relacionando estos puntos un embarazo empático solo se puede dar en una pareja:

RELACIÓN DE LAS VARIABLES	RELACIÓN DE PAREJA Y COMPLEMENTARIEDAD	RESULTADO
RPF y RC = EE	Relación de Pareja Funcional y una Relación Complementaria	Embarazo Empático
RPD y RC = NEE	Relación de Pareja Disfuncional y una Relación Complementaria	No Embarazo Empático
RPF y RNC = NEE	Relación de Pareja Funcional y una Relación No Complementaria	No Embarazo Empático
RPD y RNC = NEE	Relación de Pareja Disfuncional y una Relación No Complementaria	No Embarazo Empático

3. DISEÑO.

Preexperimental.

X	O
---	---

En este tipo de diseños se realiza la aplicación de instrumentos una sola vez a una muestra, no se aplica tratamiento, ni se hace seguimiento del grupo.

4. SUJETOS.

La población estudiada está formada por 14 parejas morelianas, las cuales aceptaron participar en la investigación de manera voluntaria, después del nacimiento del hijo que estaban esperando y en base a una lista de síntomas propias del embarazo en la mujer; dichas parejas cuentan con un nivel socioeconómico medio con tendencias a ser alto, con diversos niveles de educación y ocupaciones así como con uno o varios hijos, por lo que los resultados arrojados solo son aplicables a poblaciones con características similares a esta muestra.

PAREJA	EDAD		OCUPACIÓN		NIVEL SOCIOE.	AÑOS DE UNIÓN	Nº DE HIJOS
	Padres	Madres	Padres	Madres			
1	38	33	Economía	Hogar	Alto	6 meses	1
2	31	40	Gobierno	Oficina	Medio	5 años	1
3	19	22	Comercio	Hogar	Medio	2 años	1
4	24	24	Computo	Computo	Medio	8 meses	1
5	33	30	Gobierno	Hogar	Alto	6 años	2
6	35	31	Gobierno	Hogar	Alto	5 años	2
7	27	26	Computo	Hogar	Medio	3 años	2
8	28	28	Abogado	Hogar	Alto	5 años	2
9	27	16	Panadero	Hogar	Medio	3 años	2
10	28	21	Locución	Hogar	Medio	2 meses	1
11	21	20	Estudiante	Estudiante	Medio	1 año	1
12	35	32	Gobierno	Hogar	Alto	9 años	3
13	36	37	Arq.	Arq.	Medio	2 años	2
14	27	21	Economía	Enseñanza	Medio	2 años	1

- Esta información fue proporcionada por las parejas, durante el periodo postparto hospitalario, acorde con la ficha de identificación elaborada para esta investigación.

5. INSTRUMENTOS.

- Se aplicó un cuestionario que contenía la ficha de identificación, una lista de síntomas característicos en las mujeres embarazadas (nauseas, apetito caprichoso dolores d espalda, dientes o cabeza, insomnio, aumento o disminución de peso, etc.), y preguntas abiertas para saber un poco más acerca de cómo vivieron los hombres su experiencia, cuanto tiempo presentaron los síntomas y en que trimestres; y con cuales hijos les había pasado la misma situación, este cuestionario se empleó para lograr la detección de casos con embarazo empático.
- Se utilizó el Manual para la Escala de Funcionamiento Familiar elaborado por la Dra. Emma Espejel, Aco y Cols, validado en 1996. El cual consta de 9 escalas que son: autoridad, control, supervisión, afecto, apoyo, conducta disruptiva, comunicación, afecto negativo y recursos. Dicho manual se aplico con la finalidad de conocer el grado de funcionalidad de la pareja, el cual debe ser mayor a un puntaje T de 50%. Cada escala abarca diversos aspectos como:

Escala	Lo que evalúa cada escala
Autoridad	La eficiencia de la autoridad dentro de la familia. Considera como más funcional a aquellas familias donde la autoridad reside en el subsistema parental y es compartida por ambos padres.
Orden	El manejo de los límites y los modos de control de conducta. Considera como más funcionales a las familias con límites bien establecidos y respetados.

Supervisión	La funcionalidad de la vigilancia de normas y comportamientos.
Afecto	Cómo se presentan las muestras de sentimientos y emociones entre los miembros de la familia.
Apoyo	Es la forma en que los miembros de la familia se proporcionan soporte social, dentro y fuera del grupo familiar.
Conducta Disruptiva	El manejo de conductas no aceptadas socialmente como adicciones, problemas con la autoridad o alguna otra situación emergente.
Comunicación	La forma de relación verbal que se da dentro de una familia.
Afecto Negativo	La funcionalidad de la presencia de sentimientos y emociones de malestar dentro de la familia.
Recursos	Se refiere a la existencia de potencialidades instrumentales y afectivas y a la capacidad de la familia para desarrollarlos y utilizarlos.

- Como tercer paso se aplicó la parte que se refiere a extraversión e introversión del CIP validado en 1965 y elaborado por Miguel Angel Escotet. Con lo que se intento establecer los rasgos de personalidad para saber si la pareja era complementaria o no. los rasgos de personalidad que mide esta prueba son:

Rasgos de personalidad	Lo que evalúa cada rasgo
Dominancia	Tendencia a dominar, independencia de opinión, deseo de imponer las propias convicciones.

Expansividad	Facilidad de comunicación social; dominio de los nervios y las emociones.
Perseverancia	Tenacidad en el trabajo, preocupación por el deber, responsabilidad, respeto a la autoridad y reflexión.
Extraversión	Preferencia por la actividad, atrevimiento contra al tímidez, orienta sus intereses y atención al exterior.
Confianza en sí mismo	Convicción de su propia capacidad de éxito, confianza en los demás, capaz de enfrentarse a los obstáculos, no le desaniman la crítica ni la dificultad.

6. PROCEDIMIENTO.

Como primer paso se tomó una muestra, durante un periodo no mayor a los 4 meses (de septiembre de 2002 a diciembre de 2002), en la clínica FEMEDI, en la cual se seleccionaron los casos, con base en la presencia de síntomas característicos del embarazo empático; así como la participación voluntaria por parte de la parejas en el periodo postparto, cuando todavía se encontraban hospitalizadas. Se utilizó una lista de síntomas que se presentan en la mujer embarazada, los cuales no debería presentar el hombre, pero que bajo estas condiciones se presentan. Este cuestionario se contestó únicamente por los esposos de las mujeres embarazadas.

Como segundo paso se realizó la aplicación del Manual para la Escala de Funcionamiento Familiar elaborado por la Dra. Emma Espejel, Aco y Cols, validado en 1996. Dicha aplicación se llevó a cabo en la pareja de manera individual.

Como tercer paso se aplicó la parte que se refiere a extraversion e introversión del CIP validado en 1965 y elaborado por Miguel Angel Escotet. L cual ayuda a ver rasgos de personalidad. Dicha aplicación se llevó a cabo en la pareja de manera individual.

7. TRATAMIENTO ESTADÍSTICO.

Debido al tamaño de la muestra se consideró adecuado el manejo de puntuaciones directas y porcentajes presentados en gráficas por medio de histogramas la mayor parte de la información, ya que de esta manera la información puede revisarse de forma clara y accesible.

CAPÍTULO III
RESULTADOS.



CAPÍTULO III

RESULTADOS

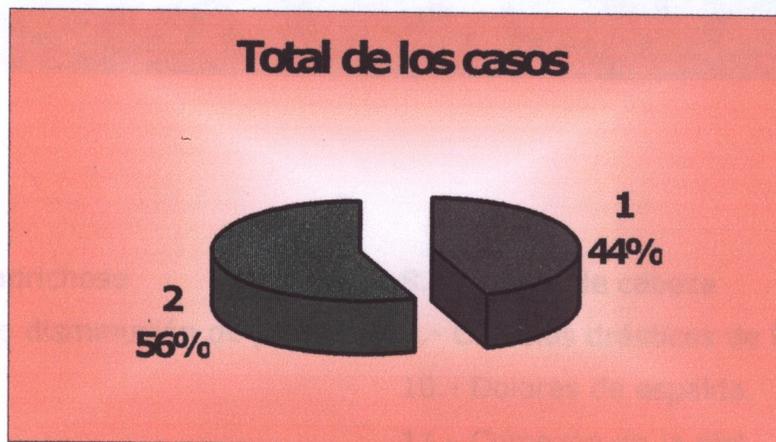
1. Embarazo Empático
2. Sin Embarazo Empático

CAPÍTULO III

RESULTADOS.

Es importante recordar que el objetivo de esta investigación era primero comprobar que existe el Embarazo Empático y segundo saber si existe algún componente psicológico en la relación de pareja o no que contribuyera a su aparición.

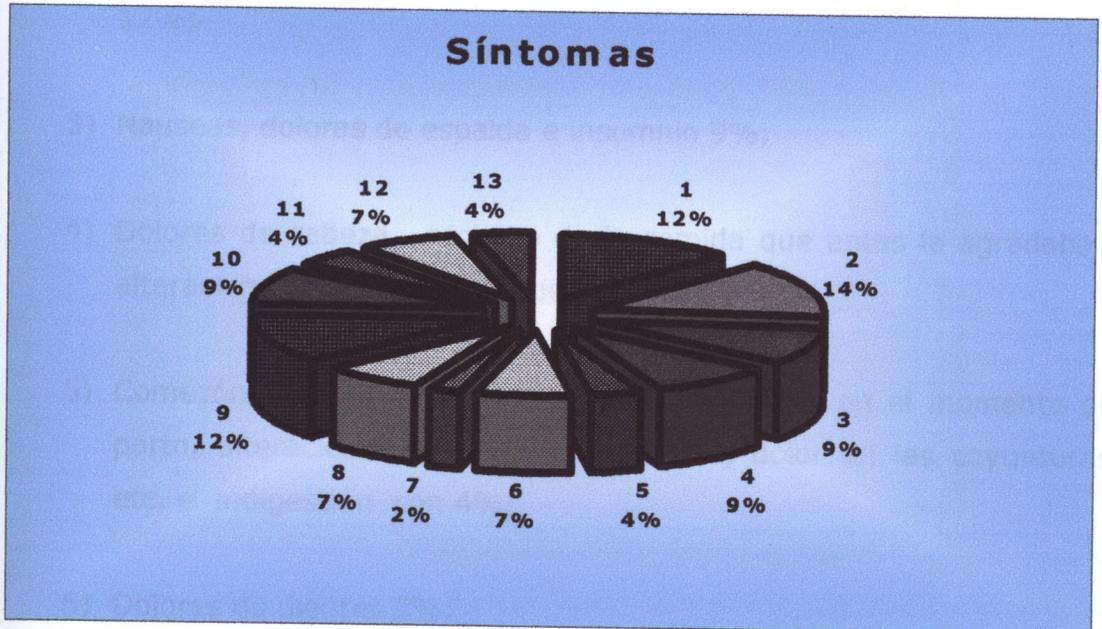
Antes de comenzar se debe tomar en consideración que el 44% de los casos (14 de 32) entrevistados pasan por un embarazo empático.



1. Embarazo Empático

2. Sin Embarazo Empático

Presencia de los síntomas.



- | | |
|--|---------------------------------|
| 1.- Apetito Caprichoso | 8.- Dolores de cabeza |
| 2.- Aumento o disminución de peso | 9.- Cambios drásticos de humor. |
| 3.- Nauseas | 10.- Dolores de espalda. |
| 4.- Insomnio | 11.- Comezón en la piel |
| 5.- Indigestión | 12.- Rechazo de la comida. |
| 6.- Alteraciones en el sistema digestivo | 13.- Otros |
| 7.- Dolores de dientes | |

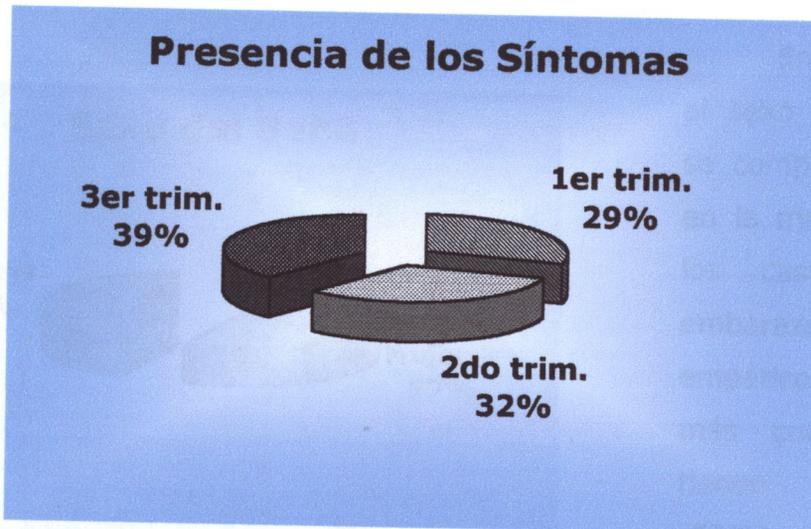
Acorde con los resultados obtenidos encontramos que los síntomas que presentan los hombres con embarazo empático (por orden de incidencia), en 6 grupos que son:

- 1) Aumento o disminución de peso con 14% de incidencia en el total de los casos;
- 2) Apetito caprichoso (antojos) y cambios drásticos de humor con 12%;
- 3) Nauseas, dolores de espalda e insomnio 9%;
- 4) Dolores de cabeza, rechazo de la comida que antes le agradaba y alteraciones en el sistema digestivo 7%;
- 5) Comezón en la piel, otros; como contracciones en el momento del parto, alteraciones en el olfato, agruras, dolor en las coyunturas, etc. e indigestión con 4%;
- 6) Dolores de dientes 2%.



