

Artículo Original

El descuido de sí misma en el proceso de Enamoramiento–Amor

The neglect of herself in the process of Infatuation–Love

Torres-Hernández A¹, Amador Velázquez R², Rodríguez García C³

Resumen

La presente investigación, de corte cualitativo, tiene como objetivo describir la forma como se vive el proceso de Enamoramiento-Amor en una población de mujeres universitarias del Estado de México. Se desarrolló en dos momentos, primero mediante la técnica de Redes Semánticas se indagó sobre lo que conciben como amor, enamoramiento y manifestaciones de éstos. A partir de estos resultados, se eligió a las informantes clave; a quienes en un segundo momento se aplicó una entrevista semiestructurada, que profundiza en los conocimientos, comportamiento y el tipo de emociones que se viven en el proceso de Enamoramiento-Amor. Los hallazgos muestran que las mujeres universitarias en el proceso de Enamoramiento parten de la idealización del otro, no perciben sus defectos o bien se toleran; el comportamiento que se asume se encuentra ligado al deber ser del amor, donde todo es justificado y perdonado en nombre de este sentimiento. En la etapa de amor, se presentan conductas de protección y cuidado hacia el otro, dejando en último las propias necesidades. Las informantes señalan que en el amor se generan sentimientos ambivalentes de extrema felicidad y sufrimiento al tener que tolerar violencia física y psicológica por parte de la pareja, esto coincide con la concepción de Fromm acerca del amor como fundamental en el ser humano, donde se debe aprender y ejercitar poniendo en juego toda la personalidad, implica asumir una actitud positiva, una orientación de carácter, un acto de voluntad y compromiso hacia el otro; aunque en este caso no sea recíproco.

Palabras clave: Mujer, universitarias, Enamoramiento, amor, descuido, violencia.

Abstract

The present research is a qualitative study and it has for purpose to describe the way the Falling in love process is lived among university women population of the State of Mexico. The methodology was developed in two periods of time. The first period, in which the technique of semantic networks, was applied. It was about the meaning of words like love and manifestations of these. According to the results, key informants were elected; after that, they were asked to answer to a semistructured interview, which went deeper on the knowledge, behavior, and the type of emotions that are lived through the Falling in love process. The results show that the information revealed by the university

¹ Pasante de la Lic. en Psicología, del CU UAEM Zumpango, toha8666@gmail.com

² Mtra. en Psicología, Docente del CU UAEM Zumpango, amadoreyna@gmail.com

³ Mtra. en S. P. Profesor de T C del CU UAEM Zumpango, klauskaren18@hotmail.com

women in the process of Love radiating from the idealization of the other, where one cannot perceive its flaws or well tolerated; combined with the behavior that it is assumed this is linked to the duty be love, where everything is justified and forgiven in the name of this feeling. With regard to the stage of love, there are behaviors of protection and care towards each other, leaving it ultimately the own needs. Likewise, the love generated ambivalent feelings of extreme happiness and suffering by having to tolerate physical and psychological violence on the part of the couple, which coincides with the conception of Fromm about love as essential in the human being, where you must learn and practice putting at stake the entire personality, means to assume a positive attitude, an orientation of character, an act of will and commitment towards the other; although in this case is not on a reciprocal basis.

Key Words: Women, process, love, neglect and violence.

Introducción

*"Si no tengo amor, no soy nada."
Carta de San Pablo a los Corintios 13:1*

Los seres humanos somos más que un ente biopsicosocial, cuya función no se limita a nacer, reproducirse y morir; a decir de Maslow (1985)¹, las personas poseen un conjunto de necesidades a satisfacer, las cuales van desde cubrir las funciones fisiológicas, de seguridad, de afiliación, pero sobre todo de pertenencia evidenciada a través de la formación de vínculos afectivos significativos como el amor, y que en la mayoría de los casos determinan el estilo y la calidad de vida, entendida como el bienestar, felicidad y satisfacción de una persona. Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), la calidad de vida es la interpretación que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes².

Algunos factores asociados al nivel de calidad de vida son las condiciones de vida, por ejemplo el nivel educativo, las condiciones de vivienda, consumo de alimentos, seguridad social, ropa, tiempo libre, derechos humanos, entre otros. Las dimensiones que comprenden la calidad de vida son: dimensión física, es la percepción del estado físico o la salud, entendida como ausencia de enfermedad, los síntomas producidos por la enfermedad, y los efectos adversos del tratamiento; dimensión psicológica, es la percepción del individuo de su estado cognitivo y afectivo como el miedo, la ansiedad, la incomunicación, la pérdida de autoestima, la incertidumbre del futuro, también incluye las creencias personales, espirituales y religiosas como el significado de la vida y la actitud ante el sufrimiento; y dimensión social, es la percepción del individuo de las relaciones interpersonales y los roles sociales en la vida como la necesidad de apoyo familiar y social, la relación médico-paciente y el desempeño laboral³.

La calidad de vida, vista desde estas dimensiones se encuentra relacionada a los vínculos establecidos entre las personas, por ejemplo, vínculos amistosos, laborales, familiares y de pareja, generados a través de un proceso donde emergen comportamientos significativos que permean la personalidad. Así, las relaciones que se establecen son vitales para todo individuo, por ende un vínculo de pareja afectivo positivo correspondido, asegura una mejor calidad de vida, ya que

emergen emociones y sentimientos intensos que propician un estado de bienestar en las personas involucradas.

Para Neuburger (1998)⁴, en la pareja se desarrolla un mundo mítico, iniciando con la creación de su historia de encuentro, además de estar convencidos de formar una pareja. Este mundo se va enriqueciendo a través del tiempo por aventuras, enfermedades, pérdidas o alegrías compartidas, generando relatos referentes a las cualidades de ambos, se presenta igualmente un lenguaje de lo íntimo mediante una serie de rituales como diminutivos, miradas, bromas, detalles, tanto en comidas, salidas o en la sexualidad, con el único objetivo de reforzar del sentimiento de pertenencia.

La pareja se concibe como dos personas de familias diferentes, que deciden tener un vínculo afectivo, con un proyecto o intereses en común, que comparten cosas mediante una interacción en su entorno social⁵ y se puede ver materializada en un sentimiento como el amor⁶, el cual es sincero, inteligente buscando siempre el bien de la persona que se ama⁷. Si bien no existe una definición única sobre el amor, la mayoría de los investigadores coinciden en que cada persona lo vive de acuerdo a su historia de vida y contexto en particular. Al menos en México, el concepto más referido en la bibliografía especializada corresponde a Sternberg⁸, quien establece que el amor se conforma de tres componentes: intimidad, pasión y compromiso.

La intimidad, como sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión entre la pareja, expresada a través de la promoción del bienestar del otro; la pasión, como deseo y necesidad del otro miembro de la pareja, que comprende aspectos fisiológicos como elevación del arousal general y/o sexual, la necesidad de contacto físico y/o sexual y aspectos psicológicos tales como: deseos de entrega, de afiliación y de necesidad de reciprocidad. La pasión se expresa en comportamientos de acercamiento físico y/o sexual. Decisión y compromiso, refiere dos componentes: uno a corto plazo, que alude a la decisión de amar a la persona, a pesar de las dificultades que surjan; y, b) otro a largo plazo, sobre el compromiso por mantener ese amor que incluye el apoyo en los momentos difíciles⁸.

Con base en lo anterior, se puede observar que los tres elementos planteados son importantes en una relación de pareja, pero no siempre se encuentran en equilibrio, depende en gran medida del momento en el cual se encuentra la pareja, por ejemplo Hernández (2012)⁹, señala que el amor posee cuatro etapas en su proceso, en la primera fase se reconoce en la pareja actitudes, virtudes y otros elementos clave que responde a la frase me parece atractivo. En la segunda fase, es el momento de las fantasías desbocadas, en el que se atribuyen cualidades extraordinarias a la persona debido al bienestar endorfinico que produce su cercanía. En la tercera y cuarta fase, hay más trato y actividades en común, y se crea un vínculo emocional y sexual, con una segregación importante de la feniletilamina.

