



Facultad de Humanidades
Escuela de Ciencias Psicológicas
Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social

**Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad
codependiente en mujeres de 40 a 60 años**

(Tesis de Licenciatura)

Nora Elizabeth Portillo Lemus

Guatemala, junio 2020

**Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la
personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años**

(Tesis de Licenciatura)

Nora Elizabeth Portillo Lemus

M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez (Asesor)

M.Sc. Ana Cecilia Negreros García Salas (Revisor)

Guatemala, junio 2020

Autoridades Universidad Panamericana

Rector	M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus
Vicerrectora Académica	Dra. Alba Aracely Rodríguez de González
Vicerrector Administrativo	M.A. César Augusto Custodio Cobar
Secretaria General	EMBA Adolfo Noguera

Autoridades Facultad de Humanidades

Decano	M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Vicedecano	M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, diciembre 2019.

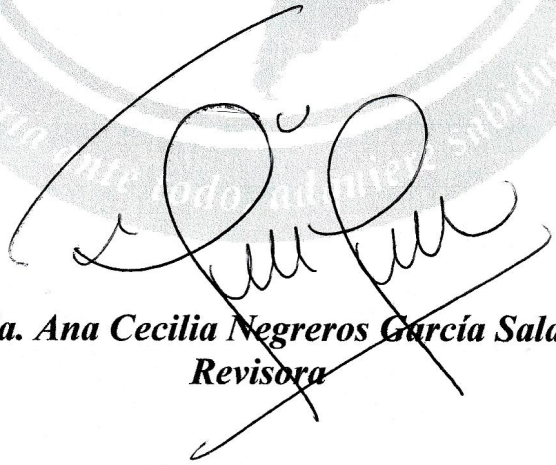
*En virtud de que la presente Tesis con el tema: **“Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años”**. Presentada por el (la) estudiante: **Nora Elizabeth Portillo Lemus** previo a optar al grado Académico Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*



MSc. Ana Muñoz de Vásquez
Asesora

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, mayo 2020.

*En virtud de que la presente Tesis con el tema: “Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años”. Presentada por el (la) estudiante: **Nora Elizabeth Portillo Lemus** previo a optar al grado Académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*



Lcda. Ana Cecilia Negreros García Salas
Revisora

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, mayo 2020. -----

En virtud que la presente Tesis con el tema "Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años" presentado por el (la) estudiante Nora Elizabeth Portillo Lemus, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar grado académico de Licenciatura en psicología Clínica y Consejería Social, para que **el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.**



M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Decano
Facultad de Humanidades



Nota: *Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.*

Contenido

Resumen	i
Introducción	ii
Capítulo 1 Marco Referencial	
1.1. Antecedentes	1
1.2. Planteamiento del problema	3
1.3. Justificación del estudio	4
1.4. Pregunta de investigación	4
1.5. Objetivos	5
1.5.1. Objetivo general	5
1.5.2. Objetivos específicos	5
1.6 Alcances y límites	5
1.6.1 Alcances	5
1.6.2 Límites	5
Capítulo 2 Marco Teórico	
2.1 Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años	6
2.2 Características biopsicosociales de mujeres de 40 a 60 años	15
2.2.1 Características físicas de mujeres de 40 a 60 años	15
2.2.2 Características psicológicas de las mujeres de 40 a 60 años	17
2.2.3 Características sociales de las mujeres de 40 a 60 años	17
2.3 El maltrato infantil	18
2.3.1 Maltrato psicológico en la infancia	21
2.3.1.2 Maltrato físico en la infancia	23
2.3.1.3 Maltrato sexual en la infancia	24
2.3.2 Consecuencias del maltrato en la adultez	24

2.3.2.1 Maltrato psicológico en la adultez	25
2.3.2.2 Maltrato físico en la adultez	27
2.3.2.3 Maltrato sexual en la adultez	27
2.4 El apego y la relación afectiva	28
2.4.1 ¿Qué es el apego?	29
2.4.2 Tipos de apego	31
2.4.3 Influencia del apego en las relaciones afectivas	34
2.5 Codependencia	34
2.5.1 Codependencia en mujeres de 40 a 60 años	35
Capítulo 3 Marco Metodológico	
3.1. Método	38
3.2. Tipo de investigación	38
3.3. Niveles de investigación	39
3.4. Pregunta de investigación	39
3.6 Variables	39
3.10. Procedimiento	39
Capítulo 4 Presentación y Discusión de resultados	
4.1. Presentación de resultados	41
Conclusiones	47
Recomendaciones	49
Referencias	50
Anexos	53

Resumen

La presente investigación se llevó a cabo con información teórica fundamentada de diferentes fuentes confiables. La búsqueda fue orientada a comprender y analizar la realidad del comportamiento de la personalidad codependiente a través del tema; trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad en mujeres de 40 a 60 años. Se inicio el trabajo con el capítulo 1 del Marco Referencial, encontrando estudios científicos y recientes, ayudando a definir el objetivo general, así como los objetivos específicos para lograr centrarse en explicar características y efectos del problema escogido.

De la misma manera en el capítulo 2 del marco teórico fueron investigados los siguientes temas; las características biopsicosociales de mujeres de 40 a 60 años, el maltrato infantil y sus consecuencias en la adultez, el apego y la relación afectiva y la codependencia. Es un enfoque cualitativo donde se trata de conocer y comprender al ser humano, logrando observar que la personalidad codependiente sufre de resentimiento y desconexión emocional por la dificultad que tiene de no enfocarse en soluciones asertivas, pero si en los conflictos, esperando de esa forma que las personas que están a su lado llenen las propias expectativas, no obstante, aprenden a utilizar amenazas y la manipulación para lograr objetivos.

En consecuencia, en el capítulo 3 del Marco Metodológico se explica y se detalla cada paso del procedimiento se conoce el método, el tipo y el nivel de investigación, así como las variables a utilizadas en la investigación. Así mismo en el capítulo 4 se discute los hallazgos observados durante el estudio a través del análisis que se mantuvo durante la búsqueda de información y realización del trabajo.

Introducción

El principal objetivo de esta investigación es conocer y comprender la realidad del comportamiento de la personalidad codependiente en mujeres adultas, para ello se escogió el tema; trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad en mujeres de 40 a 60 años. Así mismo para comprender la raíz del problema se inició con la búsqueda de información que esclareciera la relación del trauma con la personalidad codependiente.

Para el análisis de la problemática presentada fue necesario tomar en cuenta las características biopsicosociales y psicológicas que presenta una personalidad codependiente en la edad adulta al sufrir maltrato físico, psicológico, abandono y abuso sexual en la niñez temprana a la vez que se estiman las causas y efectos que produce un trauma experimentado desde la infancia y como puede influir en el codependiente.

Profundizar e indagar desde la perspectiva psicológica es interesante a la vez que es un tema amplio para el abordaje dentro de la investigación. Así mismo se logró por la necesidad de aprender y prepararse profesionalmente para luego brindar ayuda y acompañamiento a las personas que llegan a la clínica con la necesidad del cambio. A la vez que también otros estudiantes pueden hacer uso de la información para los propios fines académicos.

Capítulo 1

Marco Referencial

1.1. Antecedentes

En la actualidad existe estudios científicos a nivel internacional que explican los factores del maltrato infantil y su relación con los traumas y cómo esto puede alterar el proceso del neurodesarrollo del niño desde su concepción afectando su potencial de vida. A nivel internacional, se toma en cuenta el artículo científico “la neurobiología y el perfil neuropsicológico de las víctimas de abusos en la infancia”, publicado en el 2017, en la revista del colegio oficial de psicólogos de Madrid, por los autores Alejandro Villalba y Rocío Mateos, de la Universidad Complutense de Madrid, España. Así mismo se utilizó metodología cualitativa y se discutieron los efectos del maltrato a nivel cognitivo y de cómo prevenirlo desde los aspectos primarios y secundarios. Los autores concluyen que la falta de atención a las necesidades básicas puede desencadenar trastornos en la edad adulta.

Así mismo durante la búsqueda en el área internación se logró localizar información sobre la importancia que tiene el apego en el desenvolvimiento y funcionamiento mental durante el desarrollo humano. Es una teoría con inicios en la escuela del psicoanálisis por lo que de este modo en el artículo titulado “apego y psicoanálisis” del año 2017, abordado desde el espacio de la revista internacional de psicoanálisis en Madrid España. En la cual la autora Valeria Rozenel. Tiene como objetivo el análisis y la revisión bibliográfica de las semejanzas y discrepancias de estas dos teorías relevantes que se marcan en la niñez, así como la influencia en el individuo a través de las fases del desarrollo.

La metodología utilizada es descriptiva y se concluye con la necesidad de seguir debatiendo dichas teorías por su amplio criterio teórico el cual enriquece las diferentes áreas abordadas desde la teoría psicoanalítica.