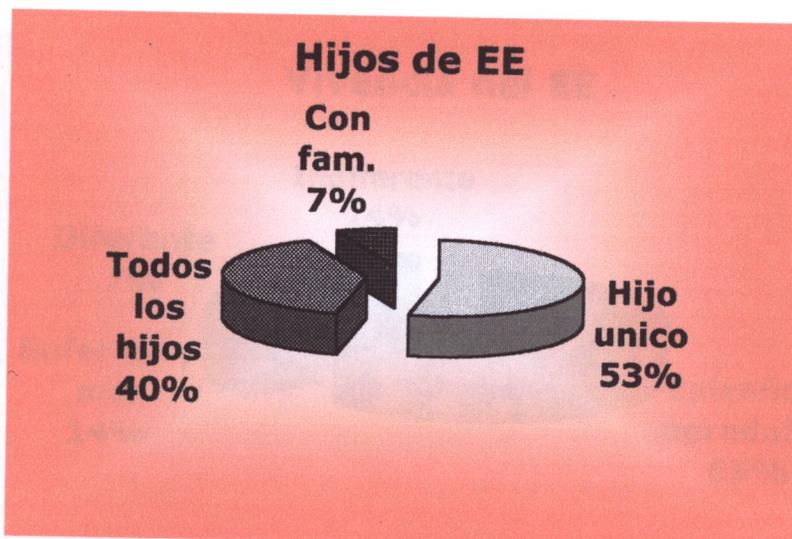
También se encontró que pueden presentarse durante el primero, segundo o tercer trimestre, en uno, dos o los tres trimestres y la incidencia de

los mismos varía conforme a las etapas de este; así por ejemplo: durante el primer trimestre, se presentó el 29% de los síntomas; es en el segundo trimestre un 32% y finalmente el tercer trimestre se intensifican al 39%.

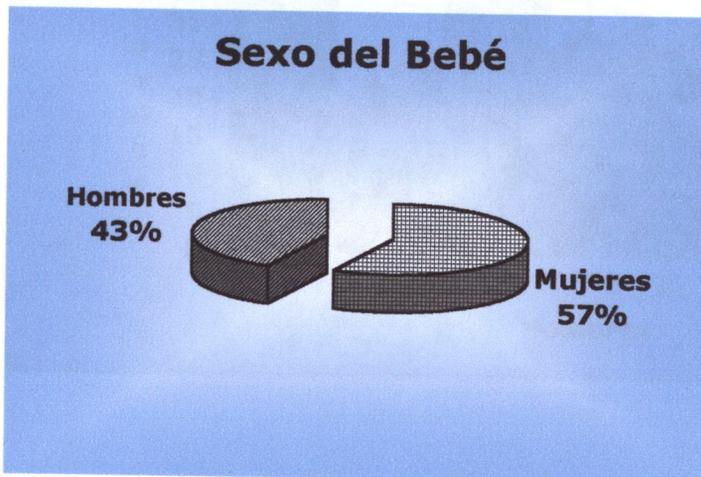


Analizando los resultados se encontró que las familias contaban con ciertas características como:

- **Lugar del hijo.**

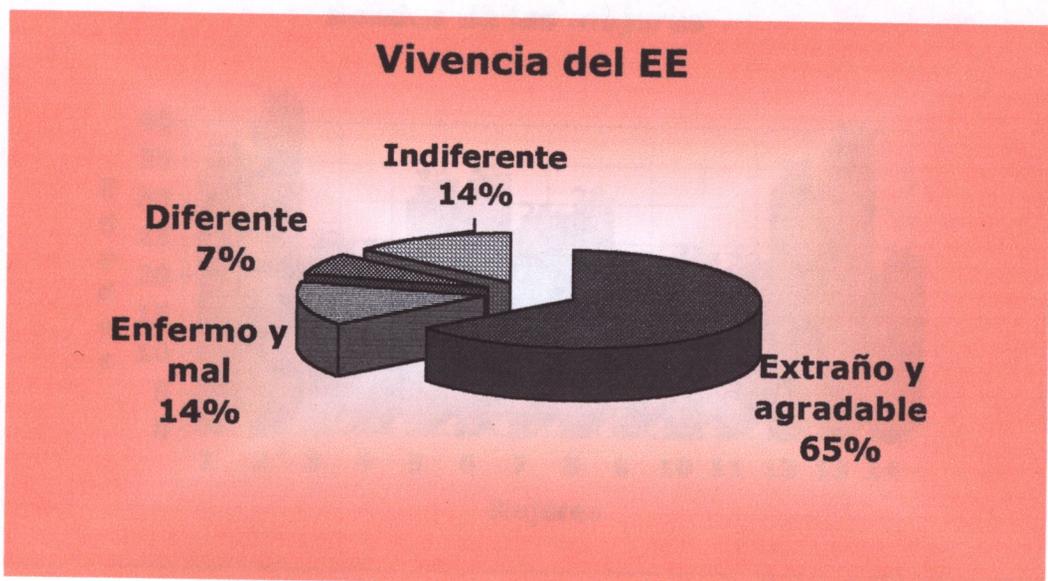


Otro aspecto importante es que los padres que presentan embarazo empático durante el embarazo con el primer hijo (53%), probablemente vuelvan a presentarlo con los demás hijos (40%) e incluso con algún familiar cercano (el 7%).

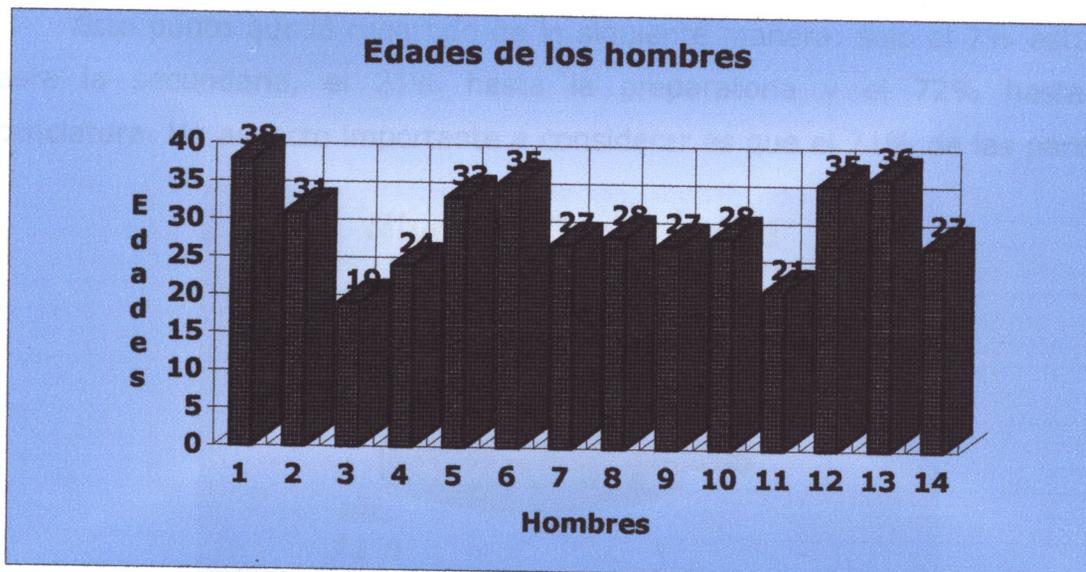


En cuanto al sexo del bebé se comprobó que en la mayoría de los casos el embarazo empático se da más cuando se tienen niñas (57%) que niños (43%).

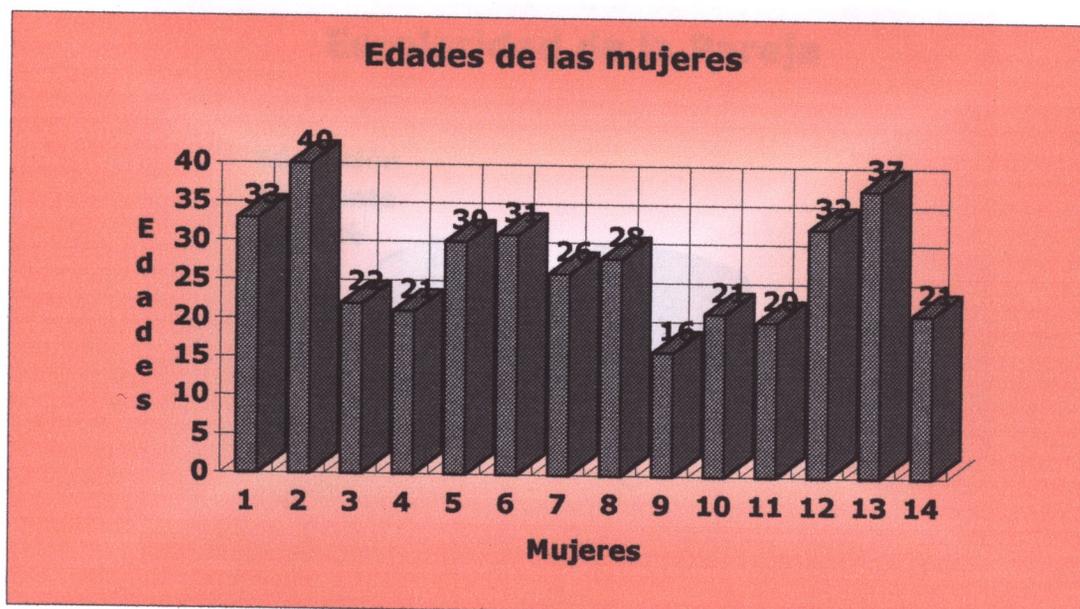
Como era de esperarse cada pareja vivió la experiencia de diferente manera, aunque están agrupadas en 4 para su mejor comprensión:



- **Edad de la Pareja.**



Podemos incluso observar que las edades de los padres no tienen nada que ver con el embarazo empático (ya que son muy variadas), en los hombres van desde los 19 hasta los 38 años; y en las mujeres desde los 16 hasta los 40 años.

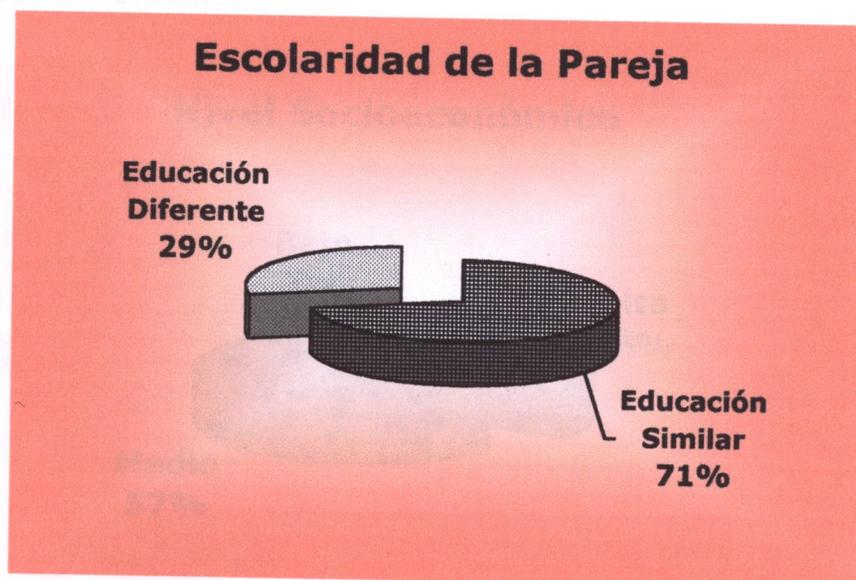


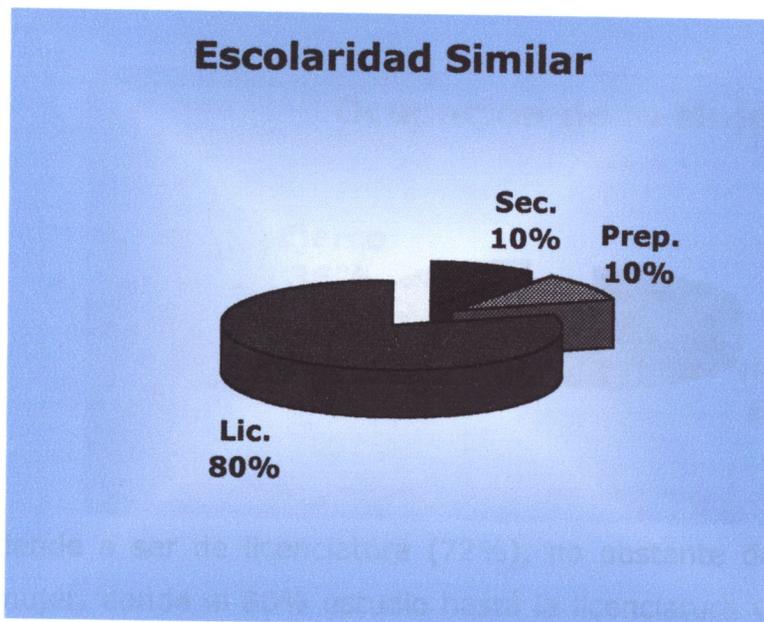
- **Escolaridad de la Pareja.**

Este punto quedó repartido de la siguiente manera: solo el 7% estudio hasta la secundaria, el 21% hasta la preparatoria y el 72% hasta la licenciatura. Un aspecto importante a considerar es que el 71% de las parejas



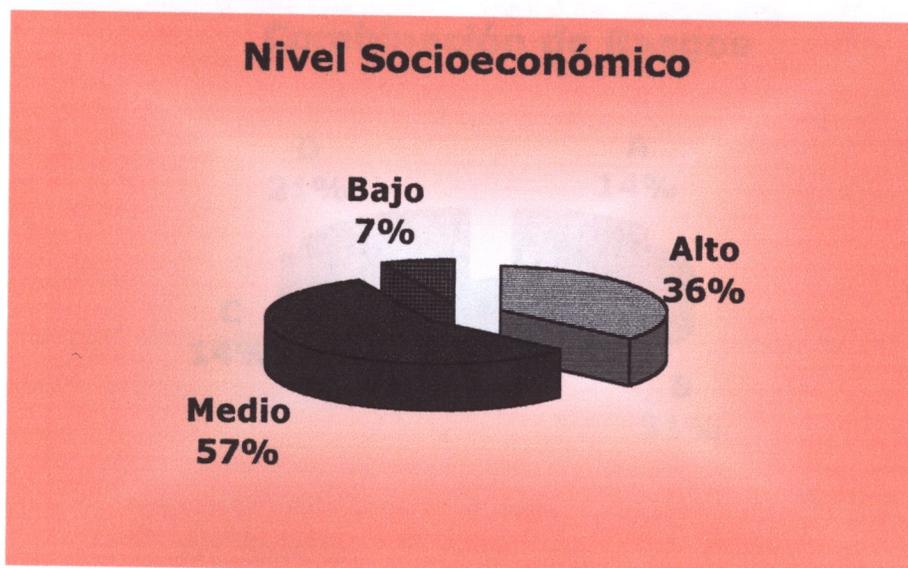
cuentan con una escolaridad similar, mientras el 29% restante la tiene diferente, lo que podría ser debido a que de esta manera la pareja comparte intereses, inquietudes y conocimientos similares.