Así, el Enamoramiento es un proceso trascendental, ya que cuando el individuo se involucra en él encuentra elementos psicológicos que le ayudan al desarrollo de su personalidad, aunque también puede llevar a una pérdida de la identidad o descuido de la persona, en tanto que hay una fusión en la que sólo se vive para el otro olvidándose del propio yo, tal como señala Alberoni (1988)¹⁰; para este autor, el Enamoramiento es un estado naciente de un movimiento colectivo de dos que antes estaban separados, por eso, implica separar algo que estaba unido y unir lo dividido, lo que marca una apertura a nuevos conocimientos, situaciones (encontrar, perder y volver a encontrar, construir y reconstruir), y sensaciones.

Por su parte, Fromm (1990)¹¹, reconoce que el amor es algo fundamental en el ser humano, que debe ser considerado como un arte que se debe aprender y ejercitar poniendo en juego toda la personalidad, implica también una actitud, una orientación de carácter, un acto de voluntad y

compromiso que no sólo es hacia un objeto, sino hacia los demás, por esto se dice que en el amor se abraza el mundo entero.

Fromm¹¹, explica que emerge una fusión simbiótica, donde la pareja se necesita mutuamente, se es dependiente y uno de los miembros se comporta de forma pasiva o masoquista, mientras que el otro miembro la dirige, la guía, la protege, es como el aire que respira, se habla de uno solo, él es todo, yo soy nada salvo en la medida que formo parte de él. Uno no puede vivir sin el otro, es una fusión sin integridad porque se pierde la esencia de sí mismo. A esto se le llama la pérdida o abandono de sí mismo, en donde uno sin el otro no puede vivir, sin embargo, Fromm refiere que el amor productivo es favorable e implica cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento. De esta manera, se alude a distintos tipos de amor, entre los cuales se encuentran: el amor profano o falsificado, el amor romántico y el amor maduro, de este último se hablará más adelante.

Neuburger (1998)¹², considera que la pareja no se reduce únicamente a una relación, sino que implica un compromiso emocional y responsabilidad. La describe como una unidad de vida, una pequeña célula, un club exclusivo, que posee una dimensión institucional, donante de identidad, pertenencia y reconocimiento social para sus integrantes. Lo cual resulta relevante ya que, para una gran multitud la relación de pareja es la configuración de una vida al lado de otra persona, con la posibilidad de convertirse en una familia sin olvidar los intereses y valores personales.

Actualmente, la aparente libertad que se tiene para elegir una pareja supone que los miembros de ésta se unen por decisión propia y para su bienestar individual¹³. En la selección de pareja se buscan aquellas personas que prometen satisfacer sus mayores necesidades. La máxima gratificación es cuando los patrones de necesidades de ambos son similares¹⁴. Con respecto a la satisfacción de necesidades se debe tener en cuenta que en muchas ocasiones al elegir y formar una pareja se cree conocer a dicha persona, sin embargo, puede llegar a ser diferente y no cumplir las expectativas que se tienen. Algunos elementos considerados en la elección de pareja son la clase social, educación, religión, economía, consenso de valores familiares, la complementariedad de roles, entre otras. Esto conlleva a la construcción de expectativas ideales y reales, como se muestra en la Tabla 1.

Tabla 1. Expectativas en la relación de pareja	
Ideales	Realidad
<ul style="list-style-type: none"> • La pareja le dará la felicidad total y perpetua¹⁵ • La relación de pareja se basará en el amor erótico, del cual depende su estabilidad y permanencia¹⁶. • La pareja lo compensará por todas sus frustraciones pasadas. • La pareja incondicionalmente estará de su parte, le será fiel, y siempre será tolerante cuando su comportamiento no sea correcto¹⁷. • La relación de pareja será la realización completa y la plenitud¹⁸. 	<ul style="list-style-type: none"> • Compartirán la mayoría de las cosas, pero no todo. • Cada integrante de la pareja cambiará, y el cambio se producirá a través del conflicto y la evolución gradual. • Cada uno asumirá su propia responsabilidad y se le concederá al otro. • No debe esperar que la pareja satisfaga todas sus necesidades o que haga por usted lo que puede hacer por sí mismo. • Cada uno tendrá necesidades diferentes,

<ul style="list-style-type: none"> • La pareja será inseparable, siempre estará unida y lo compartirá todo. • El amor sostendrá siempre la relación, será eterno y sin ningún cambio. • Las buenas relaciones sexuales resolverán los problemas que se presenten. • La pareja deberá satisfacer todas sus necesidades afectivas, tales como las de proyección frente al rechazo, de aceptación, de posesión, de seguridad, etc.; además de las físicas, sexuales, económicas e intelectuales. 	<p>distintas capacidades, valores, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una relación de pareja tiene que construirse día a día a través de un esfuerzo compartido, ya que no es fortuita. • Los hijos no son necesarios como prueba de amor recíproco. • La confianza en el otro, es uno de los factores que llevan a una relación satisfactoria. • El hecho de permanecer juntos no es garantía de una relación satisfactoria.
---	--

Fuente: Elaboración propia, con base en revisión bibliográfica.

Con lo anterior, se evidencia la importancia de hacer una revaloración sobre las expectativas que usualmente se tienen al establecer una relación de pareja, que vaya más allá del plano ideal y de las visiones cotidianas que se expresan en los medios de comunicación, o bien en la literatura popular, donde se enfatiza que la mujer debe tolerar lo que su pareja le haga pues, está obligada a ello por el simple hecho de ser menos fuerte que él¹⁹. Esta situación pone a las mujeres en desventaja y, a más de 50 años de la liberación femenina, siguen existiendo visiones machistas del rol femenino, bajo la idea de aguantar lo que sea y hacer todo lo que se le solicite, por ejemplo:

El matrimonio legitima la unión de dos personas, se considera obligatorio la procreación de más de un hijo, el cuidado y la crianza de los hijos, los quehaceres domésticos, la distribución de la economía; la mujer es un objeto sexual, en donde prevalece la sumisión, donde se considera que el hombre manda en todos los aspectos y, la mujer sumisa pertenecía única y exclusivamente al hogar, por lo que el hombre podría juzgar y considerar si sus actos son acreedores a un castigo, físico o psicológico²⁰.

Es importante señalar que, como lo expresa Fromm (2003)²¹, el fracaso de la cultura moderna no reside en su individualismo, tampoco en la idea de que el bien moral es lo mismo que la consecución del interés propio, sino en la deformación de significado del interés en su verdadero yo, no en el hecho de ser demasiado egoístas, sino en no amarse a sí mismo para después amar a otro(s).

La mujer actual se asume de diversas maneras, partiendo de su individualización a través del ejercicio social, por ejemplo, es capaz de realizar actividades fuera del hogar como estudiar, trabajar, relacionarse con otras mujeres y con otros hombres, compartir y cuestionar puntos de vista, incursionar en la política, la tecnología y diversas disciplinas, entre otras. Sin embargo, aun cuando la mujer participa en diferentes ámbitos, generalmente se sigue viendo como el sexo débil. Dicha concepción enmarca un trato indigno en las relaciones de la pareja, por lo cual aún sigue siendo objeto de investigación y de legislación federal el maltrato hacia la mujer²².

Es importante enfatizar que, las investigaciones en torno al amor siguen siendo escasas y superficiales, generalmente se han realizado desde dos enfoques metodológicos, cuantitativo y cualitativo. Desde la postura cuantitativa se trata el proceso de Enamoramiento-amor como algo natural y de menor importancia, a decir de Yela²³, el Enamoramiento es un estado emocional de máxima alegría, donde la persona se siente intensamente atraída por otra, como consecuencia de compartir cosas en cierta medida significativas como la historia de vida, la música, las ideas, el

proyecto de vida, entre otras; aunque suele ser transitorio. Díaz Loving y Sánchez (1994)²⁴, tratan el ciclo de acercamiento-alejamiento de la pareja, el tratamiento es cuantitativo y los hallazgos muestran que en toda relación existe una transición determinada, la cual va desde los primeros instantes del encuentro y/o conocimiento como son las etapas de extraños y conocidos, hasta los últimos pasos llamados separación y olvido. En cuanto a las investigaciones de corte cualitativo son menores y, se han centrado en la violencia en el noviazgo, las representaciones sociales y el mal manejo de las emociones²⁵.