Por otra parte, en el área regional se considera el artículo “Secuelas del maltrato infantil” publicado en el 2016, por la revista psicológica científica del área regional de Colombia, los autores Esperanza Cabrera & Gilberto Arias dan a conocer los efectos y la severidad que puede causar el maltrato en la niñez y de la necesidad de intervenirlo tempranamente. De esta manera presentan el problema a través de la exploración de otros estudios donde se evidencia a través de neuroimágenes las estructuras cerebrales y como estas sufren transformaciones en el funcionamiento del cerebro inmaduro afectando el desarrollo y la individualidad de la víctima. La metodología utilizada fue cualitativa y se concluye con la necesidad de seguir debatiendo dicha teoría por su amplio criterio.

De la misma forma en el área regional se localiza información sobre la codependencia. Sobre este tema se cita la monografía del autor Jaime Reyes de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD en el año 2016 con el tema “La codependencia un enemigo silencioso”. Se toma de manera textual lo que el autor refiere: “de la forma en que es posible tratar una adicción, también es posible tratar una codependencia con técnicas que van desde la asistencia a grupos de autoayuda hasta sesiones estructuradas de terapia individual y familiar”. Así mismo el autor refiere que el codependiente desarrolla pobre concepto de sí mismo, y como consecuencia una baja autoestima que podría iniciarse dentro del núcleo familiar.

Se concluye que se debe continuar ampliando el tema a manera de estimular la parte teórica y empírica en las regiones de Latino América para dar tratamiento oportuno por tendencia a desarrollar enfermedades físicas y psicológicas.

Finalmente, aunque a nivel nacional no se le da relevancia al tema de la codependencia es claro que es un problema que afecta a quien lo padece. De este modo se cita la tesis con el título “El rol de la mujer codependiente integrante de grupos Al-Anon zona quince de la ciudad de Guatemala” por la Ana De Souza. El objetivo es precisar información relevante de los roles que se atribuyen mujeres codependientes y refiere que la codependencia es una enfermedad con orígenes en el sistema disfuncional de la familia, la cual puede tener continuidad a lo largo del desarrollo personal provocando efectos colaterales en el entorno.

La investigación es cualitativa y los resultados y conclusiones fueron que las mujeres codependientes absorben dentro de la relación sentimental los roles de rescatadores porque toman responsabilidades, decisiones y obligaciones por otros.

1.2. Planteamiento del problema

El propósito de esta investigación es realizar una exploración de la problemática de cómo influye el trauma de la primera infancia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años. Por lo que, desde el ámbito psicológico, la ciencia ha logrado relacionar el trauma y la codependencia al entrelazar los diferentes problemas, circunstancias y vivencias de personas que han presentado y manifestado características semejantes.

Diferentes autores han aportado variedad de información conforme a la propia visión, trabajo profesional o experiencia en la investigación, siendo un tema que da la oportunidad de seguir explorando ya que cada día surgen preguntas para dar respuestas. Siendo el objetivo indagar y analizar la influencia del trauma en el desarrollo de la personalidad codependiente para una mejor comprensión de las causas y efectos que se producen en esta problemática.

Por lo que en este estudio se pretende definir los efectos del maltrato y el abandono en la infancia temprana, ya que las condiciones de vida desempeñan un papel importante en el desarrollo temprano, entre tanto que el ser humano haya sufrido alguna herida emocional en esta primera etapa de la vida. Por lo que se necesita lograr un entendimiento claro del porqué de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años. Y describir los diferentes tipos de apego en la niñez temprana y su influencia en la relación afectiva. Tomando en cuenta las características biopsicosociales para su explicación de este mismo grupo de mujeres.

1.3. Justificación del estudio

Una personalidad codependiente puede surgir de las vivencias del entorno desde la edad temprana siendo este por diferentes problemas como el maltrato físico, abuso psicológico o emocional, abandono, rechazo, angustias que marcan como los problemas sexuales y de adicciones o del mismo machismo por prácticas ancestrales y culturales. En la actualidad es necesario tener conocimiento de cómo una persona puede sanar de un trauma vivido en la infancia para cambiar desde adentro y luego poder exteriorizarlo en el entorno social, personal y familiar.

Por lo que esta investigación surge de la necesidad de conocer y de poder aportar información significativa a través de su abordaje teórico desde el área psicopatológica en la cual se abordaron las causas y características que llevan a desarrollar personalidad codependiente y como el trauma experimentado en la infancia puede ser un factor para tomar en cuenta. Es un tema de importancia donde se tuvo la oportunidad de contribuir a la exploración de la problemática, siendo esta búsqueda de pertenencia al programa académico el cual otras personas podrán acceder y obtener la información.

En consecuencia, esta investigación aporta información actual de la problemática que afecta a mujeres entre 40 a 60 años. Valorando el que pueda ser útil a los estudiantes y profesionales de la carrera de psicología clínica, quienes podrán darle continuidad en futuros trabajos y con ello seguir contribuyendo al conocimiento y a la información relevante del tema.

1.4. Pregunta de investigación

¿Qué influencia ejerce el trauma de la primera infancia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años?

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo general

Analizar el trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años.

1.5.2. Objetivos específicos

- Explicar las características biopsicosociales de mujeres de 40 a 60 años
- Definir los efectos del maltrato y abandono en la infancia temprana en la adultez
- Describir los diferentes tipos de apego en la niñez temprana y su influencia en la relación afectiva.
- Analizar los efectos de la codependencia en mujeres adultas.

1.6. Alcances y límites

1.6.1 Alcances

La presente investigación se analizó desde el área psicológica el trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años, con información fundamentada en teoría de fuentes confiables para una posterior consulta de quienes deseen comprobar el análisis y avanzar en el campo de la investigación cuantitativa.

En dicho estudio se pretendió abarcar los problemas que afectan desde las características, causas y efectos en relación con el maltrato físico y psicológico para conocer el impacto en la personalidad codependiente en la edad adulta.

1.6.2 Límites

Por ser un trabajo cualitativo tuvo la limitante de que no generara datos estadísticos donde se compruebe que población de mujeres guatemaltecas de 40 a 60 años se encuentran afectadas por traumas vividos en la infancia y su relación con el desarrollado de personalidad codependiente.

En su mayoría para este estudio fue una limitante el tiempo el cual comprende de seis meses dentro del cual se trabajó y finalizó todo el proceso.

Capítulo 2

Marco Teórico

2.1 Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años

Todos los seres humanos nacen con el mismo potencial para ser felices aun así se estará expuesto a eventos traumáticos o heridas emocionales durante el proceso del desarrollo, algunas personas podrán resistir mientras que otras tal vez no, siempre habrá una historia que contar, lo importante es avanzar y vencer la situación crítica, cuando un trauma impacta la vida personal es tiempo de trabajar el dolor para dar fin al sufrimiento.

Según Cyrulnik, (2002) indica:

Tan pronto como el niño comienza a hablar, sincroniza sus miradas y sus palabras con las miradas y las palabras de los adultos. Sin embargo, mientras no levanta el vuelo lingüístico, su perplejidad le hace prestar atención a las misteriosas sonoridades que salen de la boca del adulto y que sin duda revelan un fantástico más allá. Entonces, el niño estupefacto se pone a escrutar el rostro del que le habla. (p. 92).

Desde que nace el ser humano tiene la necesidad de tener contacto saludable con los otros y que a su vez le proporcionen caricias de amor que alimentaran el desarrollo emocional.

Según comenta Goleman (2015):

El aprendizaje emocional comienza en los primeros momentos de la vida y se prolonga a lo largo de la infancia. Todos los pequeños intercambios entre padres e hijos tienen un subtexto emocional, y en la repetición de estos mensajes a lo largo de los años (p. 230).

De la misma manera Goleman (2015) refiere “Los tres o cuatro primeros años de vida son una etapa en la que el cerebro del niño crece hasta aproximadamente los dos tercios de su tamaño definitivo, y evoluciona en complejidad a un ritmo mayor del que alcanzara jamás” (p. 230).

Así mismo Goleman (2015) confirma:

El hecho de ver como el cerebro mismo queda moldeado por la brutalidad o por el amor indica que la infancia representa una oportunidad especial para las lecciones emocionales. Estos niños golpeados han recibido una dieta prematura y constantes de traumas. Tal vez el paradigma más instructivo para comprender el aprendizaje emocional que estos niños maltratados han experimentado es ver como los traumas pueden dejar huella permanente en el cerebro, y como incluso estas crueles huellas pueden ser reparadas (p. 234).

Según lo indica Batres (1997) “Un trauma es el resultado de la exposición a un estrés extremo experimentado directa o indirectamente y se caracteriza por el desarrollo de síntomas especiales”. (p. 40). De la misma manera Batres (1997) afirma que “los desórdenes pueden ser muy severos y de largo plazo, especialmente cuando el factor estresante tiene que ver con la acción humana, como sucede en la tortura, la violencia doméstica o el incesto” (p. 41). Mientras tanto el DSM-5 (2014) afirma: “La negligencia social, es decir, la ausencia de un cuidado adecuado durante la infancia es un requisito para el diagnóstico de trastorno de apego reactivo y de trastorno de relación social desinhibida” (p. 265).