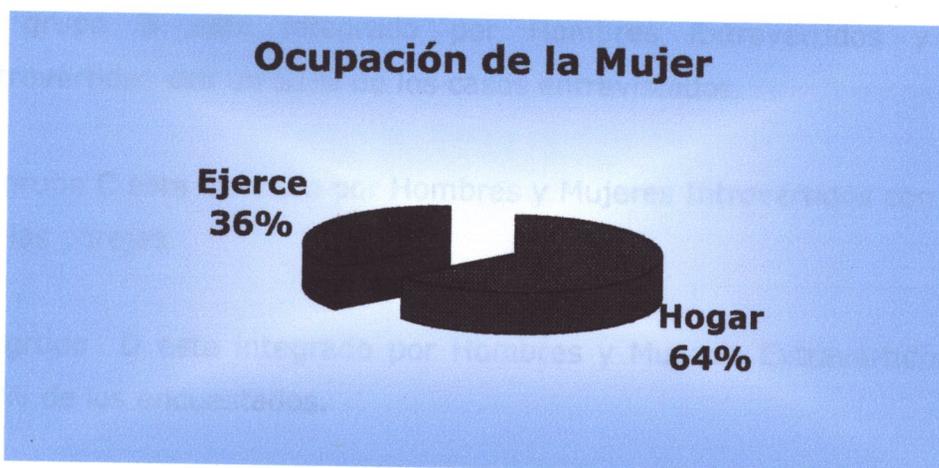


La mayoría de las parejas entrevistadas, cuentan con una escolaridad similar, por ejemplo: ambos estudiaron hasta la secundaria, la preparatoria o la licenciatura, grupo donde se encuentra la mayoría el 80% de las parejas, mientras que el resto se encuentra repartido el 10% hasta la secundaria y el otro 10% hasta la preparatoria.

- **Nivel socioeconómico.**



El nivel socioeconómico en la mayoría de las parejas acorde con su propia valoración es medio (57%), lo que corresponde al nivel de estudios que



tiende a ser de licenciatura (72%), no obstante del nivel de estudios de la mujer, donde el 80% estudio hasta la licenciatura y sin embargo la mayoría de las entrevistadas el 64% se dedica al hogar.

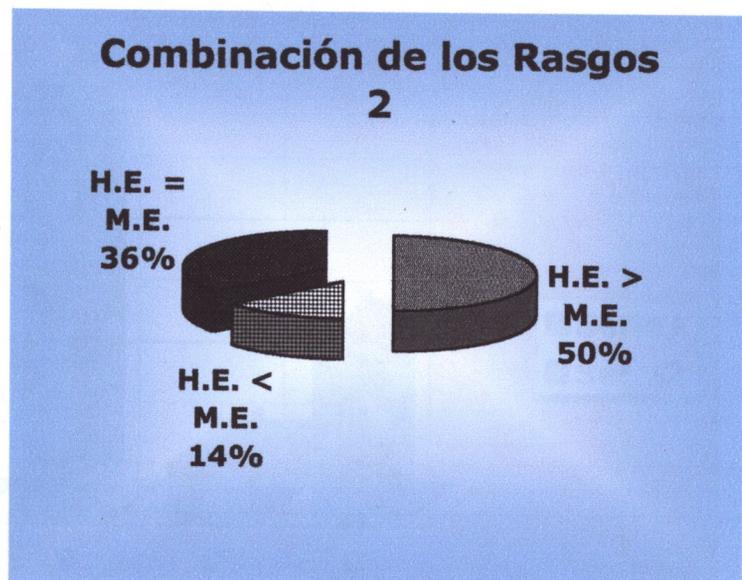
- **Rasgos de personalidad.**

Las parejas están divididas en 4 grupos:



- El grupo A esta formado por Hombres Introversos y Mujeres Extravertidas con un 14% de casos.
- El grupo B esta integrado por Hombres Extravertidos y Mujeres Introversas con un 51% de los casos entrevistados.
- El grupo C esta formado por Hombres y Mujeres Introversos con un 14 % de las parejas.
- El grupo D esta integrado por Hombres y Mujeres Extravertidos con un 21% de los encuestados.

Lo que nos da un 50% del total de las parejas donde el hombre presenta más extraversión que su esposa; un 36% donde la pareja mantiene un nivel de extraversión similar, por ejemplo: el hombre y la mujer tienen un nivel

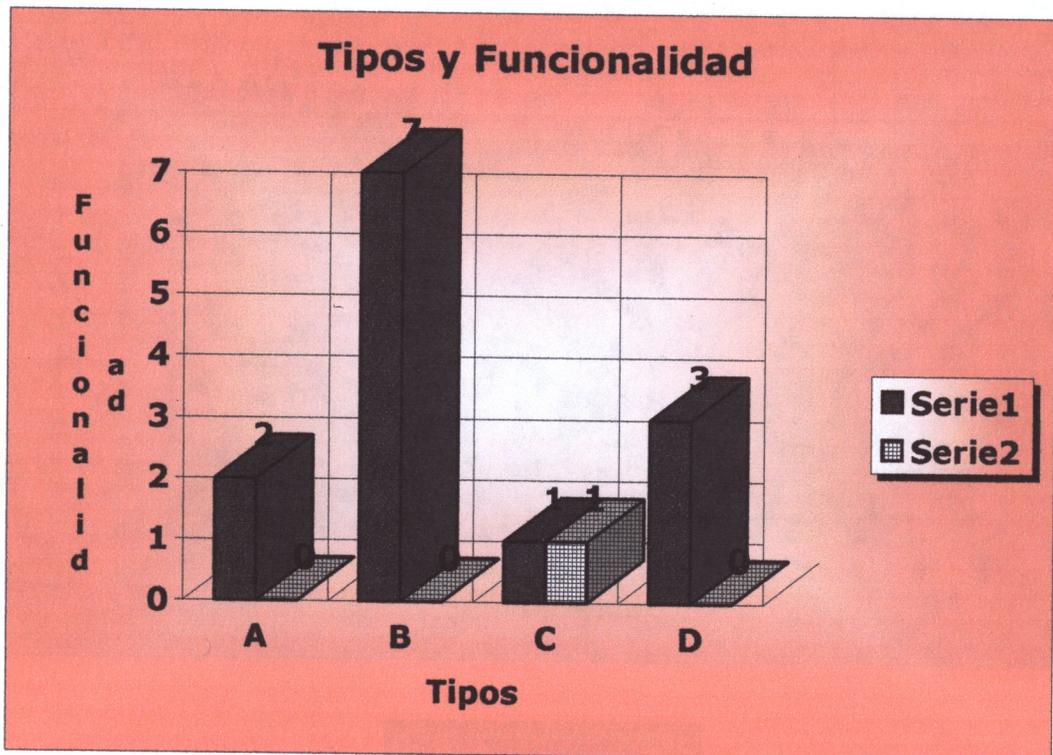


medio, bajo o alto; y el 14% restante lo presentan los casos donde la mujer es extravertida y el hombre introverso.

Las parejas que presentan embarazo empático son funcionales el 93%; mientras que el 7% restante le corresponde a las parejas disfuncionales, la

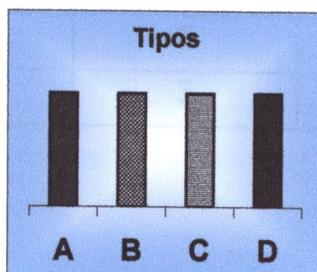
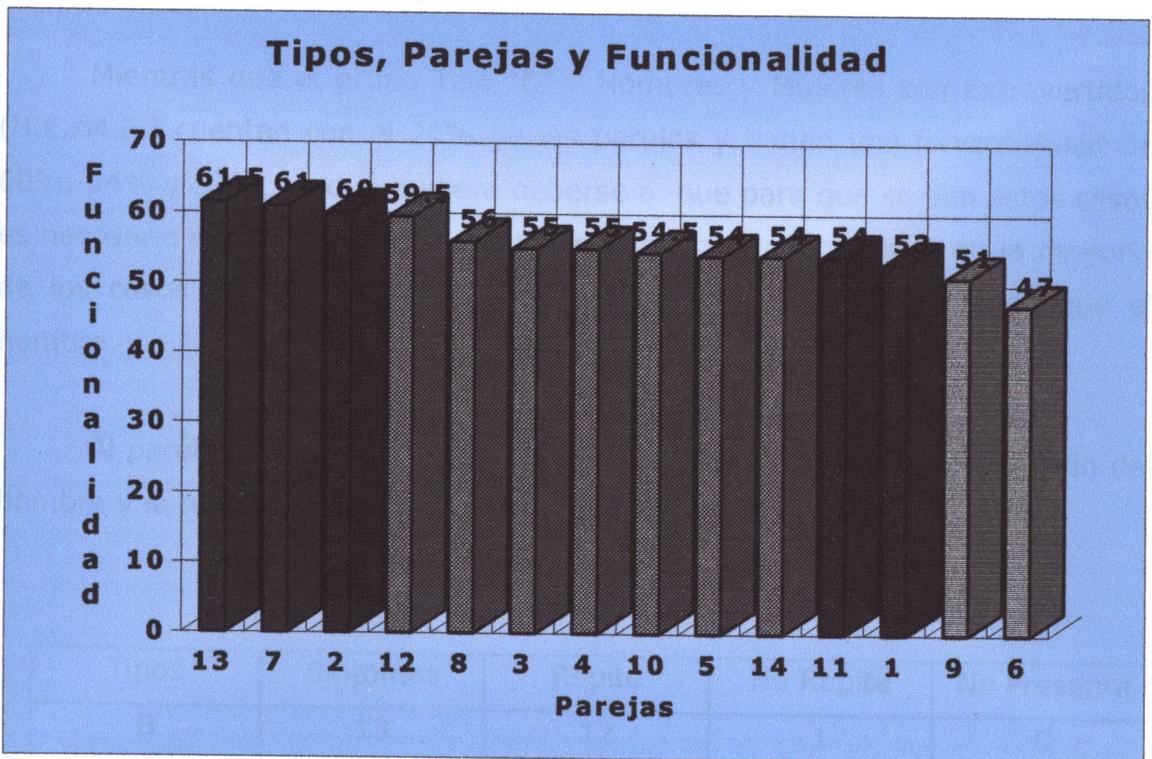
cual cuenta con un nivel de funcionalidad de 47%, que no es muy bajo, quedando repartidas de la siguiente manera:

Tipos de Pareja	Funcionales	Disfuncionales
A	14 %	
B	51 %	
C	7 %	7%
D	21 %	



• **Hipótesis.**

Pudiendo así comprobar que las hipótesis: "el embarazo empático se da en una relación complementaria, donde el hombre es introvertido y la mujer extravertida" y "el embarazo empático se da en parejas que presentan una relación funcional" son hasta cierto punto ciertas, ya que el 14% de los casos esta integrado por parejas con altos niveles de funcionalidad donde los hombres presentan rasgos de personalidad introvertida y las mujeres extraversión (ubicados dentro del Tipo "A"), con lo que dicha combinación (H.I./M.E. - Funcional) se da en muy pocos casos.



Dentro del grupo Tipo "B" Hombres Extravertidos y Mujeres Introversas (H.E./M.I.), se encuentra la mayor parte de los casos con un total de 51%, en los cuales su funcionalidad va desde un 54% hasta un 59.5%.