El estudio del proceso de Enamoramiento-amor de la pareja, es complejo, ya que el trabajo con las reacciones intrapersonales que se puedan presentar en las relaciones afectivas de una pareja son diversas. Aunque pueden encontrarse escritos psicológicos sobre el tema, lo cierto es que ha faltado un fundamento real de las concepciones mexicanas.

Con base en lo anterior, el presente estudio busca describir cómo es el proceso de Enamoramiento en mujeres jóvenes, identificando el concepto de amor en la relación de pareja, y determinar si la mujer llega al descuido de sí misma en el proceso de Enamoramiento-Amor.

Material y métodos

Para alcanzar el objetivo de investigación se hizo un abordaje cualitativo, para comprender la realidad como un proceso de construcción social, desarrollado preferentemente a través del lenguaje²⁶. Desde este enfoque, no existe una realidad objetiva, sino que es construida intersubjetivamente como señalan Taylor y Bogdan (1986)²⁷. Con la metodología cualitativa se busca comprender la realidad, manteniendo en el análisis de la información el discurso de los actores, lo que permite indagar acerca de su visión respecto a la situación en que viven y respecto a su historia.

Por lo poco desarrollado del tema, desde una mirada cualitativa, se plantea un estudio de tipo exploratorio descriptivo, con el cual se busca identificar las características conductuales, emocionales y cognitivas que emergen en el proceso de Enamoramiento. Al no haber un conocimiento acabado del fenómeno a investigar, pueden encontrarse mayores elementos de análisis, así como el acercamiento a la realidad desde el entorno concreto y natural donde se desarrollan los procesos²⁸.

La población de estudio son mujeres universitarias de del Estado de México. El proceso de selección se hizo a través de un muestro intencionado, que consistió en aplicar una encuesta de redes semánticas naturales sobre el concepto de amor, las cosas que han hecho por amor y que después reconocen como inadecuadas y las emociones vividas, que son indicadores de que están enamoradas. La red semántica se concibe como un conjunto de conceptos elegidos por la memoria a través de un proceso reconstructivo, y esta estructura y organización debe permitir un plan de acción según Hernández, L. (1998)²⁹. Se encuestó a una población de 250 mujeres estudiantes universitarias, del último semestre de los 11 programas educativos de la universidad en estudio. Los criterios de inclusión fueron: tener una relación de pareja, con un tiempo de relación de al menos dos meses en pareja, lo anterior considerado un probable indicador de Enamoramiento.

Una vez aplicadas las encuestas, se definieron como criterios de dependencia emocional y descuido de sí misma: la imposibilidad de autosuficiencia, sumisión, Necesidad imperiosa de aceptación, Autoestima deteriorada, Dificultad para tomar decisiones, Relaciones Sociales Escasas o Nulas y Temor a la soledad. La población de estudio estuvo conformada por cinco estudiantes, con alto nivel de dependencia emocional, las cuales accedieron a participar de manera voluntaria, mediante consentimiento informado.

Con los resultados obtenidos mediante la técnica de Redes semánticas, se procedió a elaborar una lista de preguntas tentativas para develar de viva voz de las estudiantes universitarias el descuido de sí misma en el proceso de Enamoramiento-Amor; por lo que inicialmente se indagó sobre las siguientes unidades de análisis y sus referentes empíricos:

1. Datos sociodemográficos
 - Datos de identificación general: edad y estado civil
 - Domicilio
 - Situación laboral: ocupación, antigüedad laboral, horario y salario
 - Conformación Familiar
2. Representación de la mujer en la familia
3. Información del amor.
4. Comportamientos en la etapa del amor.
5. Emociones en el proceso de amor

Cabe señalar que, las categorías fueron una guía orientadora de la entrevista, donde existió flexibilidad en el orden y estructura de las preguntas, ya que este instrumento permite recuperar el pensamiento libre e ingenuo, a partir de las descripciones del mundo vivido por las personas entrevistadas, con el fin de lograr interpretaciones fidedignas del significado que tienen los fenómenos descritos. Respecto al cuidado de la validez de aplicación se siguieron las sugerencias de la tipología de Patton, en la cual el contenido a investigar indaga de lo general a particular; esto es, se cuestiona lo demográfico-biográfico; sensorial: experiencias-conductas, sentimientos, conocimientos y opiniones- valores³⁰.

Para la realización de las entrevistas se elaboró una agenda en la que se calendarizó una cita con cada participante, para evitar inconvenientes en la realización de la entrevista. Se consideró un espacio aproximado de una hora, regularmente se trabajó en un salón vacío o sala de profesores, buscando siempre privacidad que permitiera generar un clima de confianza y apertura con las entrevistadas. Para cumplir con los aspectos éticos de la investigación, con base en el código de ética del psicólogo y los lineamientos de investigación, se solicitó autorización para grabar las entrevistas, asegurando en todo momento la confidencialidad y anonimato de las entrevistadas, a lo cual aceptaron sin ningún inconveniente.

Una vez realizadas las entrevistas, se procedió a su transcripción textualmente; con un tiempo promedio de captura de un mes; el procedimiento consistió en escuchar las entrevistas e ir capturando cada una; encontrando en este ejercicio algunas dudas, categorías emergentes y formas de reinterpretación.

Para el tratamiento de los datos cualitativos, se hizo análisis del discurso social, identificando los significados y sentidos de las categorías indagadas; bajo esta idea se realizó lectura y relectura de las transcripciones, con la finalidad de ubicar nuevos datos que permitieran reconstruir o ubicar nuevas categorías.

Desde las ciencias sociales se habla de validez en una investigación, en la medida que sus resultados reflejen una imagen lo más completa posible, clara y representativa de la realidad o situación estudiada. Bajo esta premisa, se usó la triangulación de métodos y técnicas, que consiste en el uso de múltiples métodos o técnicas para acercarse al objeto de estudio³¹.

- a) Triangulación de datos: en la cual se utilizó como referencia los hallazgos citados en el estado del conocimiento.

- b) Triangulación de investigadores: en el que participaron el director de tesis, una estudiante de psicología y con estudios previos sobre el tema, el investigador principal.
- c) Triangulación de teorías: consistió en emplear varias perspectivas para interpretar y darle estructura a un mismo conjunto de datos, en este caso se recurre al enfoque humanista, gestáltico y psicoanalista.
- d) Triangulación interdisciplinaria: se recurrió a múltiples disciplinas; la psicología, la sociología, la historia, la medicina y la pedagogía. y
- e) Triangulación de informantes: la cual consistió en ubicar las coincidencias en los discursos de las estudiantes.

Para comprobar la confiabilidad de los datos en diferentes tiempos, se recurrió a la intersubjetividad, la cual consistió en presentar los hallazgos a los informantes y verificar el sentido y significado del discurso expresado. Se realizó de manera individual.

El análisis de la información se realizó en dos etapas, primero un análisis descriptivo para el tratamiento de los datos sociodemográficos más sobresalientes, tanto de las participantes como de los hombres con los que se relacionan y, posteriormente un análisis relacional.

Se usó el programa estadístico informático SPSS 20.0, por su conveniencia para el análisis de datos estadísticos en investigaciones sociales.

Resultados

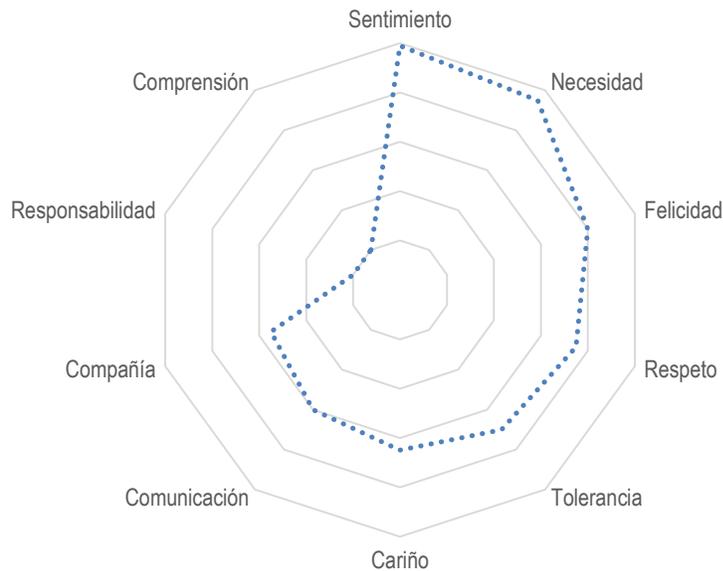
De las cinco estudiantes universitarias, participantes en el estudio, el promedio de edad fue de 24 años, con una desviación estándar de dos, por lo que en su mayoría la edad de la población osciló entre veintidós y veintiséis años.