Los traumas pueden provenir de cualquier experiencia vivida y si se mantiene en el tiempo se puede llegar a perder interés por actividades importantes. Tal como se plantea en el DSM-5 (2014):

El malestar psicológico tras la exposición a un evento traumático o estresantes es bastante variable. En algunos casos, los síntomas se pueden entender dentro de un contexto basado en el miedo y la ansiedad. Está comprobado, sin embargo, que muchas personas que han estado expuestas a un evento traumático o estresante exhiben un fenotipo que muestra como su característica clínica más importante, en lugar de síntomas fundamentados en el miedo y la ansiedad, síntomas anhedónicos y disfóricos, exteriorizados como síntomas de enfado y hostilidad, o síntomas disociativos. (p. 265).

Así mismo el DSM-V (2014) refiere: “A raíz de unos sucesos traumáticos prolongados, reiterados y graves p. ej., el abuso infantil, la tortura, el individuo puede presentar además problemas para regular las emociones o para mantener relaciones interpersonales estables” (p. 276).

Entre tanto Barudy, & Dantagnan (2005) sostienen que:

Desde el momento de la concepción de una nueva cría, en la infancia, en la vida adulta y en la vejez ninguna persona puede sobrevivir sin los cuidados de otra. La sanidad física y sobre todo mental depende de los buenos o malos tratos que recibamos en nuestra existencia. (p. 25).

Se podría añadir que un trauma puede generarse sin quererlo, ni saberlo desde las figuras de apego.

Entre tanto según Pérez (2006):

La persona desarrolla creencias disfuncionales en la infancia a partir de inferencias de experiencias traumáticas de sus progenitores. Aprende, por tanto, directamente. Este tipo de creencias sobre lo que es esperable que ocurra van a ser las que le impidan adaptarse adecuadamente cuando es él el que sufre una experiencia traumática. (p. 106).

De esta manera es posible que los traumas puedan influir en el desarrollo de la personalidad ya que estos se derivan de circunstancias donde la persona percibe que no tiene recursos para hacer frente a lo que le acontece.

Así mismo Pérez (2006) indica: “Desde una perspectiva transcultural el impacto de un hecho traumático puede leerse como la ruptura del sistema de equilibrios que regulan la vida de las personas en su medio”. (p. 83). En el sufrimiento o trauma se tiende a desconectarse del dolor se pierden recursos y habilidades y se crean mecanismos de protección que ayudan al individuo a sobrevivir. Por consiguiente, en la mayoría de las veces los individuos llevan heridas emocionales que inconscientemente han experimentado desde la infancia. Además, la vida es como un juego que para desarrollarse hay que vivir experiencias, no obstante, muchas veces son difíciles de asimilar, pero estas vivencias son las que posteriormente moldean la personalidad del individuo.

Pérez (2006) afirma:

Las características típicas del Trastorno de Estrés Postraumático son: episodios reiterados de volver a vivenciar el trauma en forma de reviviscencias o sueños que tienen lugar sobre un fondo persistente de una sensación de “entumecimiento” y embotamiento emocional, de desapego de los demás, de falta de capacidad de respuesta al medio, de anhedonia y de evitación de actividades y situaciones evocadoras del trauma. Suelen temerse, e incluso evitarse, las situaciones que recuerdan o sugieren el trauma. (p. 92).

Entre tanto una buena figura de apego dará protección en ausencia de herramientas para poder enfrentar las situaciones.

Goleman (2015) sostiene:

Estos vividos y terroríficos momentos dicen ahora los neurólogos, se convierten en recuerdos grabados en el circuito emocional. Los síntomas son, en efecto, señales de una amígdala excesivamente excitada que impulsa los recuerdos vividos de un momento traumático a continuar inmiscuyéndose en la conciencia. Así, los recuerdos traumáticos se convierten en gatillos mentales preparados para disparar la alarma al menor indicio de que el espantoso momento está a punto de producirse nuevamente. Este fenómeno del gatillo es el sello de todo trauma emocional incluido el sufrimiento del repetido maltrato físico en la infancia (p. 236).

De la misma manera Goleman (2015) confirma:

Los actos violentos son más dañinos que las catástrofes naturales como los huracanes porque, a diferencia de las víctimas de un desastre natural, las víctimas de la violencia sienten que ha sido intencionadamente seleccionadas como blancos de la maldad. Este hecho destruye las suposiciones acerca de la honradez de la gente y de la seguridad del mundo interpersonal, suposición que las catástrofes naturales dejan intacta. En un instante el mundo social se convierte en un lugar peligroso, un lugar donde la gente es una amenaza potencial a la seguridad. (p. 237).

Barudy & Dantagnan (2005) afirman:

Si los niños reciben el afecto que necesitan, serán capaces de aportarlo a los demás y podrán participar en las dinámicas sociales de reciprocidad. La base del altruismo social depende principalmente de los cuidados afectivos que los niños reciben, sobre todo en la primera infancia. Los niños y las niñas tienen derecho a vivir en un contexto de seguridad emocional,

así como de disponer de lazos afectivos con adultos “suficientemente disponibles” y accesibles. Capaces de transmitirles aceptación fundamental (p. 64).

Por tal razón cuando las figuras principales no atienden satisfactoriamente las necesidades del infante y se experimentan actos de violencia tales como; abuso sexual, incesto, muertes inesperadas, accidentes inesperados, desastres naturales, abandono, o cualquier evento en el cual se vea amenazado el bienestar y la tranquilidad, queda un ser lastimado y en la cuerda floja, viviendo con miedo de lo que pueda pasar, modificando la personalidad codependiente en una mujer a partir de lo que sucede en casa y las experiencias vividas. A causa de ello se construyen muros para desconectarse y protegerse del estrés, ansiedad o depresión que afectan el transcurso de la vida. Por lo que las conductas codependientes en la edad adulta se aprenden desde la experiencia y vivencias que hay en el entorno familiar que inician en la infancia.

Beattie (2012) sostiene:

La codependencia abarca las formas en que hemos sido afectados por otras personas en nuestro pasado. Algunos de nosotros crecimos en sistemas familiares poderosamente disfuncionales. Algunos vivimos dentro de esos sistemas siendo niños, y luego recreamos esa experiencia siendo adultos. Podemos haber pasado gran parte de nuestra vida siendo afectados por, y reaccionando a, sistemas que eran demasiado poderosos para modificarlos. Podemos habernos pasado la vida entera averiguando qué teníamos nosotros de malo cuando la otra persona, o el sistema eran “lo que estaba mal”. Muchos de nosotros hemos sobrepasado el haber sido “afectados”. (p. 40).

Pérez (2006) indica:

Debe entenderse que el niño en la infancia estuvo sometido a un determinado estilo parental como; de caos de normas, con abandono respecto a elementos afectivos, alternando con control exagerado y disciplina ante detalles menores, a lo que se tuvo que adaptar con conductas exageradas de sumisión y anulación completa de su mundo interno, en un intento de aplacar explosiones de ira que no entiende. Este patrón vincular resulta adaptativo en la infancia y le permite sobrevivir en un medio hostil e inadecuado. El problema es cuando, en la vida adolescente o adulta, estas reacciones que ya son parte de la persona y de las que con frecuencia no se es consciente, dejan de ser adaptativas. (p 110).

Entre tanto es importante saber que, al estar expuestas a un ambiente de abusos, malos tratos, o negligencia desarrollar una personalidad codependiente, se tendrán conductas codependientes, siendo relevante iniciar el cambio a través de aprender a conocerse, buscar el estar a solas consigo mismo, lograr poner límites, dejar la culpa y la vergüenza. Según Bucay (2006) las personas codependientes necesitan ser autodependientes, para esto deben aprender a amarse, a manejar el dolor y sufrimiento hacerse cargo y responsables de la propia vida, por lo que se requerirá aceptar y contestarse preguntas básicas como: Quién es, adónde quiere ir y con quién.

Beattie (1987) afirma:

La codependencia implica un sistema habitual de pensar, de sentir y de comportarnos hacia nosotros y hacia los demás que nos causa dolor. Las conductas o hábitos codependientes son autodestructivos. Con frecuencia reaccionamos a las personas que se autodestruyen; reaccionamos aprendiendo a autodestruirnos. Estas conductas pueden sabotear relaciones que en otras condiciones sí hubieran funcionado. Estas conductas pueden impedirnos encontrar la paz y la felicidad con la persona más importante en nuestra vida: uno mismo. (p. 17).

Así mismo es necesario entender situaciones que se dan alrededor de una conducta codependiente; Bucay (2006) afirma: “La autodependencia significa dejar de colgarse del cuello de los otros. Se puede necesitar ayuda en algún momento, pero mientras se tenga la llave y esté la puerta cerrada o abierta, nunca se estará encerrado”. (p. 15). Por el contrario, según Batres la socialización de los grupos de mujeres atribuye a éstas desde pequeñas el buscar la aprobación de los otros, así como a formar matrimonios y a cuidar de cada integrante de la familia. Además, en algunas culturas ejercen control y machismo adjudicándole a la mujer a ser buenas amas de casa con limitaciones en la toma de decisiones por creer que la mujer tiene pocas habilidades y que no es autónoma.