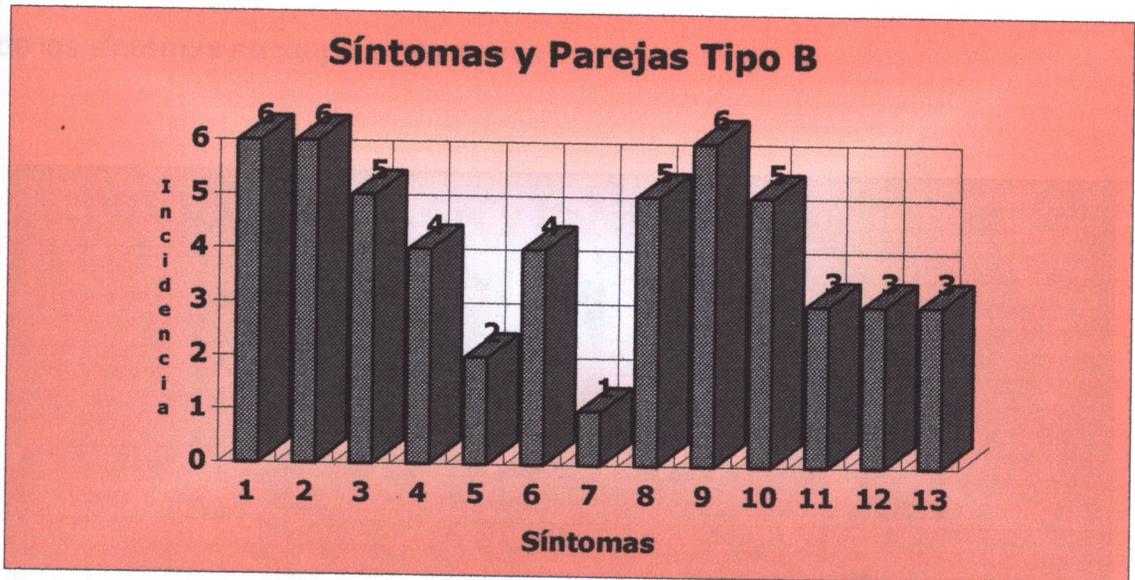
Por lo que concierne al grupo Tipo "C" formado por parejas donde el Hombre y la Mujer son Introversos (H.I./M.I.), se da en el 14% de los casos, y de estos la mitad es funcional y la otra mitad disfuncional, ubicándose en las últimas posiciones de esta investigación, con una puntuación de 51% y 47% de funcionalidad.

Mientras que el grupo Tipo "D" Hombres y Mujeres son Extraversos (H.E./M.E.) cuentan con el 21% de las parejas y tienen una funcionalidad de 60%, 54% y 52%. Lo que pudiera deberse a que para que se den estos casos es necesario que el hombre sea extravertido, ya que al parecer en la mayoría de los casos el 86% de las parejas la mujer es más introversa que el hombre.

Al parecer los síntomas se presentan en proporción a la extraversión del hombre y la funcionalidad de la pareja, por ejemplo:

Tipos	Síntomas	Repite	No Repite	No Presenta
B	13	12	1	0
A	12	5	7	1
D	11	6	5	2
C	10	3	6	4

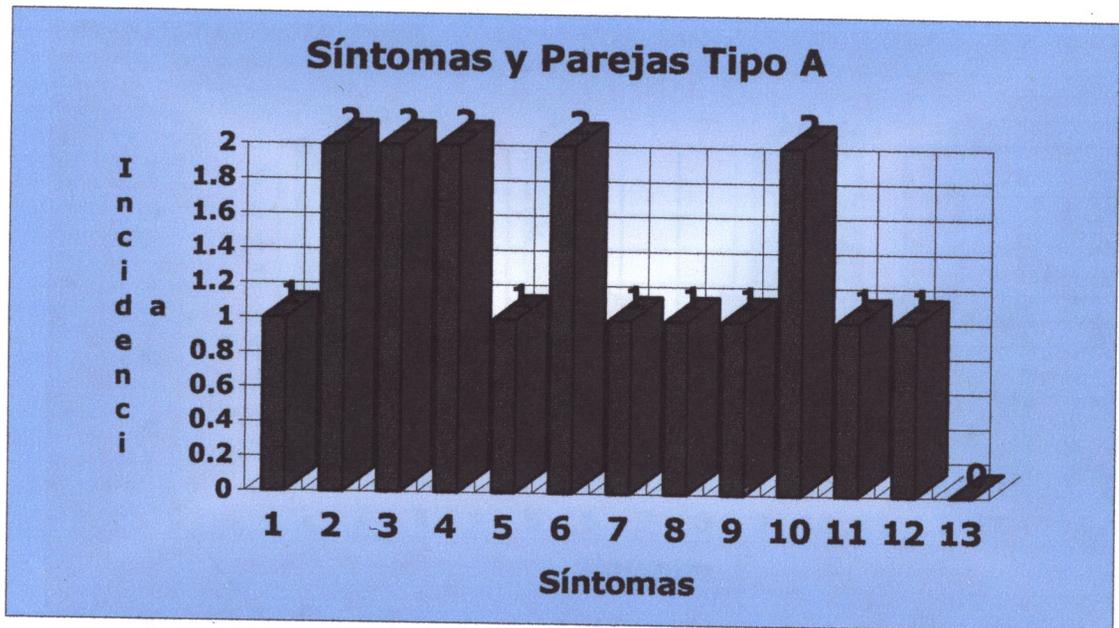
Lo que nuevamente coincide con que el embarazo empático se da, en base a la funcionalidad y complementariedad de las parejas. Los síntomas que se presentan en la mayoría de los casos son 13, de los cuales solo una pareja



- | | |
|--|---------------------------------|
| 1.- Apetito Caprichoso | 8.- Dolores de cabeza |
| 2.- Aumento o disminución de peso | 9.- Cambios drásticos de humor. |
| 3.- Náuseas | 10.- Dolores de espalda. |
| 4.- Insomnio | 11.- Comezón en la piel |
| 5.- Indigestión | 12.- Rechazo de la comida. |
| 6.- Alteraciones en el sistema digestivo | 13.- Otros |
| 7.- Dolores de dientes | |

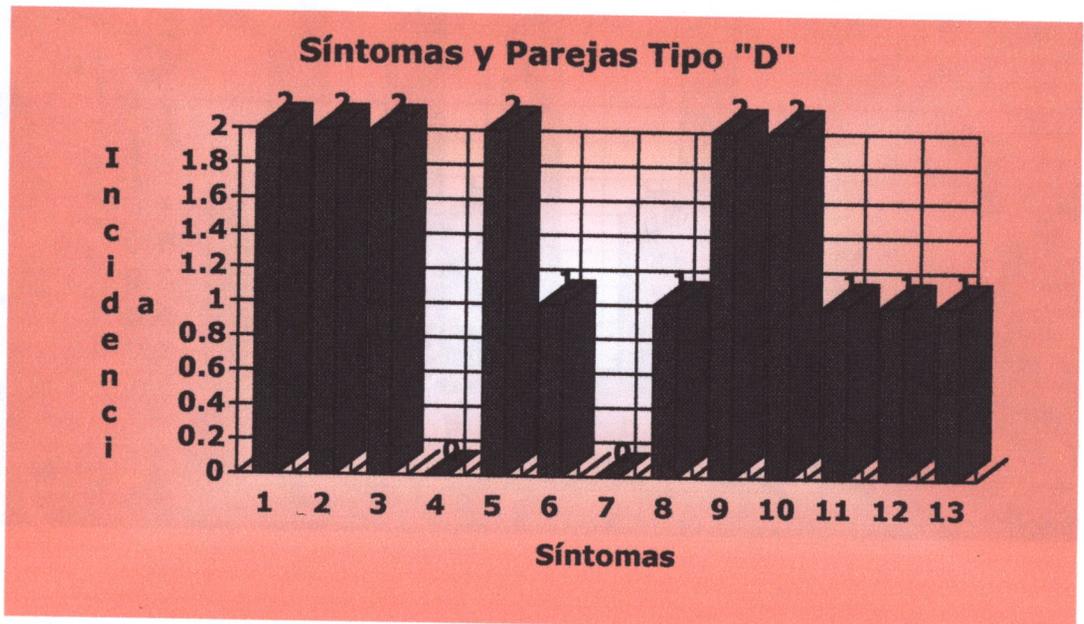
presenta uno y el resto (12), los presentan 2 o más parejas, todas del tipo "B" (Aumento o disminución de peso, apetito caprichoso, cambios drásticos de humor, dolores de espalda, náuseas, insomnio, alteraciones en el sistema digestivo y otros. Mientras que el menos común es: dolores de dientes).

Las parejas tipo "A" presentan 12 síntomas, de los cuales se repiten 5 en más de 2 parejas (Aumento o disminución de peso, náuseas, insomnio, dolores de espalda), 7 solo se presentan en una pareja (Apetito caprichoso, indigestión, dolores de dientes, dolores de cabeza, cambios drásticos de humor, comezón en la piel y rechazo de la comida que antes agradaba); y uno de los síntomas no se presenta (otros).



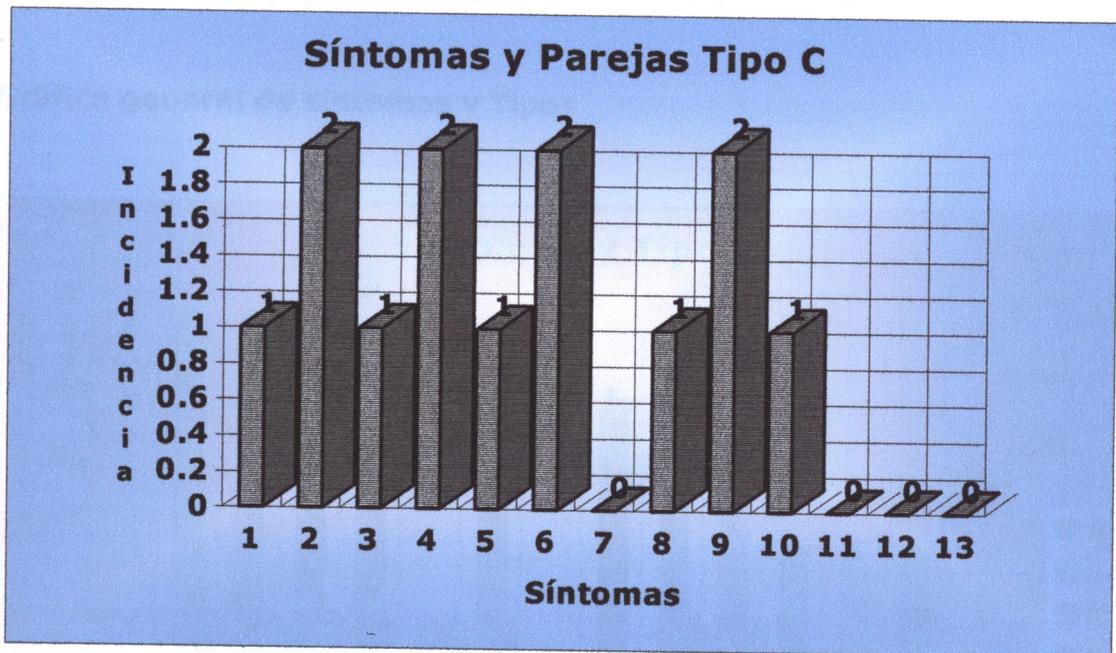
- | | |
|--|---------------------------------|
| 1.- Apetito Caprichoso | 8.- Dolores de cabeza |
| 2.- Aumento o disminución de peso | 9.- Cambios drásticos de humor. |
| 3.- Náuseas | 10.- Dolores de espalda. |
| 4.- Insomnio | 11.- Comezón en la piel |
| 5.- Indigestión | 12.- Rechazo de la comida. |
| 6.- Alteraciones en el sistema digestivo | 13.- Otros |
| 7.- Dolores de dientes | |

Por lo que concierne a las parejas tipo "D" manifiestan 11 síntomas (apetito caprichoso, aumento o disminución de peso, náuseas, indigestión, cambios drásticos de humor, dolores de espalda, alteraciones en el sistema digestivo, dolores de cabeza, comezón en la piel, rechazo de la comida que antes agradaba y otros); de estos se repiten en más de 2 parejas 6 (apetito caprichoso, aumento o disminución de peso, náuseas, indigestión, cambios



- | | |
|--|---------------------------------|
| 1.- Apetito Caprichoso | 8.- Dolores de cabeza |
| 2.- Aumento o disminución de peso | 9.- Cambios drásticos de humor. |
| 3.- Náuseas | 10.- Dolores de espalda. |
| 4.- Insomnio | 11.- Comezón en la piel |
| 5.- Indigestión | 12.- Rechazo de la comida. |
| 6.- Alteraciones en el sistema digestivo | 13.- Otros |
| 7.- Dolores de dientes | |

drásticos de humor y dolores de espalda); no se repiten 5 en más de dos parejas (dolores de cabeza, comezón en la piel, rechazo de la comida que antes agradaba y otros) y 2 de los 13 síntomas (insomnio y dolores de dientes), no se presentan ninguna vez en este tipo de parejas.