Respecto a la relación de pareja el 77 % de las participantes mantenían una relación de noviazgo, el 11 % vivían en unión libre y 12 % eran casadas. En cuanto al tiempo de la relación 35 % tenían 3 meses, 25 % de 4 a 6 meses, 10 % de 7 a 9 meses, 5 % de 10 a 12 meses y 25 % más de un año. El mayor porcentaje se encuentra en mujeres universitarias con los primeros 6 meses de relación. Buena parte de las relaciones que las jóvenes universitarias establecen son carácter efímero al no sobrepasar los 6 meses de vida de relación.

Concerniente a la edad de la pareja, las estudiantes universitarias se relacionan en su mayoría con jóvenes de su misma edad (88 %) y las diferencias más significativas se encuentran en 3 a 6 años de edad mayores que ellas (12 %). En cuanto a la ocupación de la pareja, el 59% de hombres trabaja, por lo cual percibe un salario y 41 % entabla una relación con otro estudiante. Es importante señalar que el 70 % de las parejas poseen un grado de estudios inferior a las estudiantes (secundaria y bachillerato), 20 % son estudiantes universitarios y 10 % son profesionistas.

Sobre los conceptos ligados al amor, de acuerdo a la figura 1, se puede observar que el amor es conceptualizado como un sentimiento, en donde se genera una necesidad del otro en un 95% de la población que a decir de Lemos y Londoño (2006)³² en realidad es una dependencia emocional, en esta situación no se vive con amor, sino por el contrario se vive para el amor, dejando áreas importantes en la vida cotidiana, como la apertura social en el sentido de relaciones con familiares y amigos, por ser exclusivo de la pareja.

Figura 1. Elementos asociados al amor



Fuente. Elaboración propia con datos de la investigación.

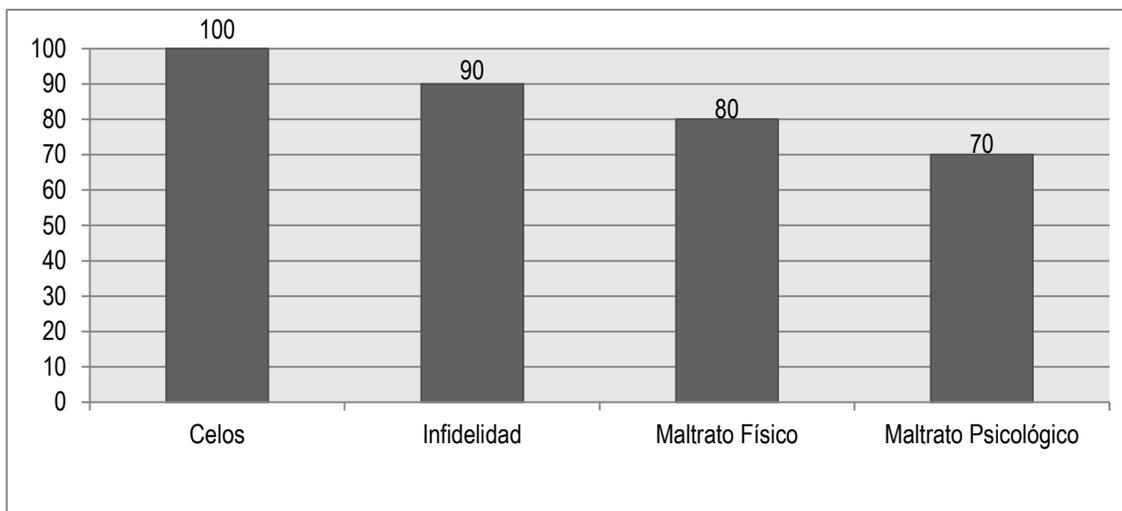
El 80% refiere que el amor le proporciona felicidad, por ende un 20% no la reconoce al interior del proceso de amor, esto es cuando se han enamorado sufre en la relación o durante el establecimiento de ésta.

Valores asociados al amor se encontraron entre 70 y 75%, como la tolerancia y el respeto respectivamente, lo cual enmarca un tipo de amor maduro, en el cual existe una relación sana de interdependencia e individualidad en el proceso³³.

En el amor, se reconoce la presencia del cariño, la comunicación y compañía como elemento que fortalecen el vínculo. Pese a lo anterior en muy poco porcentaje se ubica la comprensión y la responsabilidad, es decir, las mujeres universitarias viven el Enamoramiento sólo en la faceta de flechazo y atracción, muy pocos trascienden al amor estable o maduro, lo cual trae ciertas complicaciones en la relación de pareja.

En cuanto a las pautas de comportamiento más reiterativas en la relación se lograron ubicar cuatro, tal como se observa en la Figura 2.

Figura 2. Porcentaje de comportamientos tolerados en la relación de pareja



Fuente. Elaboración propia con datos de la investigación.

Se puede notar que los celos entre la pareja tienen representación en el 100% de las universitarias, debido a la presencia de un tercero. De acuerdo a Monroy, Amador y Rodríguez (2014)³⁴, los celos implican un estado emocional que surge como respuesta al miedo de perder a la persona con valor sentimental dentro de una relación, al sentirse vulnerable quien expresa ese comportamiento por la acción o presencia de una tercera persona, real o imaginaria.

Con base en lo anterior, se puede establecer una celotipia reactiva, pues en el 90% de la población se ha podido comprobar infidelidad. Esta situación se presenta continuamente, teniendo en cuenta que se trata de una relación amorosa con una persona ajena al vínculo formal, y es una de las problemáticas más comunes.

Para el análisis cualitativo se estableció la nomenclatura de integración por área de conocimiento, Ciencias Sociales (CSO), Ciencias de la Salud (CSA) y Ciencias Fisicomatemáticas (CFM), asociando el número de participantes.

Respecto a la expectativa de una relación de pareja y, de acuerdo a Fromm³⁵ la idea del amor romántico y maduro se encuentran arraigadas; en el primero, las raíces se ubican en el pasado, sobreviene en la actualidad a través de innumerables cuentos de hadas, narrados en incontables formas y transmitidos de generación en generación. Se define como la proyección de las necesidades de un individuo sobre un objeto de amor, así se nota que es la búsqueda del compañero ideal.

“Es cuando llega tu príncipe azul y sólo piensas en esa persona, quieres estar con ella todo el tiempo, no te importa nada de lo que te digan los demás...” CSO1

“Es sólo una etapa en donde uno siente atracción por una persona” CSA1

“Lo admiraba porque era guapo, era militar, tenía porte, educación” CFM1

Sobre el Amor maduro, se produce después del conocimiento del ser amado y de la experiencia con él. Es profundo, es el llamado amor ágape, a través del cual la persona da sin esperar recibir. Este tipo de amor comprende cuatro elementos básicos:

1. La preocupación activa por la vida y el desarrollo de aquel a quien se ama.
2. Responsabilidad creativa por las necesidades físicas y psíquicas del otro.
3. Respeto por el otro, capacidad de ver a la persona tal como es, de reconocer su individualidad particular.
4. Conocimiento de uno mismo, del otro y de la naturaleza del amor.

“...buscaba ahorrar para apoyarlo con sus alimentos, pasajes, materiales y distracciones, ya que su mamá a pesar de contar con el dinero que le enviaba su papá no se hacía cargo de lo que era realmente importante para él”. CFM2

“Con mi ex marido, en un principio fue atracción y conforme le conocí me interesaba su diferente forma de pensar que tenía en comparación de la mía, creo que fue una retroalimentación y por supuesto sentí admiración, pues me gustaba mucho su rollo...” CSA1

Con los testimonios anteriores se aprecia que el amor genera apego, y codependencia, por ejemplo Fisher (2009)³⁶, afirma que el amor romántico es una adicción, que genera desesperación, ansiedad, impulsos y crea un estado de necesidad en las personas para tratar de mantenerlo toda la vida. En el mismo sentido, las dependencias sentimentales se definen como trastornos relacionales caracterizados por la manifestación de comportamientos adictivos en la relación interpersonal basados en una asimetría de rol y en una actitud dependiente en relación al sujeto del que se depende (Moral, 2008)³⁷.