Entre tanto existe la tendencia a que la mujer sea más valorada en el papel marital y maternal que por un desarrollo independiente. Batres, (1997) afirma:

Que la socialización femenina se enfoca a futuro en el papel de madre y esposa ya que de adultas deberá ser parte y soporte de una familia, cuidar a otros, limitándose así en la definición y realización de las propias aspiraciones y autonomía, cuya transgresión provoca intensos sentimientos de culpa. (p.15).

De la misma forma Batres (1997) comenta:

Las mujeres viven en una sociedad que envía mensajes de doble vínculo. Como el tradicional consejo de las madres: «Los hombres solo llegan hasta donde las mujeres quieren», cargando sobre los hombros la responsabilidad de los avances masculinos y en forma subsidiaria la de las violaciones a las que podrían estar sujetas sino es que ya lo fueron por un familiar. (p. 12).

Así mismo Beattie (1987) sostiene:

La codependencia es muchas cosas. Es una dependencia de los demás: de sus estados de ánimo, de su conducta, de su enfermedad o bienestar y de su amor. Es una dependencia paradójica.

Parece que los demás dependen de los codependientes, pero en realidad ellos son los dependientes. Parecen fuertes, pero se sienten desamparados. Parecen controladores, pero en realidad son controlados ellos mismos, a veces por una enfermedad tal como el alcoholismo (p.26).

De tal manera que Beattie (1987) confirma que todos podemos llegar a tener conductas codependientes:

La mayoría de nosotros empezamos a hacer estas cosas por la necesidad de protegernos a nosotros mismos y de satisfacer nuestras necesidades. Hicimos, sentimos y pensamos estas cosas para sobrevivir –emocional, mental y a veces físicamente-. Tratamos de entender y de contender con nuestros complejos mundos de la mejor manera. No siempre es fácil vivir con personas sanas y normales. Pero es particularmente difícil vivir con personas enfermas, atribuladas o perturbadas. Es horrible tener que vivir con un alcohólico delirante (p. 18).

2.2 Características biopsicosociales de Mujeres de 40 a 60 años

“Cada adulto tiene necesidad de ayuda, calidez, protección... en muchos sentidos diferentes de las necesidades del niño, pero en algunos sentidos parecidos (Erick Fromm, 1955)” (Papalia, Olds, & Feldman, 2004, p.543).

De acuerdo con Papalia, Wendkos y Duskin (2004) la edad adulta intermedia está comprendida entre los 40 y 65 años, llamada la edad madura desde el siglo XX dicho termino se dio inicio en Europa y Estados Unidos. Es interesante que actualmente es una etapa considerada distinta por tener socialmente las propias normas, así como roles diferentes y claros, a la vez que está llena de retos y oportunidades.

Brown (2014) indica: Que los 40 años es una época de responsabilidad familiar ya que aún se está al cuidado de la crianza de niños y adolescentes. Además, aún se pueden formar relaciones e integrar familias, aumentar las funciones laborales y profesionales. En la actualidad a los 50 años, las mujeres tienden a proveer cuidados a otras generaciones ejecutando diferentes roles tales como atención a los más cercanos al mismo tiempo que ejercen su profesión. A los 60 años es tiempo para prepararse hacia el retiro se presta más atención al tiempo libre, a las actividades físicas y de nutrición, se vive el nido vacío se disfruta a los nietos padres y amistades. Así mismo Brown (2014) expone que en estos años las elecciones, decisiones y el estilo de vida están relacionadas con factores ambientales, la genética y la sociedad, lo cual ayuda a determinar en la persona buena calidad de vida o alargar sus años.

2.2.1 Características físicas de las mujeres de 40 a 60 años

En opinión de Brown (2014) “El periodo de vida entre los 20 y 64 años es un tiempo en el que la dieta, la actividad, el tabaquismo y el peso corporal influyen de manera poderosa sobre el futuro de la salud y bienestar físico” (p. 408). Entre tanto Santrock (2006) comenta:

La madurez constituye un punto en el que se busca dejar un legado coherente a la siguiente generación, y un periodo en el que los individuos alcanzan y mantienen la satisfacción en sus trayectorias profesionales, ya que está supone el equilibrio entre el trabajo y las responsabilidades que emanan de las relaciones en medio de una serie de transformaciones físicas y psicológicas relacionadas con el envejecimiento. (p. 548).

La adultez representa el periodo entre el crecimiento y el desarrollo activo alrededor de los 40 años según Brown (2014) indica que los sociólogos han identificado esta edad como la época para considerar logros alcanzados en la vida, así como a reconocer la propia mortalidad. Ahora bien, a mediados de los 40 muchas mujeres presentan los primeros síntomas de la menopausia, reflejando disminución de las capacidades físicas, así como cambios de los niveles hormonales, mientras que la capacidad reproductora mengua considerablemente. Así también la piel se arruga se vuelve

flácida por la pérdida de colágeno, se reduce la altura y se aumenta de peso por aumento de grasa corporal.

En consecuencia, según Brown (2014) indica que la fuerza física alcanzada en la juventud disminuye; los huesos se vuelven frágiles, se acelera la pérdida de la masa ósea, la capacidad auditiva mengua, la vista, el gusto y olfato también merma. El estrés y las enfermedades crónicas se observan con más duración en el tiempo, de ahí su relación con el sistema inmunológico y las enfermedades cardiovasculares. Así también se sufre de disminución en la masa muscular aumentando la grasa corporal y acelerando el riesgo de hipertensión, diabetes accidentes cerebrovasculares especialmente debido a la acumulación de grasa corporal adicional.

Por otra parte, Santrock (2006) comenta: “El estrés emocional facilita la aparición de enfermedades cardio vasculares. Los individuos que viven en situaciones de estrés crónico suelen fumar, consumir más alimentos y apenas practicar ejercicio” (p. 575).

2.2.2 Características psicológicas de las mujeres de 40 a 60 años

El inicio de los 40 es como una segunda pubertad ya que muchas veces la persona no sabe que quiere hacer con la vida, pero cuando logra acomodar lo que estaba fuera de sitio, empieza un viaje con sentido de vida y se está preparado para no callar lo que piensa y siente, se tiene certeza de a donde quiere ir, enfrenta la vida con positivismo, disfruta de la vida, nacen necesidades de realizar cosas nuevas como estudiar, viajar y deseos de reordenar la vida por conciencia psicológica y fisiológica. Según Santrock (2006) indica: El conocimiento del saber suele aumentar en la madurez al igual que mejoran las capacidades en resolución de problemas por las experiencias del curso vital acumuladas entre los 40 y 60 años.

No obstante Santrock (2006) comenta según estudios obtenidos sobre inteligencia, capacidades verbales e información están continúan durante la madurez. En cambio, hay tendencia a disminuir la inteligencia fluida empleada para razonar de manera precisa. Sin embargo, las capacidades intelectuales no presentan baja o pérdida. Antes bien es probable que mejoren. De acuerdo con

Papalia, Wendkos y Duskin (2004) confirman que las capacidades cognitivas en la edad madura son excelentes y adecuadas para el buen desenvolvimiento en el entorno. En consecuencia, Papalia et al, (2004) afirman: “Los adultos maduros combinan la lógica con la intuición y la emoción integran hechos e ideas, así como nueva información con lo que ya conocen. Interpretan lo que ven o escuchan en términos del significado que tiene para ellos” (p. 614).

2.2.3 Características sociales de las mujeres de 40 a 60 años.

Santrock (2006) indica: “La salud en la madurez está relacionada con la calidad de las relaciones sociales de las que se goza en el presente y con las trayectorias que los individuos han presentado en sus relaciones en fases previas del desarrollo” (p. 557).

Por otra parte, Brown (2014) comenta “Las personas que más tiempo viven son aquellas a las que se describen como adaptables, prudentes, motivadas, trabajadoras y con vínculos sociales” (p. 455).

Papalia Wendkos y Duskin (2004) comentan:

De acuerdo con la teoría de la conducción social, la gente avanza a través de la vida rodeada por conducciones sociales, círculos de amigos cercanos y miembros de la familia de diversos grados de cercanía, en los cuales pueden confiar para recibir ayuda, bienestar y apoyo social, y a quienes, a su vez, se ofrece cuidado, interés y apoyo. (p. 646).

2.3 El maltrato infantil

Papalia, Wendkos y Duskin, (2009) describen:

El abuso y el descuido reflejan la interacción entre diversas capas de factores contribuyentes que involucran a la familia, la comunidad y la sociedad en pleno. El maltrato por parte de los progenitores es síntoma de una alteración extrema en la crianza infantil, por lo general empeorada por otros problemas familiares, tales como pobreza, carencias educativas,

alcoholismo, depresión o conductas antisociales. Un número desproporcionado de niños abusados y descuidados provienen de familias grandes o pobres, o de familias de progenitores solteros, que tienden a encontrarse bajo estrés y a tener dificultades para satisfacer las necesidades de los niños (p.186-187).