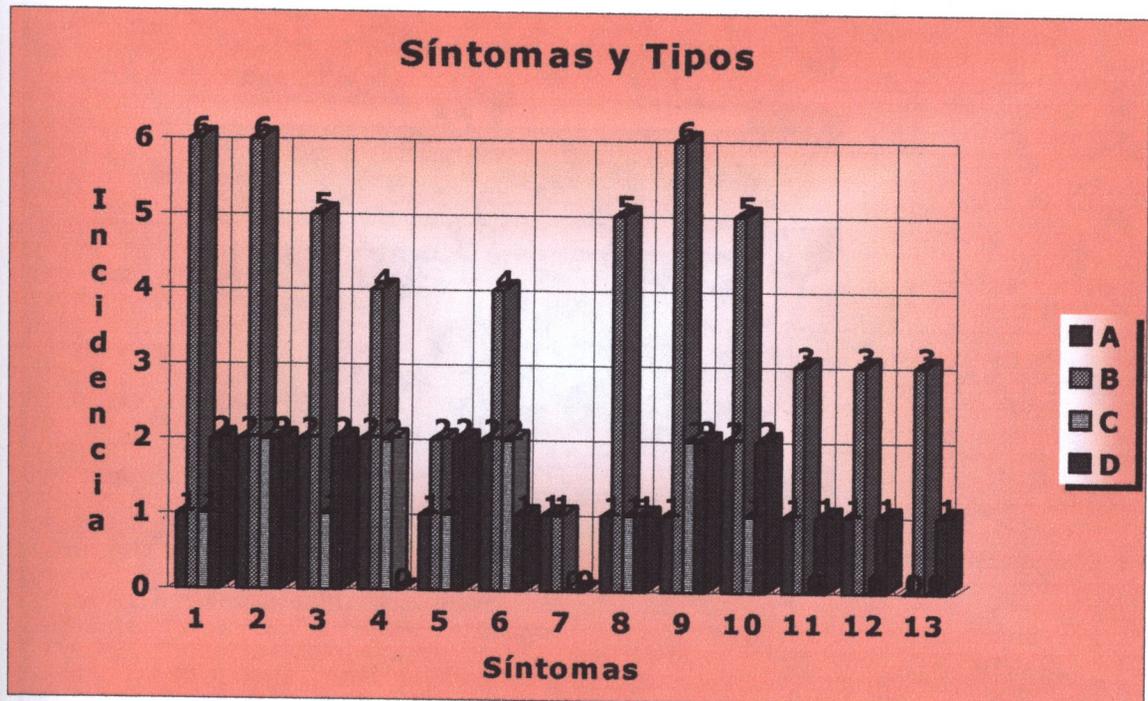


- | | |
|--|---------------------------------|
| 1.- Apetito Caprichoso | 8.- Dolores de cabeza |
| 2.- Aumento o disminución de peso | 9.- Cambios drásticos de humor. |
| 3.- Nauseas | 10.- Dolores de espalda. |
| 4.- Insomnio | 11.- Comezón en la piel |
| 5.- Indigestión | 12.- Rechazo de la comida. |
| 6.- Alteraciones en el sistema digestivo | 13.- Otros |
| 7.- Dolores de dientes | |

Mientras que las parejas tipo "C" presentan 10 de los síntomas (aumento o disminución de peso, insomnio, alteraciones en el sistema digestivo, apetito caprichoso, nauseas, indigestión, dolores de cabeza

cambios drásticos de humor y dolores de espalda); de los cuales: tan solo repite 3 en más de 2 parejas (aumento o disminución de peso, insomnio y alteraciones en el sistema digestivo), 6 los presenta solo una pareja (apetito caprichoso, nauseas, indigestión, dolores de cabeza, cambios drásticos de humor y dolores de espalda); y 4 no los presentan (dolores de dientes, comezón en la piel, rechazo de la comida que antes agradaba y otros).

Gráfica general de síntomas y Tipos



1.- Appetito Caprichoso

2.- Aumento o disminución de peso

3.- Nauseas

4.- Insomnio

5.- Indigestión

6.- Alteraciones en el sistema digestivo

7.- Dolores de dientes

8.- Dolores de cabeza

9.- Cambios drásticos de humor.

10.- Dolores de espalda.

11.- Comezón en la piel

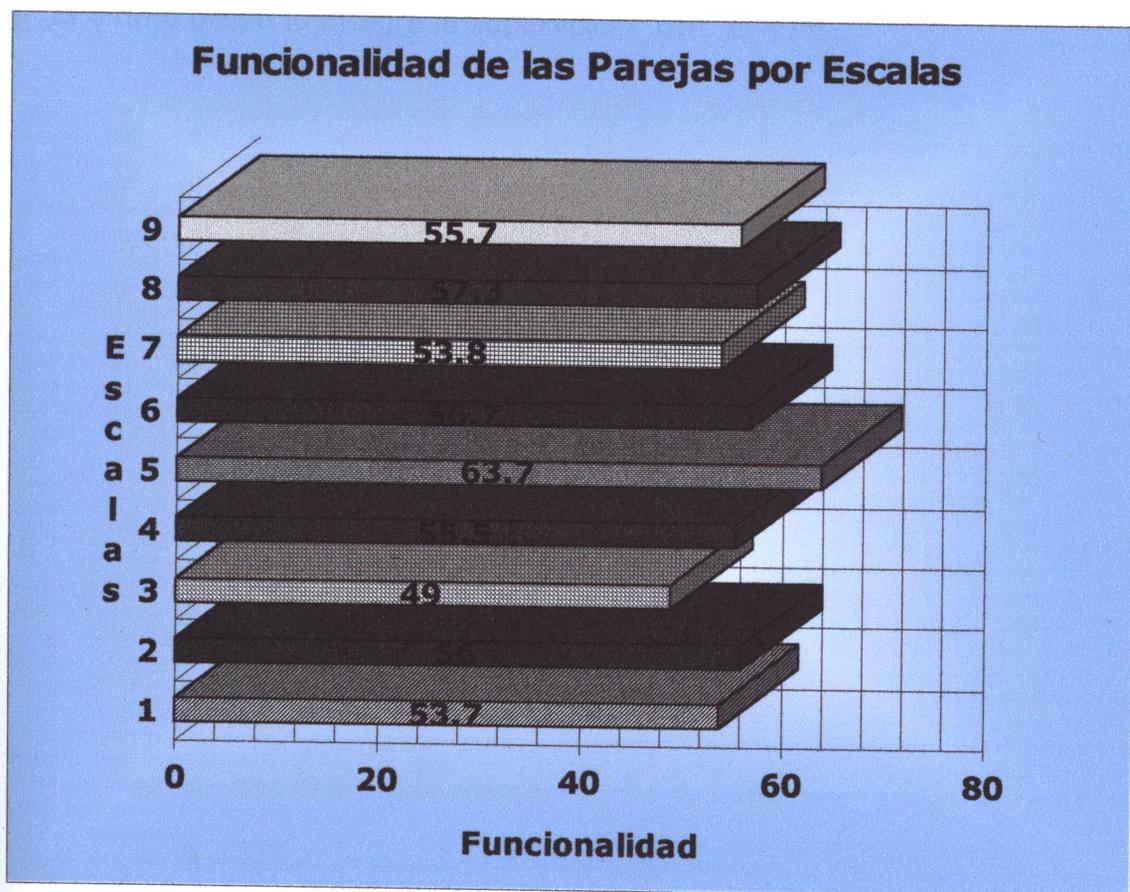
12.- Rechazo de la comida.

13.- Otros

- **Las características de este tipo de familias.**

De acuerdo con el Manual para la Escala de Funcionamiento Familiar son:

1. La mayoría de las parejas entrevistadas, actualmente, cuentan con niveles funcionales de apoyo, afecto negativo y conducta disruptiva con el 63.4%, 57.3% y 56.7% respectivamente.



- | | |
|----------------|------------------------|
| 5. Autoridad | 1. Conducta Disruptiva |
| 6. Control | 2. Comunicación |
| 7. Supervisión | 3. Afecto negativo |
| 8. Afecto | 4. Recursos |
| 9. Apoyo | |

2. En el segundo grupo encontramos el control con 56%, los recursos con 55.7% y el efecto con 55.5%.
3. El tercer grupo engloba, aspectos como: la comunicación 53.8% y la autoridad 53.7%.
4. El último grupo lo integra la supervisión con el 49%.



CAPÍTULO IV

DISCUSIONES Y CONCLUSIONES

CAPÍTULO IV

DISCUSIONES Y CONCLUSIONES.

1. DISCUSIONES.

Este fenómeno ocurre en el 44% de la población estudiada, de clase media y donde uno de los padres es más extravertido que otro, con lo que son parejas funcionales y complementarias que presentan síntomas como:

- 1) Aumento o disminución de peso con 14% del total de los síntomas;
- 2) Apetito caprichoso (antojos) y cambios drásticos de humor con 12%;
- 3) Náuseas, dolores de espalda e insomnio 9%;
- 4) Dolores de cabeza, rechazo de la comida que antes le agradaba y alteraciones en el sistema digestivo 7%;
- 5) Comezón en la piel, otros; como contracciones en el momento del parto, alteraciones en el olfato, agruras, dolor en las coyunturas, etc. e indigestión con 4%;
- 6) Dolores de dientes 2%.

Es probable que muchos investigadores se sentirán escépticos ante el embarazo empático, por lo que intentarán justificar la presencia de dichos síntomas buscando una explicación para cada uno de ellos; por ejemplo: dirán que el aumento o disminución de peso esta relacionada con que dichos

hombres se sientan a comer al mismo tiempo y manera de la pareja, durante el embarazo; sin embargo, ante la presencia de estos síntomas, las parejas reportaron que el hombre comía más por que se le antojaban las cosas y tenía más hambre que antes, además de intentar comer cosas que antes nunca habría comido, en el caso del aumento y en cuanto a la disminución, comentaron que en ocasiones no toleraban olores o sabores; por lo que preferían no comer.

O por otro lado, bien pudiera deberse a la empatía, la relación de la pareja y/o a los rasgos de personalidad de la misma, hacia la situación. Además es muy difícil poder explicar (para los escépticos) la presencia de varios de estos síntomas simultáneamente, los cuales coinciden con el embarazo de la pareja o un familiar cercano. Es por esto, que se tomaron como muestra los casos que presentaron más de tres síntomas intensos o más de 5 leves.

Dichos síntomas que se presentan durante el embarazo de la pareja y en algunos casos de algún familiar cercano (hermanas, gemelos, los abuelos con las hijas, etc.), con lo se encontró que pueden presentarse durante el primero, segundo o tercer trimestre y la incidencia de los mismos varía conforme a las etapas de éste; así por ejemplo: durante el primer trimestre, se presentó el 29% de los síntomas; en el segundo trimestre un 32% y finalmente el tercer trimestre se intensifican al 39%, lo que pudiera estar relacionado con el final de embarazo, donde la ansiedad y el nerviosismo de la pareja se incrementan.

Además de presentar ciertas características, en relación con los hijos, la relación de pareja complementaria y la funcionalidad de la misma, más aún la forma en que los distintos tipos de pareja presentan los síntomas acorde con su funcionalidad, todo esto influye por supuesto en la forma de vivenciar este tipo de embarazo, lo que se explicará más adelante.

- **Lugar del hijo.**

Como se mencionó anteriormente un aspecto importante es que los padres que presentan embarazo empático durante el embarazo con el primer hijo, probablemente vuelvan a presentarlo con los demás hijos (47%) e incluso con algún familiar cercano (el 7%).

Actualmente las relaciones de pareja y la forma en que esta se apoya, responsabiliza y compromete en la crianza de los hijos es muy diferente a lo que ocurría en otras épocas, cuando la mujer se dedicaba al hogar y a la crianza de los niños por completo, mientras el hombre solamente trabajaba (tal como se mencionó en el marco teórico).

Lo que pudiera estar ligado al hecho de que los padres de las nuevas generaciones lo están presentando más que los hombres de otros tiempos, lo que es importante, ya que permite observar que, en cierta manera, los padres con embarazo empático pueden llegar a disfrutar realmente de esta situación, así como de sus hijos y su rol de padre y esposo participativo en la crianza de los mismos, ya que de lo contrario es probable que durante segundos o terceros embarazos dichos padres no presentarían este tipo de embarazo, por el desagrado de la experiencia anterior.

Lo que esta íntimamente relacionado con el hecho de que, como se argumentó en el marco teórico, los padres disfruten de estos síntomas, a pesar de no ser "común" (por no decir desconocido y poco documentado el embarazo empático), e incluso que en algunas ocasiones se les haya llamado enfermos, hipocondríacos, somáticos o simplemente se les haya ignorado por no encontrar signos a los síntomas que presentaban y tengan alguna recompensa posterior como se ha observado en las parejas con varios hijos, donde los padres presentan un vínculo muy estrecho con sus hijos, el cual, se comentó en el tema 3 se forma gracias a un apego temprano y constante.

Lo que se pudo constatar, en la mayoría de los casos con hijos pequeños (entre 1 año y los 3 años), ya que es hasta alrededor de los 3 años que el niño comienza a necesitar autonomía y separarse un poco de la madre. Los hijos de estas parejas parecían, por el contrario, no tan apegados a la madre; sino que la relación con el padre parecía ser más significativa, que la relación con su madre.

Es aquí donde el tema 3 del marco teórico que nos habla de los padres cobra una vital importancia, ya que tal vez este tipo de embarazos no solo se deba a la relación entre la pareja, sino también a la relación con los hijos y las diversas formas en que estos son esperados. Es probable que todo esto parta de la manera en la que cada pareja este dispuesta a llevar su paternidad y su relación de pareja al mismo tiempo, debido a que son relaciones que van de la mano, pero nunca se deberían mezclar.

- **Edad de los Pareja.**

Podemos incluso observar que las edades de los padres no tienen nada que ver con el embarazo empático (ya que son muy variadas), en los hombres van desde los 19 hasta los 38 años; y en las mujeres desde los 16 hasta los 40 años, lo que bien pudiera relacionarse con la etapa de vida de la pareja aunada a los cambios culturales y de consciencia ante los que se enfrenta la sociedad y no propiamente con la edad.