Pese a tener una idealización del amor las participantes reconocen vivir con amor profano o falsificado, manifestado a través de una relación degradante, explotadora, posesiva, violenta, antisocial, irresponsable, sádica y masoquista.

“Recuerdo mucho y es algo que no se me va a olvidar, sus golpes, sus bofetadas y más el día que me amenazó con romperme la nariz, no recuerdo que traíamos en las manos, pero sentí que me iba a matar, además el que me comparara con otras mujeres, que dijera que eran muy bonitas o que estaban bien buenas... Bueno, aunque en realidad esas discusiones siempre eran porque él creía tener la razón o lo que me molestaba es que no me dejará vestir como a mí me gustaba, en un principio le agradaba que me pusiera mi ropa bien ajustadita, pero ya casados y después de tener a Pipina, me decía que estaba muy gorda, que eso ya no iba conmigo. Ambos trabajábamos, pero a él no le gustaba tener que llegar a la casa que nos prestaron sus papás a limpiar, decía que ya había hecho mucho con conseguimos la casa y que su trabajo era muy cansado. Creo que después de lo fuerte y ruda que aparentaba ser en la escuela lo olvidé y me dejé manipular mucho, pero es que yo sentía que lo amaba mucho, mejor dicho, sí lo ame mucho, lo admiraba y respetaba, siempre deseaba luchar por ser mejores y complementarnos, me gustaba alentarle a seguir adelante y creí que debía ver por la seguridad en su fidelidad a pesar de los errores o defectos que cometía, pero el pequeño detalle es que olvidé de quererme”. CSA1

“Durante la relación nunca me maltrató físicamente, es decir, nunca me golpeó, pero a veces sí se burlaba de mí frente a otras personas, era muy sarcástico, sentía que siempre creía tener la razón y hacerme menos. Cuando salíamos había ocasiones en que cuando llegaba por mí y me veía, me decía – ¿ya te arreglaste? – y se reía, nunca me hizo cambiar o algo así, pero con solo decir eso ya sentía que me veía mal. Aunque la verdad si empecé a arreglarme más, a maquillarme, eso por un tiempo, porque después me dijo que no sabía hacerlo y lo deje de hacer...” CSO1

“El día de la boda se fue a acostar con su cuñada... sus hermanos siempre decían que yo era fea y pobre... cuando llegaba siempre subía primero a su casa poniendo de pretexto a la niña... escuché ruido en los gallineros, subí a ver qué pasaba y cuando encendí la luz ahí estaban haciendo el amor...” CFM1

Los testimonios develan situaciones conflictivas en una relación de pareja aunque no llevan a terminar con ésta y continúan con la relación, se perdonan los errores; sin embargo, lo anterior desde la postura de Meleró (2008) se entiende como un apego; desde el punto de vista clínico, como una necesidad determinada biológicamente, cuya finalidad es lograr formar vínculos emocionales que puedan proporcionar a las personas un sentimiento de seguridad psicológica y desde la Teoría del apego³⁸ esto hace referencia a la regulación del afecto. Debe entenderse que esta diferencia a las personas en la forma en que sienten y expresan sus necesidades afectivas y en la manera cómo actúan para mantener el equilibrio emocional.

Es importante enfatizar que para Castelló (2000)³⁹, el vínculo afectivo perseguido por el apego tiene un segundo propósito biológico aparte de proporcionar seguridad y es la de relacionar emocionalmente a las personas, con lo cual se puede concluir que es esta finalidad la que está directamente relacionada con la dependencia emocional y a partir de la cual se puede diferenciar, pues es precisamente la falta de afecto y no solo la de protección y cuidado la que caracteriza a las personas que sufren de carencias emocionales.

Hasta ahora, se presentan diversas opiniones acerca de lo que es el amor, sin embargo, los autores permiten visualizar que el amor es un vínculo afectivo entre dos personas que desean estar juntas, en el cual hay ciertas características que intervienen, tal como el respeto, la confianza, la seguridad, la lealtad, etc., las cuales dependen de la madurez humana para soportar las contradicciones de las personas, en este caso, de la pareja, y así mismo, de una adhesión recíproca a pesar de las divergencias.

Se dice que las relaciones son los contactos más esenciales en la vida cotidiana y entre más intensa, con igualdad y libre elección pueden ser más ricas en contenido por lo que marcan la vida cotidiana de las personas.

En este sentido, Heller (1987)⁴⁰ señala que los sentimientos pueden suscitar reacciones adecuadas e inadecuadas. Para ella, enamorarse implica una relación en la que exista reciprocidad y se pueda seguir alimentando los sentimientos, sin embargo, esto no implica igual intensidad en los sentimientos ni en los contenidos.

En cuanto al rol de la mujer, la forma en cómo se vive, las representaciones hacen un énfasis dinámico – temporal, que expresan la voluntad de comprender los procesos de cambio social. Por ejemplo, para Mills, C. (1970)⁴¹ existe la necesidad de considerar constantemente las relaciones entre biografía, historia y una estructura social en la que se cruzan biografía e historia. Considerando las etiquetas que siempre se han tenido de las mujeres en relación al hogar y dar prioridades a todo menos a uno misma, se reconoce que en la actualidad la mujer no deja atrás esas etiquetas, pero ha incursionado en otros ámbitos incluyendo la prioridad personal.

La educación femenina adquirió un carácter marcadamente social, omitiendo las necesidades propias de la mujer, aspecto que Carner (2006)⁴² explica al manifestar que la necesidad de educar a la mujer se enmarcó en el concepto paternalista de una sociedad que busca cumplir sus propias metas, pero no se piensa en las metas personales o individuales que podría tener la mujer para mejorarse a sí misma.

“Mi mamá me decía, no te cases, te vas a echar obligaciones tan chamaca, estudia, o sea, sí siempre, con ella sí, sí, ella me enseñó a lavar, a cocinar, o sea yo cuando me casé, ya sabía lavar, cocinar y todo... O sea, yo siempre he pensado que primero yo, después yo y al último yo”.
CSA2

“Mi mamá siempre me ha dicho que busque alguien que comparta los mismos ideales que yo, que me quiera, que estemos a la misma altura, incluso que tenga el mismo grado de estudios que yo porque Oscar no tenía ni la prepa, que me respete, que me valore, etc... Después regresé a

la uni porque mi mamá me animaba mucho, decía que no me podía quedar así, que tenía que demostrarle que yo valía mucho y que iba a salir adelante”. CSO1

“Mis padres de pequeña nunca hablaron conmigo de novios ni eso, cuando ya estaba embarazada sólo me dijeron que era muy difícil y que era una tonta, que estaba muy chica, etc. y solo hicieron mención de las labores del hogar y cuidar a mi futuro bebé, dijeron que no sabía en la que me había metido... También me vi en la necesidad de pedir ayuda, fui al psicólogo y ahorita mi mamá me está apoyando económicamente para que mi hija y yo estudiemos”. CSA1

“A pesar de que en casa siempre tenía que ayudar a los quehaceres, mi principal responsabilidad era estudiar, mi mamá siempre decía que estudiara para que si me casaba con alguien que no me valorara no me viera en la necesidad de aguantar malos tratos y lo mandara a la fregada, pues podía trabajar y salir adelante y así fue, gracias a Dios terminé mi carrera y después de una semana ya tenía trabajo, solventé algunos gastos de mi novio y después decidí terminar con él”. CFM2