Entre tanto el maltrato en la infancia puede cambiar a lo largo de la vida sobre todo según la evolución de la persona en la vida, no obstante, este puede afectar en la edad adulta.

Además, las consecuencias del maltrato según Papalia, Wendkos y Duskin, (2009) comenta:

Estas pueden ser físicas, emocionales, cognitivas y sociales; con frecuencia, estos tipos de consecuencias se interrelacionan. Un golpe a la cabeza del niño puede ocasionar un daño cerebral que provoque demoras cognitivas y problemas emocionales y sociales. De manera similar, el descuido grave o el hecho de que los padres no demuestren afecto pueden tener efectos traumáticos sobre el cerebro en desarrollo. (p.189).

Según Papalia, Wendkos y Duskin (2009) indica “El maltrato se presenta en diversas formas específicas y el mismo niño puede ser víctima de más de un tipo (p. 186). En efecto los niños y niñas demandan atención física, afectiva, mental y emocional, sobre todo quedan secuelas ya que un niño que está en un entorno violento manifestará posteriormente problemas conductuales y ejercerá violencia sobre otros. Sobre todo, porque en un maltrato crónico puede prevalecer secuelas neurológicas y sensoriales, así como cicatrices físicas y emocionales. Entre tanto la posibilidad del maltrato debería ser considerada y sobre todo descartada en todo niño.

Así mismo Papalia, Wendkos y Duskin (2009) incluye posibles tipos de abuso experimentados en la infancia tales como:

- Abuso físico. Pueden ser las lesiones al cuerpo por medio de golpes, palizas, patadas o quemaduras.
- Descuido. Se relaciona con el fracaso en la satisfacción de las necesidades básicas del niño, tales como comida, ropa, cuidado médico, protección y supervisión.
- Abuso sexual. Cualquier actividad sexual que implica a un niño y a una persona mayor.
- Maltrato emocional. Incluyendo rechazo, intimidación, aislamiento, explotación, degradación, ridículo o no brindar apoyo emocional, amor y afecto. (p.186)

De igual forma Papalia, Wendkos y Duskin (2009) hace referencia de la intercomunicación de la familia, la comunidad y la sociedad en general y su efecto en el abuso y el descuido que puede llegar afectar al infante. Ahora bien, Cyrulnik, (2002) refiere que las heridas del niño sufridas en la primera infancia se materializan sobre todo las que están relacionadas con la separación o pérdida afectiva provocando conductas ansiosas por apega al objeto que tiene miedo de perder y del cual no puede separarse. Por otro lado, Batres (1998) hace referencia que las niñas al ser víctimas de abuso son afectadas en la necesidad de amor, tendiendo posteriormente a la búsqueda delirante del amor durante la vida.

De acuerdo con Murueta & Orozco (2015):

El niño violentado tiende a manifestar problemas de autoestima y autoadecuación, al ser emocionalmente inestable y poco responsivo expresara una visión negativa del mundo. Si un niño es violentado por los padres, probablemente se definirá a sí mismo como una persona indigna que no merece el afecto y amor; de esta manera, desarrollara un sentimiento generalizado de autoevaluación negativa, así como una autoestima negativa. Si se encuentra en un ambiente que no favorece las situaciones de aprendizaje e interacción o si el adulto no le presta atención, y si lo hace son frecuentes el rechazo, la minusvaloración, la burla, tendrá

expectativas muy bajas sobre el propio rendimiento, tendencia a no enfrentarse a tareas nuevas por miedo al fracaso o al rechazo, y si se enfrenta, lo hará con ansiedad, es decir la violencia en la infancia impactara las esferas psicológica y social y será una conducta que el niño tendera a repetir cuando sea adulto. (p. 141).

Por otra parte, Pinto (1998) indica:

Otro maltrato es la negligencia descuido o abandono, en toda la manifestación, es probablemente la forma más común del maltrato infantil y la menos reportada. Resaltando que este tipo de maltrato se da cuando aun teniendo las posibilidades y recursos adecuados para satisfacer las necesidades básicas del niño estas no se proporcionan. (p. 35).

2.3.1.2 Maltrato psicológico en la infancia

Las necesidades psicológicas son de importancia ya que deberán de satisfacerse a fin de preservar la salud mental a través de dar seguridad, estabilidad, amor, sentido de pertenencia, de estima y respeto hacia sí mismo de tal manera de potenciar habilidades.

Pinto (1998) comenta:

El maltrato psicológico consiste en un tipo de crianza donde existen demandas excesivas que superan las capacidades del niño/a y se desconocen sus necesidades reales, afectando seriamente su autoestima, el desarrollo de su personalidad y su integración social. En general toma formas extremas: rechazo, indiferencia, sobreprotección, critica, humillación, insulto, ofensas, mensajes destructivos, falta de amor, falta de atención, desprecio, amenaza, terror y corrupción. Es el tipo de maltrato más difícil de detectar ya que no se observa a simple vista y generalmente acompaña a todas las demás formas de maltrato. (p.17,18).

Además, Pinto (1998) indica las características que deja el maltrato psicológico en la infancia: “Retardo en el crecimiento, desnutrición u obesidad. Afecciones de la piel, asma o enfermedades alérgicas, enfermedad péptica u otros problemas psicosomáticos, hipocondría. Depresión marcada, automutilación e intento de suicidio”. (p. 34). Entre tanto que este tipo de maltrato muchas veces es difícil de identificar diagnosticar y por lo tanto de tratar. Sin embargo, afecta el desarrollo normal de la personalidad y la conducta humana.

En consecuencia, es importante mencionar los comportamientos que desarrollan los niños cuando sufren de maltrato psicológico o emocional, según Pinto (1998) indica:

Tics, comerse las uñas, chuparse los dedos, tartamudeo, enuresis es decir no controla orinar y encopresis no controla defecar. Trastornos del habla o del aprendizaje bajo rendimiento escolar. Problemas de sueño, terrores nocturnos, tristeza, temores, inseguridad, niños deprimidos, apáticos, poco comunicativos, agresivos, violentos, destructores, hiperactivos y con tendencias suicidas, autodestructivas. Entre tanto la dinámica familiar son padres o encargados con expectativas irreales o muy exigentes para la capacidad del niño. Amenazas constantes, atemorizando con castigos o abandono. Violencia intrafamiliar y problemas conyugales, describen al niño como malo o diferente a los demás. (p. 38).

Papalia, Wendkos y Duskin (2009) indica: “El maltrato psicológico es la acción o inacción que puede provocar trastornos conductuales, cognitivos, emocionales o mentales”. (p, 186). Ahora bien, todo maltrato físico lleva un maltrato psicológico. Por otra parte, Cyrulnik, (2002) afirma:

Lo que calma o perturba al niño es la forma en que las figuras de su vínculo afectivo traducen la catástrofe al expresar sus emociones. Un acontecimiento intenso que no altere a los allegados del agredido provoca finalmente muy pocos daños psíquicos. (p. 163).

En seguimiento Cyrulnik, (2002) indica: “lo que protege a un niño, y le ayuda a recuperarse en caso de agresión, es la estabilidad familiar y la claridad de los papeles parentales que organizan la burbuja afectiva” (p. 177).

2.3.1.2 Maltrato físico en la infancia

Según Papalia Wendkos y Duskin (2009) indica: “Que el abuso físico es una acción realizada de manera deliberada para poner en peligro a otra persona y que implica daño físico potencial, así como descuido e incapacidad para satisfacer las necesidades básicas de un dependiente”. (p. 186). En esta misma línea según la organización mundial de la salud el maltrato físico es un problema mundial que afecta durante la niñez hasta la edad adulta.

El abuso según Papalia, Wendkos y Duskin (2009) “Se inicia cuando un padre que ya se siente ansioso, deprimido u hostil trata de controlar a un niño de manera física, pero pierde el control y termina sacudiéndolo o golpeándolo”. (p, 188). Por consiguiente, el adulto ejerce una simetría de poder donde se tiene al infante en situación de desventaja, de riesgo, dolor y sufrimiento, causando daño físico, emocional sumado al maltrato de violencia. De igual forma Cyrulnik, (2002) comenta: “Las agresiones familiares físicas, morales o sexuales son el segundo factor, y su efecto dañino es mucho mayor que el de las agresiones debidas a la mala suerte”. (p, 160).

El maltrato tiene múltiples causas, sobre todo el físico ya que, según las experiencias vividas de los padres durante la niñez, detonara el maltrato hacia los propios hijos. De ahí que los progenitores no lograron internalizar el significado de madre o padre bueno o por el contrario también vivieron experiencias de maltrato.