- **Escolaridad de la Pareja.**

Si recordamos este punto quedó repartido de la siguiente manera: solo el 7% estudió hasta la secundaria, el 21% hasta la preparatoria y el 72% hasta la licenciatura. Un aspecto importante a considerar es que el 75% de las parejas cuentan con una escolaridad similar (los dos estudiaron hasta la secundaria, la preparatoria o la licenciatura), mientras el 25 % restante la tiene diferente, lo que podría ser debido a que de esta manera la pareja

comparte intereses, inquietudes y conocimientos similares, lo que los hace sentir hasta cierto punto con iguales oportunidades que su compañero.

La mayoría de las parejas entrevistadas, cuentan con una escolaridad similar, por ejemplo: ambos estudiaron hasta la secundaria, la preparatoria o la licenciatura, grupo donde se encuentra la mayoría el 80% de las parejas, mientras que el resto se encuentra repartido el 10% hasta la secundaria y el otro 10% hasta la preparatoria.

- **Nivel socioeconómico.**

La edad y la educación están íntimamente ligados al nivel socioeconómico de la pareja, en el cual consideraron acorde a su situación cada una de las parejas, donde la mayoría de los casos se clasificó en el nivel medio (57%), lo que corresponde al nivel de estudios que tiende a ser de licenciatura (72%), no obstante el nivel de estudios de la mujer, donde el 80% estudió hasta la licenciatura y sin embargo la mayoría de las entrevistadas el 64% se dedica al hogar, lo que pudiera favorecer la integración familiar y el establecimiento de roles flexibles, ya que tienden a dar la oportunidad de trabajar o quedarse en el hogar y cuidar a los hijos, según se considera conveniente, aunque para las que deciden quedarse en el hogar implica establecer, en casi todos los casos vínculos más estrechos con los hijos, gracias al contacto directo y constante de todos los días.

- **Rasgos de personalidad.**

Tomando en consideración que las parejas están divididas en 4 grupos:

- El grupo A esta formado por Hombres Introversos y Mujeres Extraversas con un 14% de casos.

- El grupo B esta integrado por Hombres Extravertidos y Mujeres Introversas con un 51% de los casos entrevistados.
- El grupo C esta formado por Hombres y Mujeres Introversos con un 14 % de las parejas.
- El grupo D esta integrado por Hombres y Mujeres Extravertidos con un 21% de los encuestados.

Nos da un resultado de 50% del total de las parejas donde el hombre presenta más extraversión que su esposa; un 36% donde la pareja mantiene un nivel de extraversión similar, por ejemplo: el hombre y la mujer tienen un nivel medio, bajo o alto; y el 14% restante lo presentan los casos donde la mujer es extravertida y el hombre introverso.

Las parejas que presentan embarazo empático son funcionales el 93%; mientras que el 7% restante le corresponde a una pareja disfuncional, la cual cuenta con un nivel de funcionalidad de 47%, que no es muy bajo, quedando repartidas de la siguiente manera:

Tipos de Pareja	Funcionales	Disfuncionales
A	14 %	7%
B	51 %	
C	7 %	
D	21 %	

• Hipótesis.

Pudiendo así comprobar que las hipótesis: "el embarazo empático se da en una relación complementaria, donde el hombre es introverso y la mujer extravertida" y "el embarazo empático se da en parejas que presentan una

relación funcional" son hasta cierto punto ciertas, ya que el 14% de los casos esta integrado por parejas con altos niveles de funcionalidad donde los hombres presentan rasgos de personalidad introvertida y las mujeres extraversión (ubicados dentro del Tipo "A"), con lo que dicha combinación (H.I./M.E. - Funcional) se da en muy pocos casos, las cuales cuentan con una funcionalidad de 61.5% y 61%.

Dentro del grupo Tipo "B" Hombres Extravertidos y Mujeres Introvertidas (H.E./M.I.), se encuentra la mayor parte de los casos con un total de 51%, en los cuales su funcionalidad va desde un 54% hasta un 59.5%.

Lo que probablemente se deba a los factores culturales y psicológicos. Dentro de los factores culturales encontramos, al menos en nuestra cultura (mexicana), que se tiene una tendencia a reaccionar conforme a los roles preestablecidos por la misma, donde las mujeres deben ser calladas, sumisas e introvertidas, dedicarse al hogar y a la crianza de los hijos; mientras los hombres deben ser el sostén de la casa, extrovertidos y relacionarse con la sociedad, deben unir a la familia con el resto del mundo.

Por otro lado el factor psicológico pudiera estar relacionado con el hecho de que las personas con un rasgo de personalidad introvertido son: sensibles al juicio que los demás hagan de él, reservados, callados, difícil de conocer, les gusta la privacidad, embotella emociones, le molestan las interrupciones, por lo que tiene pocos amigos; mientras que los hombres extravertidos son directos, sin juicios, expresan sus emociones, por lo que comenta todo lo que le pasa, amigable, platicador, fácil de conocer, necesita de amigos y relaciones, por lo que tiene muchos contactos. Por lo que mientras las mujeres introvertidas no comentan lo que sienten acerca de su embarazo, el hombre extravertido empátiza con su pareja a nivel profundo y exterioriza su percepción sobre el embarazo de la mujer, introyectando su

medio ambiente y la situación que vive la mujer, aunque sea de manera inconscientemente corporal.

Por lo que concierne al grupo Tipo "C" formado por parejas donde el Hombre y la Mujer son Introversos (H.I./M.I.), se da en el 14% de los casos, y de estos la mitad es funcional y la otra mitad disfuncional, ubicándose en las últimas posiciones de esta investigación, con una puntuación de 51% y 47% de funcionalidad.

Mientras que el grupo Tipo "D" Hombres y Mujeres son Extraversos (H.E./M.E.) cuentan con el 21% de las parejas y tienen una funcionalidad de 60%, 54% y 52%. Lo que pudiera deberse a que para que se den estos casos es necesario que al menos uno de los dos sea extravertido, ya que la parecer en la mayoría de los casos el 86% de las parejas la mujer es más introvertida que el hombre.

Debido a esto podemos ver que mientras uno de la pareja presente un rasgo de personalidad más extravertido que el otro, la pareja tiene a ser más funcional que cuando ambos cuentan con un rasgo al mismo nivel o son introvertidos. Lo que pudiera deberse a que al tener diferentes niveles de extraversión la pareja se complementa, permitiendo una relación equilibrada, dándole estabilidad y funcionalidad a la misma. Lo que indica que entre más introvertidos sean son menos funcionales. Este ultimo punto nos lleva nuevamente al factor cultural de la sociedad mexicana.

Con lo que se obtuvo una estrecha relación entre la funcionalidad de la pareja y los rasgos de personalidad de la misma, debido a que se presenta con mayor facilidad en relaciones donde uno de los dos es extravertido, con lo cual se unen los temas 1 y 4 donde se abordaron los temas de funcionalidad y disfuncionalidad de la pareja y rasgos de personalidad de la misma, respectivamente.

Al parecer los síntomas también se presentan en proporción a la extraversion del hombre y la funcionalidad de la pareja, por ejemplo:

Tipos	Síntomas	Repite	No Repite	No Presenta
B	13	12	1	0
A	12	5	7	1
D	11	6	5	2
C	10	3	6	4

Lo que nuevamente señala que el embarazo empático se da, con base en la funcionalidad y complementariedad de las parejas. Los síntomas que se presentan en la mayoría de los casos son 13, de los cuales solo una pareja presenta uno y el resto (12), los presentan 2 o más parejas, todas del tipo "B" (Aumento o disminución de peso, apetito caprichoso, cambios drásticos de humor, dolores de espalda náuseas, insomnio, alteraciones en el sistema digestivo y otros. Mientras que el menos común es: dolores de dientes).

Las parejas tipo "A" presentan 12 síntomas, de los cuales se repiten 5 en más de 2 parejas (Aumento o disminución de peso, náuseas, insomnio, dolores de espalda), 7 solo se presentan en una pareja (Apetito caprichoso, indigestión, dolores de dientes, dolores de cabeza, cambios drásticos de humor, comezón en la piel y rechazo de la comida que antes agradaba); y uno de los síntomas no se presenta (otros).

Por lo que concierne a las parejas tipo "D" manifiestan 11 síntomas (apetito caprichoso, aumento o disminución de peso, náuseas, indigestión, cambios drásticos de humor, dolores de espalda, alteraciones en el sistema digestivo, dolores de cabeza, comezón en la piel, rechazo de la comida que antes agradaba y otros); de estos se repiten en más de 2 parejas 6 (apetito caprichoso, aumento o disminución de peso, náuseas, indigestión, cambios

drásticos de humor y dolores de espalda); no se repiten 5 en más de dos parejas (dolores de cabeza, comezón en la piel, rechazo de la comida que antes agradaba y otros) y 2 de los 13 síntomas (insomnio y dolores de dientes), no se presentan ninguna vez en este tipo de parejas.

Mientras que las parejas tipo "C" presentan 10 de los síntomas (aumento o disminución de peso, insomnio, alteraciones en el sistema digestivo, apetito caprichoso, náuseas, indigestión, dolores de cabeza, cambios drásticos de humor y dolores de espalda); de los cuales: tan solo repite 3 en más de 2 parejas (aumento o disminución de peso, insomnio y alteraciones en el sistema digestivo), 6 los presenta solo una pareja (apetito caprichoso, náuseas, indigestión, dolores de cabeza, cambios drásticos de humor y dolores de espalda); y 4 no los presentan (dolores de dientes, comezón en la piel, rechazo de la comida que antes agradaba y otros).

- **Las características de este tipo de familias.**

Finalmente podemos decir que de acuerdo con el Manual para la Escala de Funcionamiento Familiar son:

1. La mayoría de las parejas entrevistadas, actualmente, cuentan con niveles funcionales de apoyo, afecto negativo y conducta disruptiva con el 63.4%, 57.3% y 56.7% respectivamente lo que pudiera darles la oportunidad de expresión y presencia de emociones y sentimientos de malestar dentro de la familia permitiendo a los miembros de la misma tener la confianza de decir y opinar sobre las cosas que no están de acuerdo sin ningún problema, además de que la familia proporciona un buen soporte social, dentro y fuera del grupo familiar, fomentando con esto la flexibilidad de roles y la comprensión entre los miembros respecto a sus diferentes responsabilidades, lo que les da un nivel adecuado en cuanto al manejo y la forma de ver y encarar, problemas de autoridad, adicciones o situaciones de emergencia.

2. En el segundo grupo encontramos el control con 56%, los recursos con 55.7% y el efecto con 55.5%, estos puntos consideran la manera en que se manejan los límites y modos de control de conducta bien establecidos y son respetados, los recursos se refieren a las potencialidades instrumentales y afectivas, así como a la capacidad de la familia para desarrollarlos y utilizarlos; mientras que el afecto evalúa como se presentan las muestras de sentimientos y emociones entre los miembros de la familia.
3. El tercer grupo, englobando, aspectos como: la comunicación 53.8% y la autoridad 53.7%; los cuales están relacionados con la forma en que la familia maneja la comunicación verbal o no verbal que se da dentro de la misma; así como que la autoridad reside en ambos padres y sea compartida, la cual pudiera no ser tan necesaria, debido al nivel de apoyo y oportunidad de expresión del afecto y la conducta disruptiva.
4. El último grupo lo integra la supervisión con el 49%, esta se refiere a la vigilancia de normas y comportamientos de la familia, la cual no es tan necesaria si consideramos que los otros aspectos son funcionales, debido a que por estos todos conocen las reglas y normas de la casa; así como, los límites de las personas con quienes conviven diariamente, su forma de expresión de afecto tanto las cosas buenas como malas, los recursos, el control, los límites y el apoyo.

Finalmente con todo esto es posible considerar la trascendencia de esta investigación, ya que ofrece las bases no solo para investigaciones posteriores, sino que abre el camino hacia la aceptación de la existencia, la comprensión del embarazo empático y la situación que vive la pareja que pasa por esto, así pues ya no solo durante el embarazo, se hablaría de la futura madre y lo que siente, sino de ambos y como se sienten, se hablaría de la pareja que está a punto de formar o aumentar su familia, se hablaría de una etapa de transición en la base de la sociedad.

2. CONCLUSIONES.

Con lo anterior como base, se puede afirmar que el embarazo empático se da en las parejas que presentan una relación donde uno de los dos manifiesta más extraversión que el otro e incluso donde ambos manifiestan el mismo nivel de extraversión, mientras que las parejas con bajos niveles de extraversión cuentan con pocas posibilidades de presentarlo.

Además de un determinado nivel de extraversión en la pareja, es necesario contar con una funcionalidad adecuada, lo que ha permitido hasta ahora, a tantas parejas llevar un matrimonio donde la relación es larga y bajo un ambiente que favorece el desenvolvimiento de sus miembros.

Incluso podemos observar que mientras mejor funcionalidad tenga la pareja y complementariedad de rasgos presente mayor será el número de síntomas que manifieste el hombre, con lo cual nos damos cuenta que mayor es la empatía que se da entre ellos.

Otro aspecto importante es que en este tipo de familias la libertad entre los miembros de la misma es importante, todos conocen las reglas y la forma en que funcionan, por lo que las respetan o no sabiendo las consecuencias. Llama mucho la atención observar que el apoyo que se dan entre ellos es muy alto, al igual que la libertad para expresar lo que les agrada o no de su forma de vida.