“Desde niña tuve que atender mi casa, porque mis papás se separaron porque mi papá era borrachito y mi abuelito estaba enfermo ... a los siete años yo me fui a cuidar a Luisito, pero llegaron sus tías y lo cuidaron, pero la señora Lucha me dijo que cuidará a Chelo y ahí estuve trabajando, cuidando a esa niña hasta los doce años, después una señora vino a la tienda y me dijo, yo trabajo en México, soy cocinera y fijate que hay una señora francesa que tiene un perrito y ella quiere una niña como tú para que te ocupes del perrito y fijate que te va a pagar veinticinco pesos, ya en la tarde se sentaba conmigo y agarraba su silabario y ya por medio del silabario me empezó a enseñar a leer, pero llegando, lo primero que hizo fue llevarme a la peluquería, me quito las trenzas, me hizo un permanente, me llevo creo que a Liverpool o Palacio de Hierro, me dijo, ¿sabes qué? te voy a comprar tres uniformes... Cuando ella se fue trabajé en un laboratorio y ahí conocí a Ernesto... cuando me casé trabajaba en un comedor comunitario, pero él me quitó de ahí porque decía que ahora él me tenía que mantener, porque la gente iba a hablar”. CFM1

Cuando dos sujetos se unen y conforman una pareja, han construido a través de su historia una serie de expectativas a menudo ideales que depositan en el otro para ser cumplidas, y por medio de la idealización como efecto del Enamoramiento cada uno ve al otro diferente de lo que en realidad es, y pretende cosas que ese otro no le puede dar. Se trata de intentar ver tal cual es a la imagen de quien se coincide y de hacer lo mismo con la propia, para tener una relación más enriquecedora y a la vez profunda y no una supuesta relación que al llegar a la insatisfacción termine en la ruptura. Así, se puede notar que la población entrevistada tiene expectativas dentro de una relación de pareja.

Como te darás cuenta no cubría mis expectativas, al menos no del todo, empecé a sentir que deseaba que fuera más formal en su forma de verse en un principio sí me hacía sentir plena, pero él se estancó en su desarrollo personal y entonces perdí poco a poco la admiración que sentía por él... Sí teníamos metas juntos, formar una familia, tener una casa, que entre ambos pudiéramos hacer de ella un hogar, aprender a cocinar juntos, etc, pero eso no se cumplió”. CSA1

“Teníamos metas juntos, queríamos tener una casa, vivir juntos, aunque ahora que lo pienso no eran muchas y casi siempre me cambiaba las cosas... la primera vez que terminamos la verdad yo no quería nada en ese momento, me sentía vacía, sentía que me iba a morir sin él, no quería levantarme, ni ir a la universidad, no quería ver a nadie, no sé, no quería nada de nada... En mi relación siempre hacía falta algo, bueno le hacía falta todo... Estar al pendiente de la otra persona, ayudarla, apoyarla, comprenderla, aconsejarla...” CSO1

“Siempre creí que mi pareja sería el hombre perfecto, que me iba a consentir, cuidar, proteger y sobre todo, que siempre sería la única en su vida, y que yo sería su mujer perfecta encargándome de todo lo del hogar, atenderlo, consentirlo y cuidarlo en todos los aspectos” CFM2

La formación de la imagen de uno mismo comienza con la familia y la forma en que enseña a valorizarse, los modelos, la identificación con la madre, los mensajes que se transmiten con sus comportamientos, la repetición de pautas⁴³.

Se conoce toda una industria que fabrica literatura exclusiva para las mujeres y todas las edades, con revistas para niñas como Barbie, para adolescentes: Eres, Tú, Tú novias, para las amas de casa y las ejecutivas están Cocina Fácil, Ser Padres, Buen Hogar, Vanidades, Cosmopolitan, entre otras, las cuales en cierta medida refuerzan prototipos de mujer.

“Mi mamá siempre se ha dedicado a su casa, todo tenía que estar impecable creyendo que así mi papá estaría a gusto... desde que era pequeña en cuanto llegaba mi papá le tenía que acercar sus sandalias y mi mamá le calentaba la cena... siempre he notado que las mujeres somos quienes le servimos a los hombres, pues si mi mamá no estaba, mi hermana o yo atendíamos a mi papá y a mi hermano aunque este último nunca levantaba ni su plato... hubo un tiempo en que mi mamá se dedicó a vender ropa en abonos, pero antes de salir a ofrecer o cobrar tenía que tener limpia la casa, la comida hecha, lavar o planchar, dependiendo los quehaceres que tuviese”. CFM2

“En mi familia siempre ha jugado el papel principal la mujer porque tenemos como ejemplo a mi mamá que trabaja y es cabeza de familia, ya que mi papá se separó de ella y formó otra familia, desde entonces he visto cómo ella hace hasta lo imposible por sacar a sus hijos adelante... el trato entre ellos era problemático, siempre había muchos conflictos, discusiones, peleas, insultos, malos tratos; por lo mismo se separaron. La verdad creo que el problema fue mi papá, pues que yo recuerde mi mamá siempre se la pasaba en casa limpiando, siempre era muy atenta con él, no sé, mmm, cómo decirlo, era muy hogareña... fue muy difícil ver cómo mi familia se separaba, sentía que mi papá no me quería, que no le importaba, creí que no había sido buena y por eso nos dejaba. Pero poco a poco mi mamá nos fue haciendo sentir bien, aunque comenzaron más responsabilidades, pues desde los 13 mis deberes son realizar las labores del hogar junto con mi hermano y arreglar mi cuarto, ya que a mi mamá no le da tiempo por su trabajo”. CSO1

“Mi mamá siempre ha trabajado, ella se hizo cargo siempre de los gastos de la casa, nunca hemos necesitado de mi papá, mi mamá fue proveedor de todo; aunque cuando vivían juntos siempre parecía que se llevaban bien y todo era muy respetuoso, pues no me hizo falta cuando se fue, al momento si lo extrañe y todo eso, pero me adapte muy rápido... En casa mi único deber era hacer mis tareas, actualmente cumplir con lo escolar, ayudar a la limpieza y mantenimiento del mismo y cuidado de mi hija, pero sinceramente nunca sentí que me empujaran a estudiar, mi mamá estaba tan ocupada trabajando para mantenernos, que a veces sentía que me descuidaba mucho en ese aspecto y cuando se llegaba a acordar, pues era muy dura que así ni ganas me daban de seguir ni para bien ni para mal... Fui la única que tuvo que aprender a cocinar y planchar, porque te repito, él nunca quería hacerse cargo de nada del hogar”. CSA1

Stinnet y Walter (1991)⁴⁴, señalan que elegir un compañero es un proceso complejo y una decisión importante que muchos hacen, con lo cual se pretende encontrar lo más cercano a la pareja perfecta, siendo el contexto cultural el que provee de señales para hacer una elección prudente, entre las que se encuentran los mensajes e imágenes de las novelas, las pinturas, que de alguna forma hablan de un amor que vence todos los obstáculos, además de una pareja ideal, también el grupo social influye en la elección ya que de acuerdo a sus parámetros el individuo busca con quien formar una familia.

En cuanto al aspecto conductual, el amor se preocupa por las necesidades de la otra persona a través de la expresión de aspecto físico y de cuidados para con él. Sternberg (1996)⁴⁵ menciona que el amor es un compromiso incondicional y protector entre dos partes que contribuyen mutuamente a su bienestar y desarrollo, por lo que también puede ser considerado de acuerdo a Díaz Guerrero (1994)⁴⁶ como cualquier tipo de comportamiento que acerca a las personas física, emocional, social y espiritualmente.

El apoyo que se expresa en las relaciones de pareja es de vital importancia ya que es la base fundamental de las relaciones maritales. Sánchez (2007)⁴⁷ menciona que una de las principales causas por lo que las relaciones comienzan a agotarse es la falta de apoyo y comunicación en la pareja, lo que genera un desconocimiento de las propias necesidades; por ello es importante conocer los estilos de amor y el apoyo que se genera en las parejas para también conocer a la persona con la que se comparte la vida y así fortalecer las relaciones.