Por consiguiente, Papalia, Wendkos y Duskin (2009) comenta:

Las consecuencias del maltrato pueden ser físicas, emocionales, cognitivas y sociales; con frecuencia, estos tipos de consecuencias se interrelacionan. Un golpe a la cabeza del niño puede ocasionar un daño cerebral que provoque demoras cognitivas y problemas emocionales y

sociales. De manera similar, el descuido grave o el hecho de que los padres no demuestren afecto pueden tener efectos traumáticos sobre el cerebro en desarrollo. (p. 189).

2.3.1.3 Maltrato sexual en la infancia

En relación con el maltrato sexual Papalia, Wendkos y Duskin (2009) refiere estudios de seguimiento realizados por Swanton, Tebbutt, O'Toole y Oates, donde incluyeron a 68 niños durante cinco años, logrando determinar que los menores que habían experimentado abuso sexual tenían alteraciones en la conducta, baja autoestima, mostrando estar deprimidos, infelices y ansiosos. Al mismo tiempo que también se volvían sexualmente activos a temprana edad. Por tanto, si no se atiende la necesidad durante la infancia y no se trata en tiempo, el problema continuaría en la edad adulta con tendencia a presentar ansiedad, depresión, enojo, hostilidad y a desconfianza en los otros.

Para Pinto (1998) el abuso sexual:

Comprende diferentes situaciones que van desde el exhibicionismo y manoseo, hasta la violación y el incesto. Este proceso en la mayoría de los casos es lento, crónico y progresivo. Involucra al abusado de manera tal que existe una relación directa, aunque no siempre lineal, aumentando y agudizando los signos y los síntomas a medida que transcurre la situación abusiva. El abusador generalmente se vale de regañones, coacción, persuasión, soborno, amenazas, engaño, fuerza física o abuso de poder para convencer u obligar a la víctima a satisfacer las propias demandas. Con frecuencia el abuso ocurre en la propia casa o en la casa de parientes o amistades. (p. 37)

2.3.2 Consecuencias del maltrato en la adultez

Batres (1998) indica: que en la infancia se es indefenso a las conductas de dominio de los adultos, siendo esta la base de mensajes y mandatos recibidos incorporándolos al desarrollo del propio concepto y valor donde también se ve afectada la autoestima.

De la misma manera Batres (1998) comenta:

Que cuando se es niña se cree que los adultos siempre tienen la razón. Por eso, los mensajes destructivos y crueles que los abusadores dicen a las niñas tienen un gran impacto en ellas. Aun si él no les dijo nada, solo el hecho de haber sido víctima de abuso transmite el mensaje de ser una persona sin valor ni importancia. Con el tiempo estos mensajes ya internalizados se sienten como lo que se es. (p. 34).

En consecuencia, a lo anterior Papalia, Wendkos y Duskin (2004) comentan: que la violencia, el abuso y el maltrato físico, sexual y psicológico por parte de la pareja presente o pasada es para mantener control y poder el cual es de carácter íntimo y privado por lo que las víctimas no lo reportan ni buscan ayuda a causa de sentirse avergonzadas, temerosas y culpables. Así mismo refieren que dichas conductas de maltrato son más evidentes en las sociedades marcadas por conductas agresivas, por el contrario de las sociedades basadas en la convivencia familiares. No obstante, el maltrato hacia mujeres en general se da en todas las sociedades, una vez que es víctima y violentada es probable que se siga repitiendo.

2.3.2.1 Maltrato psicológico en la adultez

En el maltrato psicológico se consigue limitar a la víctima de capacidades y habilidades de tal manera que tiene un efecto psicológico en la vida de la persona. Dicho abuso puede ser verbal o no verbal y tiene un efecto muy negativo en la vida de la persona que lo experimentan. Cyrulnik,

(2002) afirma que: “Hoy en día las consecuencias psíquicas de estas inmensas agresiones se hallan bien descritas: los trastornos debidos al estrés postraumático constituyen una forma de ansiedad que se incrusta en la personalidad como consecuencia del impacto de la agresión” (p. 135).

Cualquier acto verbal y no verbal que pueda dañar el sentido integral, así como la individualidad de una persona utilizando la humillación, la intimidación, o el aislamiento en los diferentes contextos como el familiar, social o individual, vulnerando considerablemente las capacidades académicas, laborales y personales de las personas, será estar desarrollando un maltrato psicológico. No obstante, es difícil reconocerlo por la sutileza con la que se lleva a cabo. Ya que el perfil del maltratador suele ser de encantador es alguien amable y respetuoso, sin embargo, también recibió maltrato, así como que fue desaprobado en el contexto donde se desarrolló.

Entre tanto Murueta & Orozco (2015) afirman:

Los daños y consecuencias del maltrato no solo se van a manifestar en la víctima, sino también en el victimario; el fenómeno del maltrato deja secuelas en quien lo sufre y quien lo ejecuta. En el caso de los victimarios, muchas veces desarrollan fuertes sentimientos de culpa y dinámicas de autodestrucción que terminan deteriorando el proceso de desarrollo. Así mismo se desarrollan a corto, mediano y largo plazo, con diferente intensidad, dependiendo de distintos factores vinculados a las cualidades o debilidades personales de la víctima, a las fortalezas o debilidades del ámbito en que se desenvuelven o a las intervenciones de apoyo que se desarrollen para protegerlas.

Por otra parte, Barudy & Dantagnan (2005) comenta que el buen trato debe prevalecer en la infancia, donde prevalezca un ambiente armonioso y acogedor, facilitando la autonomía, el desarrollo y el estímulo de las capacidades cognitivas tales como; la memoria, la percepción, el lenguaje y pensamiento lógico de manera que posea un ajuste emocional para la búsqueda del

propio equilibrio, a través del aprendizaje del pensamiento asertivo y la motivación para reflexionar y actuar adecuadamente para la propia defensa.

2.3.2.2 Maltrato físico en la adultez

El maltrato no respeta color ni cultura, ahora bien, las más propensas a sufrir un maltrato son mujeres que cuando fueron niñas estuvieron expuestas a padres maltratadores y violentos. No obstante, de acuerdo con Murueta & Orozco (2015) “El maltrato físico implica el uso de elementos físicos como golpes producidos con partes del mismo cuerpo, puñetazos, pellizcos, manazos, patadas, o los producidos con objetos, como correazos, cuchillos manguerazos o agua hirviendo entre otros. (p.70). Estos maltratos hacen que la sociedad se debilite, ya que las mujeres se desenvuelven en condiciones que obstaculizan la máxima contribución a la familia y comunidad afectándose en las diferentes áreas de la vida, así como la capacidad para desarrollarse como madres y como trabajadoras.

2.3.2.3 Maltrato sexual en la adultez

Según Batres (1998) indica que “Las personas que han sido víctimas de abuso sexual presentan un gran número de conductas autodestructivas (Bass y Davis, 1988)” (p. 39). De la misma manera refiere que las consecuencias al ser maltratadas sexualmente durante la infancia en la edad adulta son las manifestaciones de autocastigos por conductas adaptativas que adquirieron para sobrevivir como respuesta al entorno. Dichos comportamientos como consecuencia del problema pueden ser abuso de drogas, accidentes frecuentes, trasladarse por lugares riesgosos, mezclarse con individuos peligrosos o lastimarse físicamente por sentimientos de culpa y vergüenza. Igualmente, según Batres (1997) indica: “Las niñas víctimas de abuso se les impuso el silencio” (p. 51).

Según Batres, (1997) afirma que a través de la experiencia adquirida ha logrado observar que cuando se ha experimentado contacto físico o violación, en la mayoría de los casos no es un proceso

rápido por resolver, por el contrario, toma tiempo para sanar, a parte que las víctimas no buscan de inmediato la ayuda porque muchas veces no logran identificar que han padecido abuso. Así mismo los ofensores son personas que tiene relación cercana a la víctima, la autora lo relaciona con incesto siendo esto último de la propia definición en base a su experiencia clínica. En consecuencia, Batres (1998) comenta: “Muchas sobrevivientes desarrollan un odio terrible a sus cuerpos pues creen que sus formas femeninas son la causa de que su padre o familiar hayan abusado de ellas sexualmente” (p. 53).

En consecuencia, también Cyrulnik, (2002) indica lo siguiente:

En la mayoría de los casos, las violaciones no tienen un carácter ideológico. El que comete un acto de este tipo es con frecuencia un allegado sorprendentemente incapaz de representarse lo que puede sentir la persona violada. El violador abusa y después se va, sin tener el sentimiento de haber cometido un gran crimen. (p. 174).

Los abusadores llegan a convencer a las víctimas poco a poco al punto de confundirles para que acepten el manipuleo. Entre tanto las heridas infligidas por la agresión sexual son muy variables. Las agresiones violentas son duraderas que humillan y provocan secuelas graves.

2.4 El apego y la relación afectiva

Superar esta fase será importante para cuando se presenten circunstancias difíciles en la vida adulta. Por lo que según Barudy & Dantagnan (2005) afirman “La esfera afectiva del buen trato está constituida por la satisfacción de las necesidades de vinculares, de ser aceptado y de ser importante para alguien” (p. 66). Así mismo los autores comentan que el niño y la niña tienen necesidad de establecer vínculos profundos con las personas que están al cuidado, generando experiencias de pertenencia y familiaridad, buen trato, fuente de amor, desarrollo de empatía y de seguridad, asegurando con ello un apego sano y seguro.