Un último aspecto se basa en la vivencia de los hombres ante este tipo de embarazo, ya que se pudo observar que los padres de varios hijos tienden a repetir los síntomas en todos los embarazos, por lo que aún cuando se sientan extraños, les agrada formar parte del embarazo, no solo como un acto sexual sino; como los futuros padres que serán, considerando que

actualmente se le da mucha importancia a la participación paterna en la crianza de los hijos, lo que bien pudiera intentar disfrazarse con la justificación que esto es debido a los roles que han cambiando con las necesidades sociales y no a la realidad donde a los hombres les agrada cuidar de sus hijos, pero por miedo al que dirán prefieren ocultarlo, tanto así que de manera inconsciente presentan el embarazo empático.

CAPÍTULO V

**SUGERENCIAS PARA INVESTIGACIONES
POSTERIORES**



CAPÍTULO V

SUGERENCIAS PARA INVESTIGACIONES POSTERIORES.

Una investigación completa uniendo las raíces de la cultura humana, el cambio de las sustancias de cuerpo y los aspectos psicológicos relacionados con el embarazo empático, ya que de esta manera quedaría una investigación que integrará los aspectos más importantes por los que el hombre esta rodeado.

Además se debe considerar que si el hombre pasa por un embarazo empático es probable que llegue a tener depresión postparto, como una reacción ante el cambio de sustancias corporales o inclusive de las adaptaciones psicológicas que la mujer sufre después del parto.

Otra posibilidad para una investigación sería ver si el embarazo empático es origen de los arquetipos heredados, tal y como plantea Jung que ocurre con muchas antiguas costumbres y aprendizajes, que con el correr de los años, llegan incluso a formar parte de la herencia genética.

Una investigación igual de trascendente podría estar en base a ¿Qué pasa con las parejas que presentan embarazo empático con el correr de los años, continúan siendo funcionales o los roles se cambian? O incluso ¿Es proporcional la presencia del embarazo empático al cambio de roles? Y si es cierta que roles se jugaban entonces en las tribus y familias indígenas.

Sería prudente investigar como influye el embarazo empático en las relaciones con los hijos, debido a que es probable que más que con la pareja tenga algo que ver con el deseo o la añoranza por tener un hijo.

Se encontraron algunos casos en los que los padres siempre habían tenido embarazo empático, excepto con un hijo que había muerto o había sido abortado por eso es importante saber ¿Qué ocurre en la relación de pareja que presenta embarazo empático y los hijos mueren o son abortados?

También se encontraron algunos casos en los cuales eran los familiares quienes pasaban por un embarazo empático por esto debería considerarse ¿cómo es la relación entre familiares cuando no es el esposo, sino algún familiar quien presenta el embarazo empático?

REFERENCIAS

14
15
16
17
18
19
20

REFERENCIAS.

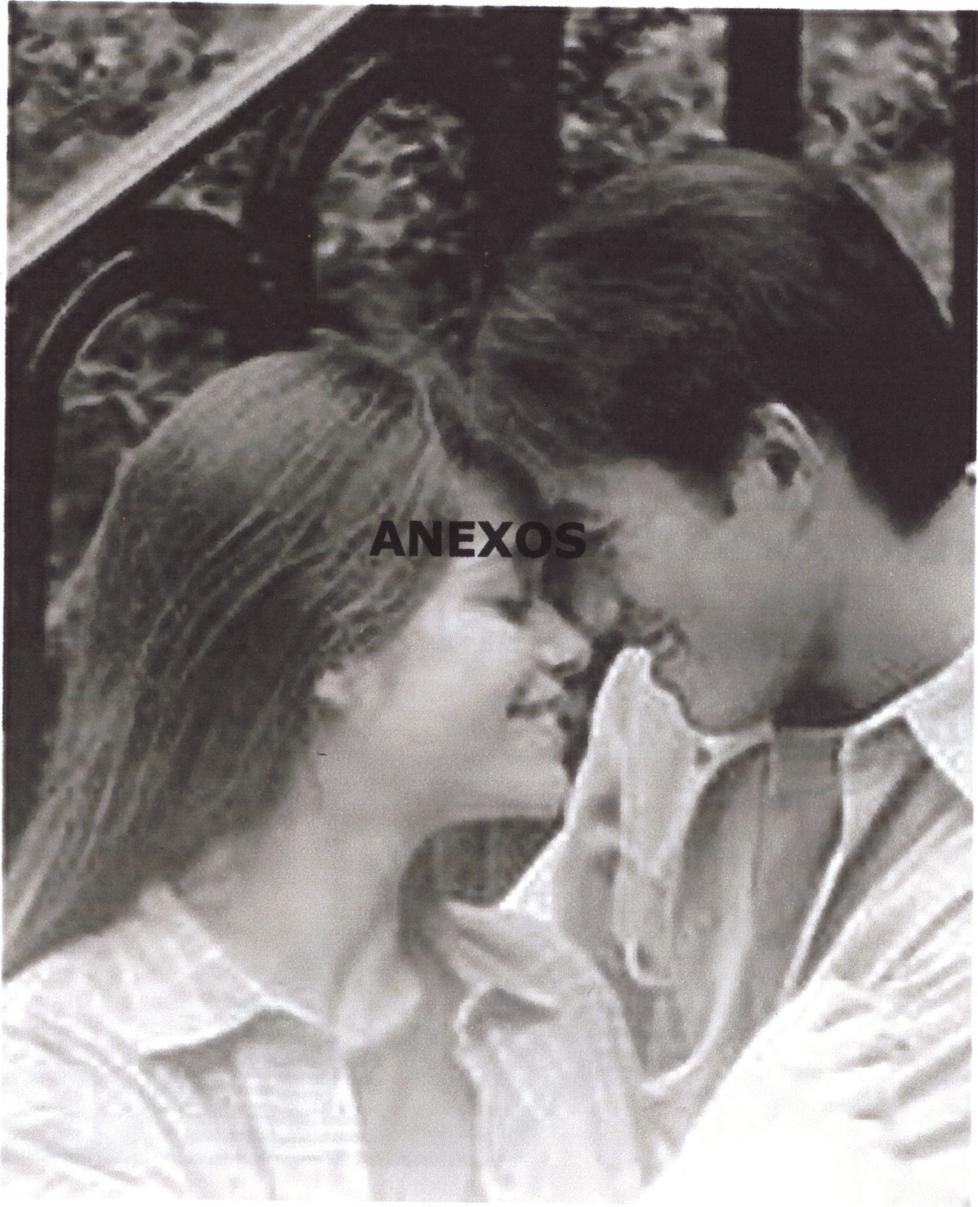
1. ABERASTURY y SALAS (1978), *La paternidad*. Buenos Aires, Kargieman.
2. ALVEANO, J. (1998), *El padre y su ausencia*. México, Plaza y Valdes.
3. AMOR DE FOURNIER, C. (1980), *El niño de 6 a 12 años*. México, D.F., La Prensa Médica Mexicana.
4. ARANGUEN, M. (2003). *La pareja*. Internet www.mujernueva.com
5. ARBELÁEZ, L. (2002). *Asociación de grupos de estudios de actualidad*. Internet www.geaweb.org.
6. BARNES y STERNBERG (2002). *El amor en la pareja*. Internet www.acropolix.com
7. BARRÁN, J. P. (1990), *Historia de la sensibilidad en el Uruguay*. Uruguay, Banda Oriental.
8. CABRALES y JARAMILLO (1995), *Las familias de hoy en Colombia*. Bogotá, Occidental.
9. CANSECO, G. (1998), *Los 7 pecados capitales de los padres*. Barcelona, España. Unión Nacional de Padres de Familia.
10. CICU, A. (1930), *La filiación*. Madrid, derecho Privado.
11. *Clínica de la Psicología "V .mars"*. www.psicología-online.com
12. *Clínica, Las Condes*. www.latinsalud.com
13. CORKILLE B. (1997), *El niño feliz, su clave psicológica*. Barcelona, España, Gedisa.
14. CREFAL (2000), *La sexualidad de nuestros hijos*. México D.F., Ultra.
15. CREFAL (2000), *El amor en la familia*. México D.F., Ultra.
16. COUVADE, (2002). www.discoveryhealth.com
17. CUELI, J. (1990), *Teorías de la personalidad*. México, Trillas.
18. DANIELS, S. (2002). *Todo de bebés*. Internet www.tododebebe.com
19. DE LA BARRA, Flora (2002). *Hombres embarazados*. Internet. www.bebesenlaweb.com
20. DE LA FUENTE, R. (1996), *Psicología médica*. México, Fondo de Cultura Económica.

21. DETHLEFSEN y DAHLKE (1998), *La enfermedad como camino*. Janés, España, Plaza.
22. DICAPRIO, N. (1997), *Teorías de la personalidad*. México D.F., Edit. Mc. Graw Hill.
23. EGAN, G. (1975), *El orientador experto*. México, Iberoamericana.
24. *Enciclopedia Práctica de Psicología* (1987). Madrid. Tomo uno. Orbis.
25. *Enciclopedia Práctica de Psicología* (1987). Madrid. Tomo uno. Orbis.
26. ERIKSON, E. H. (1993), *El ciclo vital completado*. México, Paídos.
27. ESTRADA-INDA (1987), *El ciclo vital de la familia*. México, Fondo de Cultura Económica.
28. EYNSECK, H. J. (1982), *Fundamentos biológicos de la personalidad*. Barcelona, Fontanela.
29. FERGUSON, G. *Universidad de Minnessota, Escuela de educación y desarrollo humano*. Internet www.education.umn.edu/ICD/harriscenterhtml/
30. FREUD, S. (1913), *Tótem y tabú*. Tomo XIII. Buenos Aires, Amorrortu.
31. GOMÉZ (1990), *El ciclo vital familiar*. México. Trillas.
32. FROMM, E. (2002), *Psicología de las relaciones*. Estados Unidos, Grupo Patria Cultural.
33. GUILLOT, F. (1993). *Psicología de la genética; desarrollo de la persona*. México, Curso de la Universidad de Bruselas.
34. GUIRAUD (1987). *Ser padre, cambios históricos de la paternidad*. Internet www.escuela.med.puc.cl.
35. HALL, (2002). *CAPPA*. Internet www.childbirth.org
36. HATHAWAY y MCKINLEY (1981), *Inventario Multifásico de la Personalidad*. México D.F., El Manual Moderno.
37. *Health Asociation of Autralia* (2002) Internet www.lightning.prohosting.com
38. Hirschfeld, (2002). Internet
39. HOFFMAN, L. (1998), *Fundamentos de la terapia familiar*. México, Fondo de Cultura Económica.
40. HOYT, Ch. (2001). *Relación de pareja*. Internet www.midwiferytoday.com
41. IANIOL y RIPPERT, (1930). *La filiación*. Madrid, Derecho Privado

42. INDA, N. (2003). *La construcción del padre*. Internet www.jarilla.com
43. IONATA, P. (2003). *Ciudad Nueva, el matrimonio*. Internet www.mercaba.org/consultas/pregun-001.htm
44. JULIEN, P. (1993), *El manto de Noé, ensayo sobre la paternidad*. Buenos Aires, Alianza.
45. KLAUS y KENNEL (1976). *El proceso de apego*. Internet www.latinsalud.com
46. LINN y GARSKE (1988), *Psicoterapias contemporáneas modelos y métodos*. España, Bilbao.
47. LIRA, L. (2002). *Familia y Política*. Internet www.iveargentina.org/
48. LYGZEIDETSON, A. (2002), *Psicología de las relaciones*. Estados Unidos, Grupo Patria Cultural.
49. MACKISON (1994). *Psiquiatría aplicada*. México, Interamericana.
50. MAGLIO DE MARTÍN, M. (1999-2003). *El rol materno. Planeta mamá*. Internet www.planetamama.com
51. *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (1997), España, Masson.
52. *Medicina pediátrica de Colombia*. Internet www.encolombia.com
53. MÉNDEZ, M. J. (1986), *La filiación*. Santa Fe, Rubinzal y Culzoni.
54. NUÑEZ, R. (1998), *Aplicación del MMPI a la psicopatología*. México, El Manual Moderno.
55. NUÑEZ, M. *Familia digital*. Internet www.familiadigital.com/mx/show_art.asp
56. PADÍN, C. (2003), *Padres e hijos, 10 buenos consejos para lograr una relación estable*. México D.F., Televisa. Número 3.
57. PAPALIA y OLDS (1998), *Desarrollo humano*. México, Mc Graw Hill.
58. PICK, GIVAUDAN y MARTINÉZ (1995), *Aprendiendo a ser papá y mamá*. México, Planeta.
59. PLANIOL y RIPERT (1948), *Traité élémentaire de droit civil*. París, Générale de Droit et de Jurisprudence.
60. POLINSKI, M. (2002). *Couvade*. Internet www.mfinley.com

61. *Psicoactiva.com* (2002). Libros de psicología. Internet www.psicoactiva.com
62. *Psicomundo, la red psi en internet*. Internet www.psiconet.org
63. P. S. (2003). *Symphatetic pregnancy*. Internet www.paternityangel.com
64. REVEE, J. (1995), *Motivación y emoción*. España, Mc Graw Hill.
65. ROGERS C, STEVENS B. y otros (1980), *Persona a persona*. Buenos Aires, Amorrortu.
66. ROSENZVAIG, R. (2002) *El rol del padre*. Internet www.mujer.tercera.cl
67. ROSERO, C. (1994), *La familia de sectores populares cartageneros*. Colombia, I.C.B.F.
68. SAGER C. J. (1997), *Contrato matrimonial y terapia de pareja*. Buenos Aires, Amorrortu.
69. SAGER y KAPLAN (1992), *Relaciones de pareja* Internet www.pscioactiva.com
70. SÁNCHEZ, C. (1993), *Juventud en éxtasis*. México, Selectas Diamante.
71. Sánchez, Carlos C. (1995), *La ultima oportunidad*. México, Selectas Diamante.
72. SÁNCHEZ, J. (1995), *Imagen psicoanalítica, Factores de Conflicto en las parejas del siglo XX*. México, Asociación Mexicana de Psicoterapia Psicoanalítica.
73. SATIR, V. (1991), *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. México, Pax.
74. TEIXIDO, L. (2003), *Padres e hijos, Tiempo para estar juntos*. México D.F., Televisa. Número 4.
75. VILLAR, E. *Board Editorial Human Systems London y la IFTA*. Internet www.soloellas.com
76. VIVES, J. (1994), *Génesis del vínculo materno-infantil*. México. Universidad de Guadalajara, Asociación Psicoanalítica Jalisciense.
77. WALTON, J. N. (1975), *Neurología básica*. España, Salvat.
78. WHITE y NOTKIN (1979), *Niñez, caminos de descubrimiento*. México, D.F., Dimsa.