“Ahora sé que no solo es dar, que también debo recibir respeto, amor, comprensión y espacio por la otra persona, hacia uno, pues Julián siempre me quería con él, incluso si tenía que hacer trabajos en equipo cuando estudiaba él iba conmigo, para salir con mis amigos ahí estaba él, nunca me dejaba sola y siempre se burlaba de mí y de los demás diciendo que éramos unos tontos, sé que él sabía mucho, pero no tenía que ser así”. CSA1

“Sinceramente si sigo aquí y logré seguir adelante es gracias a mi mamá, pues la mayoría de las veces fue mi mamá quien me hacía observaciones del trato que él me daba... Me habría gustado cambiar su comportamiento, pero no se pudo, solo agradezco que tampoco haya logrado cambiarme a mí para siempre. Ahora no digo que no me guste mi vida, pues no cambiaría nada de ella, así me gusta mi vida, ahora me doy cuenta de muchas cosas que no aproveché, pero recapacité y comencé de nuevo... ahora sé que también tengo derecho a ser feliz, sentirme amada, comprendida, sentirme valorada, respetada, etc”. CSO1

“Cuando me di cuenta que él me había sido infiel, a pesar de que él lo negaba, tardé mucho en terminar la relación, sin embargo, lo hice porque sé que tal vez el príncipe azul nunca va a llegar a mi vida y que he podido encontrar a alguien que respeta mi individualidad, aunque como toda relación, nunca faltan los conflictos”. CFM2

“Yo siempre andaba arregladita, me bañaba, me vestía bonito, traía las uñas largas y pintadas... pero un día él llegó y me dijo, ya no te vas a pintar, te cortas las uñas y usas tus vestidos flojos y largos... un día en el mercado me vio una tía y me dijo: mijita que te pasó, no pues es que mi marido me dijo esto y esto, y que sólo con esta ropa podía andar, ella me contestó: no, no, tú no le hagas caso, no tiene por qué traerte así, arréglate, hasta más coraje le va a dar y exígele bien... y hasta la fecha siempre desde que me levanto me arreglo”. CFM1

Para comprender las relaciones de pareja es importante observar el papel de los contextos sociales y el de las expectativas del futuro que se construye individual y grupalmente. Para Montorio y Lozada (2004)⁴⁸, el amor genera dependencia, la cual se puede definir a partir del ajuste a las demandas de su medio físico y social, demandas que pueden ser físicas, sociales, culturales, sensoriales, motivacionales, incluso, afirman Baltés y Silverberg (1994)⁴⁹, pueden ser económica, mental, emocional, imaginaria y cognitiva, donde la mujer involucrada cede y hace lo solicitado con la finalidad de conservar el vínculo establecido, pese que éste le genere más malestares que satisfacciones.

La dependencia emocional y por tanto el descuido de sí misma en el proceso de Enamoramiento es para Montorio y Lozada (2004), un fenómeno complejo y multicausal en el que hay una continua interacción entre variables psicosociales como las atribuciones, las actitudes, la comunicación y la autosuficiencia, que admite también diversas vías de intervención, desde

mediaciones a partir del punto de vista social hasta las asistencias en las que se considera que las conductas de dependencia son el resultado de una conformidad con los estereotipos o una subestimación de los recursos propios.

Discusión y conclusiones

Los resultados obtenidos ponen en evidencia que el Enamoramiento regularmente se encuentra ligado a una serie de problemáticas que se perciben como normales, pero que en realidad constituyen un problema de seriedad y atención social, algunos de los más importantes son la dependencia emocional, la baja autoestima y la violencia. Bornstein (2006)⁵⁰, define a la dependencia emocional, como una marcada necesidad de cuidado, protección y apoyo, incluso en situaciones en las que la persona es capaz de funcionar de manera autónoma y enfrentar los desafíos por sí mismo. En este sentido afecta el desarrollo, tanto individual como profesional, al perderse autonomía, capacidad para solucionar problemas, motivación y sufrir depresión y desesperanza. Por ejemplo, Sirvent (2007)⁵¹ menciona que los dependientes sentimentales a menudo ignoran su padecimiento o tienen poca consciencia de este, llegando a considerar como fuente de su malestar causas externas a ellos mismos, o bien por los síntomas emergentes que se les manifiestan como la depresión. Así mismo, Sirvent y Moral (2004)⁵² afirman que las clasificaciones internacionales (CIE y DSM) han pasado por alto que las dependencias sentimentales pueden llegar a afectar a un 8,66 % de la población total.

En este estudio se observa la existencia de dependencia emocional, y como consecuencia de ello permiten que se les vulneren sus derechos humanos, afectando la calidad de vida en el área física y emocional. Es importante resaltar la similitud que existe entre los conceptos de dependencia emocional y apego, sobre todo con el de apego ansioso, que a decir de Bowlby (1982)⁵³ hace referencia a un estado donde existe un vínculo afectivo que no es seguro y que, por lo tanto, produce en los sujetos un estado de alerta constante ante el temor de la separación y falta de resguardo, pues de acuerdo a West (1993)⁵⁴ el amor como disfraz de la dependencia emocional, presenta tres características fundamentales: temor a la pérdida de la figura vinculada, búsqueda de proximidad, y protesta por la separación.

De acuerdo a los resultados de Olvera, Arias y Amador (2012)⁵⁵, quienes encuentran los diferentes tipos de violencia, como el maltrato físico con un 80% manifestado con actos o acciones como pegar, empujar y/o dar una bofetada; por otro lado, también se muestra el maltrato psicológico con un 70%, que se caracteriza por la presencia de gritos, amenazas de daño, aislamiento social y físico (no poder salir, no hablar con otros, etc.), posesión extrema, intimidación, degradación y humillación, insultos y críticas constantes; así como también, acusaciones sin fundamento, atribución de culpas por todo lo que pasa; ignorar o no dar importancia o ridiculizar las necesidades de la mujer, las mentiras y el rompimiento de promesas.

Respecto al proceso de Enamoramiento, se pudo observar que la elección de pareja está conducida por un estereotipo ideal y social, donde se da prioridad al otro, se supeditan las necesidades de las jóvenes y aceptan una serie de vejaciones con tal de continuar con la pareja.

En cuanto al objetivo central de este estudio se puede concluir que las mujeres universitarias durante el proceso de Enamoramiento – Amor presentan un descuido de sí mismas, ya que el Enamoramiento dificulta el plano de la autenticidad y con la necesidad de agradar y complacer a la pareja, cambian patrones de comportamiento, lo que bajo otras circunstancias las jóvenes se negarían a realizar. Es importante reconocer que, en las universitarias hay una pérdida de conciencia y se instalan en el plano imaginario, como menciona García (1993)⁵⁶ al idealizar fantasiosamente al

objeto amoroso, sin encontrar defectos o imperfecciones, se renuncia a todo cediendo demasiado a sus peticiones, olvidando los propios deseos y necesidades.

En este trabajo, se identifica la baja calidad de vida de las mujeres como consecuencia del legado histórico acerca del amor y los roles de género, resulta alarmante que las mujeres universitarias permitan ser violentadas física y psicológicamente por la pareja actual, lo cual es una violación a sus derechos humanos.

El cuidado o aprecio de su apariencia física, también es parte de la desvalorización de la mujer, ya que de ello también depende el autoestima que se le genere. Efectivamente, las mujeres cuidan esta parte, sin embargo, en las universitarias entrevistadas sus parejas no valoraban el arreglo personal que tenían ellas o bien, intentaban modificarlo, pues decían que ya no era correcto o ya no les quedaba bien.

Otro dato relevante que marca la desvalorización de las mujeres universitarias es la percepción de un estereotipo, remarcado por la sociedad a través de la religión, de revistas, de programas de televisión, radio, anuncios, propagandas, entre otros, por lo que se generan expectativas del otro en una relación de pareja, teniendo limitados los recursos para llegar al verdadero amor.

Se debe destacar que una relación de pareja puede reconstruir o deconstruir la personalidad del otro, ya que son el reflejo de sí mismos. En este sentido, para llegar al amor verdadero es necesario denotar valores dentro de la relación de pareja como el respeto, la tolerancia, la comprensión, seguridad, motivación y muchos más, ya que como se puede observar en las diferentes entrevistas llevan a una desvalorización de la mujer por parte de sus parejas, por lo que se sugiere mantener todos los sentidos alerta en dicho proceso para generar e ir propiciando los cambios correctos respecto del propio interés.