Por tal razón cuando el niño siente la molestia de la necesidad, pero aprende a gestionarla; alcanza una maduración óptima para la resolución de problemas. Y en la edad madura lograra adaptarse a las relaciones afectivas de forma adecuada, al gestionar un vínculo o relación sana, generando mayor empatía, seguridad en sí mismo y un buen control de las propias necesidades, así como del contexto interno y externo, aprendiendo a regular todo estado emocional que no esté bien.

De acuerdo con Barudy & Dantagnan (2005) las necesidades básicas de un niño y niña son; de aceptación y de sentirse importantes para al menos los progenitores o una persona adulta que les pueda brindar esta necesidad con gestos y palabras que les reafirmen, cobijen, acepten y se les proporcione confianza; se les ayudara a diferenciarse de los otros y podrán llegar a ser personas autónomas. Dichos vínculos afectivos se construyen en la intimidad entre los padres e hijos siendo necesaria para el proceso de la relación parental, que en primera seria con la madre y el niño.

De acuerdo con Papalia, Wendkos y Duskin (2004) menciona que:

Freud sugirió que, si los niños reciben muy poca o demasiada gratificación en cualquiera de las tres primeras etapas de los primeros años de vida, están en riesgo de una fijación, una detención en el desarrollo que puede mostrarse en la personalidad adulta. (p. 32).

Entre tanto también Papalia, Wendkos y Duskin (2004) menciona que: Erick Erickson quien desarrollo la teoría psicosocial, enfatizo la influencia de la sociedad en el desarrollo de la personalidad centrándola en el desarrollo del yo el cual dura para toda la vida.

2.4.1 ¿Qué es el apego?

“Una etapa muy precoz de mala vida, si la madre falla en la satisfacción de estas necesidades lo que siente él bebe es una amenaza a su existencia (Winnicott 1956)” (Talam, Sáinz, & Rigat, 2013, p. 80).

El apego es la relación de afecto o vínculos específicos que se genera entre niño y cuidador. Este se construye a lo largo del tiempo a través de la interacción cotidiana y repetida, tiene un peso importante, donde el otro ya sea progenitor o cuidador es importante y visto como alguien sano y fuerte que puede proveer protección y atención cuando se tenga hambre, frío o sienta peligro, es decir es un lazo irremplazable porque puede lograr identificar e interpretar señales para saber cuándo hay que interactuar con el niño centrándose en el desarrollo normal de este. Se desarrolla a través de un cuidado estable, continuo y sensible a lo largo del tiempo. Cabe señalar que este se genera desde el embarazo y se construye día a día durante toda la vida.

El psicoanálisis a través de la teoría de las relaciones objétales fue una de las influencias para que se desarrollara la teoría del apego esta es una teoría estructural que concibe al desarrollo como un proceso de construcción y transformación constante. Por tal razón Talarn, Sáinz, & Rigat, (2013) afirman:

La teoría del apego, muy resumida propone que el ser humano nace con la predisposición a establecer vínculos con otras personas. Esta actitud es innata y no está condicionada solo por las necesidades fisiológicas del recién nacido, si no que está motivada, sobre todo, por la búsqueda de protección, seguridad y refugio que el cuidador sea la madre u otra persona dispuesta puede ofrecer al recién nacido. Dada esta predisposición en la primera infancia se construye el vínculo de apego. (p. 94).

De este modo la responsabilidad y la receptividad positiva que el cuidador muestre contribuirá al buen trato de las necesidades que presenta y refiere el menor. En efecto Talarn, Sáinz, & Rigat, (2013) indican:

Un apego sano incluirá la interiorización, por parte del niño de una o más figuras estables y disponibles que le ofrecen una sensación de seguridad y confianza que será usada para la

exploración del entorno y de los otros. Este vínculo de apego será, pues, la base de la vida emocional (p. 95).

2.4.2 Tipos de apego

Según Bowlby (1993) sostiene; “El apego ansioso o apego inseguro. Indica con toda claridad que la preocupación básica del individuo reside en que las figuras de afecto no resulten accesibles y, o no le respondan adecuadamente” (p.237).

En seguimiento Bowlby (1993) hace referencia:

Que los efectos que sobre el niño ejercen las amenazas de los padres en el sentido de que no lo querrán más o habrán de abandonarlo, incluso, si no se porta bien. La experiencia clínica sugiere que las amenazas de este tipo, en especial las referentes a un posible abandono, ejercen efectos mucho más profundos que lo que por lo general se suponía en la elaboración de un apego ansioso (p 250).

Según Barudy & Dantagnan (2005) componentes de las relaciones afectivas son el cuidado, la protección y la educación, es decir los buenos tratos que se reciben durante la infancia y adolescencia, influyen en la capacidad de cuidarse a sí mismo, a la vez que puede colaborar con dinámicas sociales atendiendo necesidades de los demás. Estos buenos tratos son fundamentales para sobrevivir como especie. Por lo que evitar los malos tratos traerá al niño bienestar. Es decir, los buenos tratos proporcionaran salud mental y física. En efecto el papel de la familia en proveer protección psicológica es clave para el desarrollo de recursos sanos permitiendo a que el niño se enfrente a desafíos y circunstancias durante el desarrollo de la vida y que a su vez sea resiliente y esto le ayude en sus relaciones posteriores.

Según Talarn, Sáinz, & Rigat, (2013) afirman:

El apego seguro Es cuando el niño dispone de unos padres cálidos atentos y sensibles que satisfacen de forma adecuada sus necesidades como; preocupación maternal primaria, sincronía, simetría, contingencia entre otros. Los padres responden empáticamente a las expresiones del niño tanto a las positivas como a las negativas, y esto ayuda al pequeño a poner en palabras sus emociones. Es el primer paso para poder comprenderse a sí mismo y a los demás. La cercanía física y las demostraciones de cariño son permanentes, y el niño se siente aceptado de manera incondicional y confiado. (p. 98).

Entre tanto Talarn, Sáinz, & Rigat, (2013) afirman:

La calidad del vínculo que el niño puede vivir con sus figuras de apego queda establecido a muy temprana edad y lo más importante; es que a partir de estos primeros vínculos familiares se irán organizando los modos operativos internos. Estos incluyen representaciones de sí mismo y de los demás, sirven para regular, interpretar y predecir la conducta relacional, los pensamientos y los sentimientos de sí mismos y los otros. Así mismo la adolescencia es una etapa crucial para el desarrollo de la identidad personal y de las relaciones. Es cuando se tiene más conciencia de los propios modos operativos internos. Llegada la adultez estos modos internos marcaran la tendencia a buscar o no y mantener o no la proximidad y el contacto con una o pocas personas concretas, que proporcionan el sentimiento subjetivo de protección y seguridad física y/o psicológica. (p. 95).

Es importante añadir que en términos científicos el apego es un proceso psicológico con una base neurobiológica. Este vínculo afectivo que se hace con una persona específica se va convirtiendo en

significativa para el adulto y niño, quien lo expresa desde sus primeros meses de vida por el deseo de aproximidad produciendo un buen apego Talarn, Sáinz y Rigat, 2013 (2013) indican:

Cuando las relaciones son de este calibre los padres son interiorizados como fuente de seguridad, y por ello a medida que crece el niño puede ir explorando el entorno o incluso alejarse de lo conocido con la confianza de poseer una base segura siempre disponible, a la que retornar. Se considera que sus modos operativos internos se basan en estas certezas y opera en conformidad a las mismas. (p. 98).

Apego inseguro evitativo según Talarn, Sáinz y Rigat (2013) indican:

Por los motivos que sean los padres no son capaces de satisfacer los requisitos afectivos de los niños. Estos padres presentan una combinación de ansiedad, rechazo y hostilidad hacia el crío. Cuando el pequeño despliega sus necesidades, como llorar o reclamar atención, obtiene respuestas maternas que lo desairan, lo angustian aún más y no lo calman. La madre puede evitar entrar en contacto con el niño y tomar distancia emocional con él, por ejemplo, desdeñando, no comprendiéndolo o negando sus necesidades. No hay apenas muestras de contacto físico cariñoso y afectuoso por parte de los padres. Con el tiempo, el niño acabará desarrollando una estrategia defensiva de auto protección que consistirá en evitar o inhibir todas sus necesidades de afecto y proximidad con su figura de apego. (p. 99).

De la misma forma el Apego Inseguro desorganizado según Talarn, Sáinz y Rigat (2013) indican:

Que los padres son muy incompetentes y patológicos como consecuencia de haber sufrido ellos mismos de pequeños, malos tratos, traumatismos o pérdidas severas y difícilmente pueden brindar al hijo condiciones psicológicas que faciliten un apego seguro. Los malos tratos y abusos de todo tipo son frecuentes en este tipo de familias. Ante esta situación las defensas del niño se

colapsan y no saben qué hacer para conseguir proximidad y seguridad. (p. 101). Por el contrario, Bowlby (1980) afirma: “Tras un período de separación, en particular cuando se lo ha pasado en compañía de figuras extrañas, es corriente que los niños criados en el seno de sus familias se muestren más ansiosos y apegados a sus padres que antes. (p. 244).