79. WOHL y ERICKSON (1999), *Fundamentos del desarrollo Humano*. México, Pax.
80. YALOM. (2002) *Psicología de las relaciones*. Estados Unidos, Grupo Patria Cultural.





ANEXO 1

**CUESTIONARIO PARA "PADRES" DE
FAMILIA**

ANEXO 1

CUESTIONARIO PARA "PADRES" DE FAMILIA

Familia: _____
 Sexo del hijo (a): _____ (a) Femenino (b) Masculino
 Edad: _____
 Residencia actual: _____
 Escolaridad: _____
 Ocupación: _____
 Nivel socioeconómico: _____
 Tipo de unión: _____ (a) Cohabitación (b) Matrimonio
 Años de vida juntos: _____
 Número de hijos: _____
 Edades de los hijos: _____

Enumere del 1 al 5 cada síntoma dependiendo de qué tanto se presentó o se está presentando durante el embarazo de su pareja, tomando en consideración el 5 como la calificación mas alta y el 1 como la más baja de la siguiente lista de síntomas clínicos:

- Apetito caprichoso. _____
- Aumento o disminución de peso. _____
- Nauseas. _____
- Insomnio. _____
- Indigestión. _____
- Alteraciones en el sistema digestivo. _____
(diarreas y/o estreñimiento)
- Dolores de dientes. _____
- Dolores de cabeza. _____
- Cambios drásticos de humor. _____
- Dolores de espalda. _____
- Comezón en la piel. _____
- Rechazo de comida que antes agradaba. _____

¿Cuándo y durante cuánto tiempo y ha tenido síntomas del embarazo?

¿Con cuantos y con cuales hijos se ha presentado embarazo empático?

¿Cómo fue su experiencia al vivenciar estos síntomas durante el embarazo de su pareja?



ANEXO 2

**CUESTIONARIO INVESTIGATIVO DE LA
PERSONALIDAD**

ANEXO 2

CUESTIONARIO INVESTIGATIVO DE LA PERSONALIDAD

Familia: _____
 Sexo: _____
 Edad: _____
 Residencia actual: _____
 Escolaridad: _____
 Ocupación: _____

Instrucciones: Conteste con una "S", si esta de acuerdo con el enunciado o una "D" si esta en desacuerdo.

I.

- No logro tener muchos amigos entre mis compañeros de trabajo. _____
- Me tiene sin cuidado saber que otros hablan mal de mi. _____
- Los días de vacaciones prefiero quedarme en casa que salir de paseo. _____
- Prefiero escribirle a mi jefe que decirle lo que pienso. _____

II.

- Las represiones me afectan poco y las olvido pronto. _____
- Entablo fácilmente conversación con los desconocidos. _____
- Me gusta reflexionar y solucionar mis dificultades sin ayuda de otros. _____
- Prefiero los juegos de mesa a practicar un deporte. _____

III.

- Entablo fácilmente amistad con los compañeros nuevos. _____
- Me gusta prestar servicios en el trabajo. _____
- Cuando me equivoco en el trabajo siento pesar e inquietud. _____
- Prefiero leer una historia a verla representada en la pantalla o en el escenario. _____

IV.

- Me gustan los juegos duros que exigen mucha actividad y ejercitan mis fuerzas. _____
- Después de visitar a un amigo, pienso mucho en las palabras amables que habría debido decirle. _____
- Me gusta llamar la atención cuando estoy en el trabajo. _____
- Prefiero soñar en los éxitos a esforzarme en conseguirlos. _____

V.

- Prefiero guardar mis penas para mi solo, en vez de contárselas a otro. _____
- Prefiero ejecutar enseguida un trabajo, en vez de pensar mucho en su realización. _____
- Cuando cometo una torpeza soy el primero en reírme y lo olvido pronto. _____
- Me gusta pensar en acontecimientos agradables de difícil realización. _____

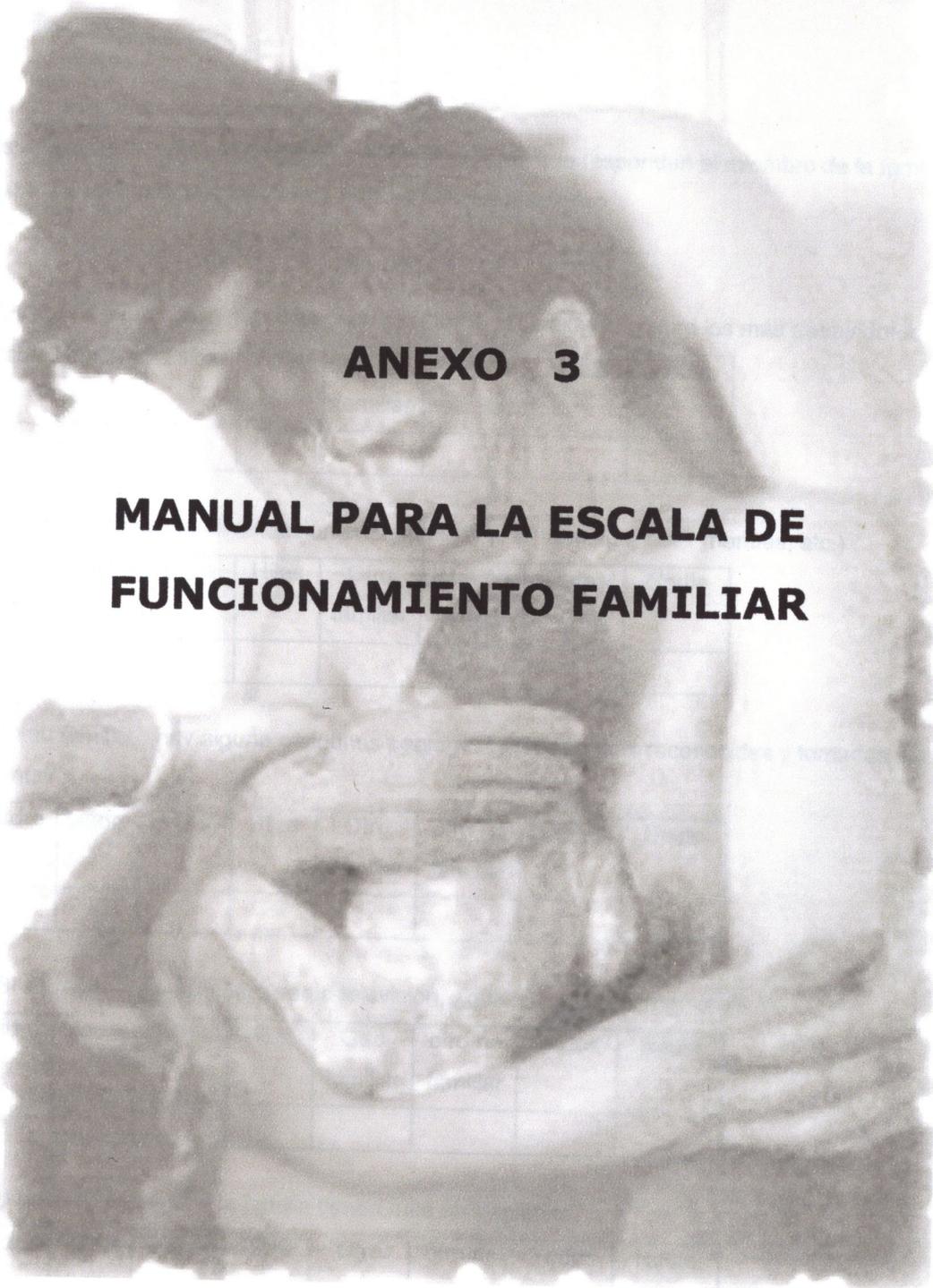
VI.

- Si tengo algún rato libre prefiero pasarlo en casa en vez de salir a la calle. _____
- Reflexiono mucho pero no me gusta comunicar mis pensamientos. _____
- Ordinariamente estoy de buen humor y contento con lo que sucede. _____
- Si alguien me causa pesar lo olvido pronto y no le guardo rencor. _____
- Me afectan mucho las burlas y no las olvido fácilmente. _____

Manual para la Escala de Funcionamiento Familiar

ANEXO 3

**MANUAL PARA LA ESCALA DE
FUNCIONAMIENTO FAMILIAR**



6. ¿Quién o quiénes de la familia intervienen cuando los padres discuten o pelean entre sí?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

7. En los problemas de los hijos, ¿quién o quiénes intervienen?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

8. ¿Quién reprende a los hijos cuando comenten una falta?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

9. Si en casa existen horarios para comer o llegar, ¿quiénes respetan los horarios de llegada?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

10. Si uno de los padres castiga a un hijo, ¿quién interviene?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

11. Cuando alguien invita a la casa a quién se le avisa...

Quién invita	A quien se le avisa:						
	Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	No avisa
Padre							
Madre							
Hijos							
Hijas							
Otro familiar							
Otro no familiar							
Nunca invitan							

12. ¿Quiénes participan y quiénes no participan en la economía familiar?

Estatus	Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar
Trabaja y participa						
Trabaja y no participa						
No trabaja y participa						
No trabaja						

13. Si cada quien tiene obligaciones definidas en esta familia, ¿quién sustituye a quien para cumplirlas cuando no puede hacerlo el responsable?

Responsable	Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Nadie
Padre							
Madre							
Hijos							
Hijas							
Otro familiar							
Otro no familiar							
No existen obligaciones definidas							

14. En las decisiones importantes, ¿quiénes participan?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

15. Para ausentarse de la casa, ¿quién le avisa o pide permiso a quién?

Pide permiso	Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Nadie
Padre							
Madre							
Hijos							
Hijas							
Otro familiar							
Otro no familiar							

16. Cuándo comete una falta, ¿quién y cómo castiga?

Quién castiga	Con palabras	Con golpes	Con objetos
Padre			
Madre			
Hijos			
Hijas			
Otro familiar			
Otro no familiar			
No se castiga			

17. Si acostumbran hacer promesas sobre premios y castigos, ¿quiénes las cumplen siempre?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

18. Cuándo alguien se siente triste, decaído o preocupado, ¿quién pide ayuda?

Pide ayuda	A quién se pide ayuda						
	Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Nadie
Padre							
Madre							
Hijos							
Hijas							
Otro familiar							
Otro no familiar							

19. ¿Quiénes de ustedes salen juntos con cierta frecuencia?

	Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Nadie
Padre							
Madre							
Hijos							
Hijas							
Otro familiar							
Otro no familiar							

30. ¿Quiénes tomaron la decisión de vivir en este lugar?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

31. En esta familia, ¿quiénes son los más alegres o los que se divierten más?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

32. ¿Quién en esta familia, estimula las habilidades y aptitudes?

Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Todos	Nadie

33. ¿Quiénes en la familia se abrazan espontáneamente?

	Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Nadie
Padre							
Madre							
Hijos							
Hijas							
Otro familiar							
Otro no familiar							

34. Cuando se llegan a enojar en esta familia, ¿quiénes son los que lo hacen y con quiénes?

	Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar	Nadie
Padre							
Madre							
Hijos							
Hijas							
Otro familiar							
Otro no familiar							

35. ¿Se han llegado a golpear en la familia? ¿Quién con quién?

	Padre	Madre	Hijos	Hijas	Otro familiar	otro no familiar
Padre						
Madre						
Hijos						
Hijas						
Otro familiar						
Otro no familiar						

36. ¿En esta familia hay alguien que se embriague con alcohol o tome otro tipo de estimulantes?

	Frecuencia		
	Muy Frecuente	Algunas Veces	Muy Raro
Padre			
Madre			
Hijos			
Hijas			
Otro familiar			
Otro no familiar			

37. ¿Quién tiene o ha tenido problema de comportamiento en la escuela, en el trabajo o con los demás?

	Frecuencia		
	Muy Frecuente	Algunas Veces	Muy Raro
Padre			
Madre			
Hijos			
Hijas			
Otro familiar			
Otro no familiar			

38. Si en esta familia ha habido problemas con la autoridad (policía, jefes, maestros, etc.) ¿Quién los ha tenido?

	Frecuencia		
	Muy Frecuente	Algunas Veces	Muy Raro
Padre			
Madre			
Hijos			
Hijas			
Otro familiar			
Otro no familiar			

39. ¿Quién ha presentado algún problema emocional?

	Frecuencia		
	Muy Frecuente	Algunas Veces	Muy Raro
Padre			
Madre			
Hijos			
Hijas			
Otro familiar			
Otro no familiar			

40. ¿Quién en la familia se aísla?

	Frecuencia		
	Muy Frecuente	Algunas Veces	Muy Raro
Padre			
Madre			
Hijos			
Hijas			
Otro familiar			
Otro no familiar			