Referencias bibliográficas

1. Maslow, Motivación y Emoción. Paidós. México. 1985
2. The WHOQOL Group, The World Health Organization Quality of life assessment: position paper from the world health organization. Social Science and Medicine, 1995, 41, 1403 – 1409.
3. Bognar, G. The concept of quality of life. Social and Practice, 2005, 31, 561-580.
4. Neuburger, R. Nuevas Parejas. México: Paidós. 1998.
5. Gervilla A. Familia y educación familiar. Madrid. Narcea. 2008.
6. Maureira, F. Las bases de la condición humana. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 2008; 11, 4: 97-111.
7. Alberoni, F. Lecciones de amor: doscientas respuestas acerca del amor, el sexo y la pasión. Gedisa. Madrid. 2008.
8. Sternberg, R. El triángulo del amor: intimidad, pasión y compromiso. Barcelona: Paidós. 1989.
9. Hernández, P, Bioquímica del amor, en Revista Ciencia UANL, 2012. AÑO 15, No. 57, Enero-Marzo
10. Alberoni, F. Enamoramiento y Amor, Gedisa, México. 1988
11. Fromm, E. El arte de amar, Paidós, México. 1990
12. Neuburger R. Nuevas parejas, Paidós, Buenos Aires. 1998

13. González, C. y Vallejo, B. Tesis. Estrategias para facilitar la comunicación en las parejas. Una aproximación cognitivo-conductual. Fes Iztacala, que para obtener el título de Licenciado en Psicología. 1995.
14. Díaz-Loving, R. La Psicología social en México, vol. II, (155-176). México: Trillas. 1988.
15. Álvarez Gayou. Sexualidad en la pareja, Manual Moderno, México. 1996
16. O'Neill y O'Neill, G. Matrimonio Abierto. Grijalbo, México. 1976
17. Navas, J. Relación de pareja, En enfoque práctico sobre la elección del compañero(a), elementos de satisfacción-insatisfacción de la relación y métodos de solución de problemas. 1996. Conferencia del Club Rotario Internacional. En red: <http://www.psypro.com/articulo3.htm>.
18. Ortiz, P. La pareja. Sus Mitos. Ed. Fontamara, México. 1995
19. Lagarde, M. Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. México: UNAM, PUEG. 2001
20. Valdés, T. y Valdés, X. La familia y vida privada. ¿Transformaciones, tensiones, resistencias o nuevos sentidos? Santiago de Chile: FLACSO-CEDEM. 2005
21. Fromm, E., Ética y Psicoanálisis, Fondo de Cultura Económica, México. 2003
22. Plan Nacional de Desarrollo 2012-2018. México
23. Yela, C. El Amor desde la Psicología Social: ni tan libres, ni tan racionales. Madrid, Pirámide, 2002
24. Diaz Loving, R y Sánchez, R. Patrones y estilos de comunicación de la pareja: Diseño de un inventario. En Revista Anales de Psicología.1995. vol. 19, nº 2 (diciembre), 257-277.
25. Salamone, L. El Amor Es Vacío. Argentina: Editorial Canoa. 2010.
26. Martínez, M. La nueva ciencia: su desafío, lógica y método. México: Trillas. 2002
27. Taylor, S.J. y Bogdan, R., Introducción a los métodos cualitativos de investigación.
28. Martínez, M. Validez y confiabilidad en la metodología cualitativa. Paradigma, Maracay, v. 27, n. 2, dic. 2006. Disponible en: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512006000200002&lng=es&nrm=iso. accedido en 07 dic. 2014.
29. Hernández, L, Reporte de Investigación, Aplicación de la técnica de redes semánticas a tres conceptos asociados a las relaciones de pareja: amor, celos y temor. Universidad de Sonora, que para obtener el título de Licenciado en Psicología. 1998.
30. Martínez, M. Ciencia y Arte en la metodología cualitativa. México: Trillas. 2004.
31. Bogdan y Taylor. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. México, Paidós. 1996.
32. Lemos, M., & Londoño, N. Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. Acta colombiana de psicología, 2006, 9 (2), 127-140.
33. Castilla del Pino, C. Teoría de los sentimientos. Tusquets. Barcelona, 2000.
34. Monroy, E, Amador, R y Rodríguez, C. Tipos de celos en una comunidad Universitaria. Revista Digital Universitaria de Ciencias Sociales. 2014, Año 5. No. 8. Febrero. Disponible en: <http://distancia.cuautitlan2.unam.mx/rudics/?p=56>
35. Fromm, E. El arte de amar, Paidós, México. 1990.
36. Fisher, H. "Amor". En: La ciudad de las ideas. Re-evolution, Conferencia, Puebla 6 de noviembre - 8 de noviembre de 2009. Disponible en: <http://mujerayuda.blogspot.mx/2011/04/biologia-del-amor-helen-fisher.html>
37. Moral, M. & Sirvent, C, Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. Revista española de drogodependencias. 2008, (2) 150-167.

38. Melero, R., & Cantero, M. J. Los estilos afectivos en la población española: Un cuestionario de evaluación del apego adulto. *Clínica y Salud*, 19, 83-100. 2008.
39. Castello, J. Análisis Del Concepto "Dependencia Emocional". I Congreso Virtual de Psiquiatría Interpsiquis, 2000. 1 de Febrero - 15 de Marzo [citado: 24 de Julio 2009]. Disponible en: <http://www.psiquiatria.com/congreso/mesas/mesa6/conferencias/6ciahtm> 2000.
40. Heller, A. *Sociología de la vida cotidiana*, Ed. Península, Barcelona. 1987.
41. Mills, C. *La imaginación sociológica*, Nueva Visión, Buenos Aires. 1970.
42. Carner, F. *Estereotipos femeninos en el siglo XIX*. Ed. Presencia y transparencia, la mujer en la historia de México. El Colegio de México, México. 2006.
43. Hoffman, *Fundamentos de la terapia familiar*. México: FCE. 2002
44. Stinnet, N., y Walter, J, *Relationships in marriage and the family*. Macmillan publishing company, In., EEUU. 1991.
45. Sternberg, R. *Historias de amor*. Psicología Contemporánea. 1996.
46. Díaz-Guerrero, R. *Psicología del mexicano*. Trillas, México. 1994.
47. Sánchez R, *Significado psicológico del amor pasional: lo claro y lo oscuro*. 2007.
48. Montorio, I. & Losada, A. Una visión psicosocial de la dependencia. *Desafiando la perspectiva tradicional. Boletín sobre el envejecimiento: perfiles y tendencias*. 2004, 13, (1) 1-20.
49. Baltes, M.M. y Silverberg, S.B. The dynamics between dependency and autonomy: Illustrations across the life span. En D.L. Featherman, R.M. Lerner y M. Perlmutter (Eds.), *Life-span development and behavior*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. 1994.
50. Bornstein, R. The Complex Relationship Between Dependency and Domestic Violence. *American Psychologist*. 2006, Vol. 61 No. 6, 595-606.
51. Sirvent, C. & Moral, M. La dependencia sentimental o afectiva. 8 Congreso Virtual de Psiquiatría Interpsiquis 1 de Febrero - 28 de Febrero. Disponible en: <http://www.apfem.com/articulodelmes/07-07dependencia%20sentimental%20o%20afectiva.pdf>
52. Sirvent C., Moral M. V., Blanco P., Palacios L. "Estudio sobre Interdependencia Afectiva en la Población General". Congreso de La Sociedad Española de Toxicomanías. Santiago de Compostela. 2004.
53. Bowlby, J. *El apego y la perdida 1: el apego*. Paidós, Barcelona. 1982.
54. West M, Rose MS, Sheldon A. Anxious attachment as a determinant of adult psychopathology. *J Nerv Ment Dis*. 1993.
55. Olvera, J. Arias, J y Amador, R. Tipos de violencia en el noviazgo: estudiantes universitarias de la UAEM, Zumpango. *Revista Digital Universitaria de Ciencias Sociales (RUDICS)*. 2012, Año 3. No. 4. Marzo. Disponible en: <http://distancia.cuautitlan2.unam.mx/rudics/?p=274>
56. García, M. *La idealización fantasiosa del objeto amoroso. Uno más uno*. México, Ciencia, cultura y espectáculos. 1993.

Forma sugerida de citar este artículo: Torres-Hernández A, Amador-Velázquez R, Rodríguez García C. El descuido de sí misma en el proceso de Enamoramiento–Amor. *Revista electrónica: Medicina, Salud y Sociedad*. [Serie en internet] 2015 Enero [citado Enero 2015]; 5 (2); 121-139. [aprox.19 p.]. Disponible en: <http://cienciasdelasaluduv.com/site/>