2.4.3 Influencia del apego en las relaciones afectivas

Talarn, Sáinz, & Rigat, 2013 (2013) indican “Las necesidades afectivas se manifiestan, sobre todo, a través de tres sentimientos 1) el de formar parte de unas vinculaciones estables, 2) el de la aceptación, y 3) el de ser parte importante para el otro” (p. 81). Entre tanto cuando las relaciones son positivas y gratificantes producen pertenencia y familiaridad a esto se le llama vínculo estable o seguro. Por lo que si en la infancia se experimentó un adecuado vínculo afectivo donde se encontró seguridad; entonces en la edad adulta se alcanzara una verdadera autonomía, logrando encarar positivamente las relaciones afectivas. Por el contrario, el miedo al abandono que se trae por creencias y mandatos del pasado también influirá en las relaciones afectivas del presente, la persona se engancha y no suelta al otro, por el sentimiento al rechazo que se tiene, que no permite relajarse y disfrutar sanamente la compañía de los otros.

2.5 Codependencia

Codependencia es cuando amar a otro se convierte en necesidad colocándola como el eje y centro de la existencia misma poniéndose en una situación vulnerable y peligrosa, es como ser adicto a una sustancia parecido a una simbiosis donde un individuo depende de otro y sin la fuerza de poner límites por el amor con apego inseguro desarrollado. De tal manera que con facilidad se puede llegar a sufrir de depresión al sentirse solo o que ha perdido a quien se ama.

De modo que toda herida enterrada desde la infancia en la edad adulta destroza. Según Beattie (2012) la codependencia comprende las formas en las que las personas han sido afectadas durante

el pasado, en su mayoría cuando se ha crecido en un sistema familiar disfuncional y fuerte. Cuando se es adulto se recrea esta experiencia, ya que muchas veces se pasa la vida entera buscando lo malo en sí mismo cuando lo que realmente estuvo mal fue el sistema quedando la persona traumatizada.

Los patrones de conductas que pueden indicar el padecimiento de una enfermedad codependiente son; en primera la preocupación excesiva por la vida de las demás personas, no vivir la propia vida si no que por el contrario siente la necesidad de resolver los problemas ajenos quedando la propia necesidad de último, por la creencia inconsciente de que no vale y que se vive para servir a los otros de ahí que no se cuenta con adecuada autoestima permitiendo que otros pasen por encima y que disponga de lo que desee por el miedo a que no lo quieran, dejen de amar o de sufrir abandono. Sobre todo, porque se viene de un hogar primario disfuncional donde se ha experimentado como se ha mencionado anteriormente maltrato, rechazo, humillaciones, es decir no hubo apego seguro. Además, al ser codependiente también se puede padecer obsesión y compulsión.

2.5.1 Codependencia en mujeres de 40 a 60 años

Según Beattie (1987) “Una persona codependiente es aquella que ha permitido que la conducta de otra persona la afecte, y que está obsesionada con controlar la conducta de esa persona.” (p. 16). En seguimiento a la autora quien comenta que las personas codependientes adoptan conductas de supervivencia aprendidas que después son destructivas, esto lo hacen por la necesidad de salvaguardarse a sí mismas, para poder satisfacer necesidades y de esta manera poder sobrevivir mental, física y emocional. Así mismo refiere que si bien ya es difícil vivir con personas sanas, convivir con personas perturbadas es mucho más difícil.

Beattie (2012) sostiene: “La recuperación significa cambiar las conductas aprendidas de supervivencia que hoy resultan autodestructivas. Esta recuperación significa sacar a la superficie los carbones ardientes, también significa enfrentarse con cualquiera de las maneras en que se pudo haber sido traumatizados” (p. 43). En seguimiento a lo anterior la autora hace referencia de

aprender a tiempo ya que opera la negación sin invitación previa, se niega el dolor y se vuelve difícil sentir y reconocer las emociones, entre tanto la persona se siente orgullosa de sus acciones.

Pareciera que el codependiente es fuerte, pero es todo lo contrario es una persona débil que necesita hacer sentir a otros débiles para hacerse responsable incluso de los sentimientos ajenos, a la vez que reprocha constantemente la ayuda brindada a los otros. Entre tanto para darse cuenta de que algo no está bien hay que romper con la negación, cambiar patrones de pensamiento, admitir y aceptar el vacío interior.

Según Beattie (2012) en la codependencia la mujer puede entorpecerse al empezar a congelar y reprimir emociones al pensar que dichos sentimientos no son importantes, por caer en conductas compulsivas y evitar sentir; ocupando el papel de víctimas y buscar chivos expiatorios. Además, se padece de baja autoestima por el hecho de odiarse a sí misma o avergonzarse; de ahí que el miedo y ansiedad también forma parte de esta personalidad. En consecuencia, Beattie (2012) afirma: “La codependencia es un ciclo autoderrotista. Los sentimientos codependientes conducen al descuido de sí mismo, y este descuido conlleva a más sentimientos y conductas codependientes conduciendo a mayor descuido” (p. 104).

Beattie (2012) sostiene:

La vergüenza es la marca de fábrica de las familias disfuncionales. Se dan en las familias adictivas, en donde una o más personas eran adictas al alcohol, a las drogas, a la comida, al trabajo, al sexo, a la religión o a las apuestas. Se dan en las familias que tienen problemas y secretos. (p.147)

Así mismo refiere que la vergüenza tiene raíces desde la niñez y continua en la vida adulta, como manera de controlar ya que es una herramienta utilizada desde tiempos remotos.

Ciertamente se vuelve necesario trabajar en el proceso del cambio para ello habrá que buscar la recuperación Beattie (2012) Sostiene: “Necesitamos escuchar nuestro cuerpo para saber dónde están nuestros límites, si fuimos criados junto a la adicción muchos de nosotros tuvimos que dejar nuestro cuerpo, o abandonar nuestro yo, para poder sobrevivir” (p. 242) Beattie (2012) señala: “La fijación de límites no es un proceso aislado. Va entrelazado con el crecimiento de la autoestima, con el manejo de sentimientos, con el rompimiento de reglas y con el desarrollo espiritual. Está relacionado con el desapego” (p. 242).

Beattie (2012) reafirma:

La meta de tener y fijar límites no es construir gruesas murallas a nuestro alrededor. El propósito es lograr la suficiente seguridad y sentido de sí mismo para poder tener cercanía con los demás sin por ello tener la amenaza de perder nuestra individualidad, ni asfixiar a la gente, ni violar territorios, ni ser invadidos. Los límites son la clave de las relaciones amorosas. (p. 243).

Capítulo 3

Marco Contextual

3.1. Método

Se elaboró el estudio desde el enfoque cualitativo con información interpretativa profundizando en teoría, para describir la realidad, las características sociales, la contextualización del entorno, así como las experiencias vividas en mujeres entre 40 y 60 años con relación al trauma en la infancia y su influencia en la personalidad codependiente.

Muñoz, (2011) afirma:

Este tipo de investigaciones analizan el comportamiento social, las emociones, los sentimientos, las ideas o las experiencias de los individuos, grupos, culturas y de la sociedad en general. Por la naturaleza de este tipo de estudios, se requiere de un método formal de investigación que permita explorar, interpretar y comprender la realidad social que se estudia. (p. 22).

3.2. Tipo de investigación

El tipo de investigación que se trabajó en este estudio es documental, ya que este tiene como objetivo recolectar y analizar información a través de la crítica y la comparación mediante el apoyo de material impreso y electrónico como libros, artículos científicos, tesis entre otros.

El estudio documental según Muñoz, (2011) indica que son: “Trabajos cuyo método de investigación se concentra en la recopilación de datos documentales, que aparecen en libros, textos, apuntes, revistas, sitios Web o cualesquiera otros documentos gráficos, icnográficos y electrónicos” (p. 14).

3.3. Niveles de investigación

Esta investigación correspondió al nivel exploratorio cuyo objetivo fue el explorar, indagar, identificar y determinar factores relevantes por medio del análisis de la problemática en cuestión, siendo esta parcialmente estudiada, lo que da la oportunidad de ampliar el estudio.

3.4. Pregunta de investigación

¿Qué influencia ejerce el trauma de la primera infancia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años?

3.5. Variables

- Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años.
- Características biopsicosociales de Mujeres de 40 a 60 años
- El maltrato infantil y sus consecuencias en la adultez
- El apego y la relación afectiva
- Codependencia

3.6. Procedimiento

El presente trabajo se inició con la selección y aprobación del tema y del nombre de la investigación, luego se procedió a la búsqueda y revisión del material bibliográfico para después organizar de forma lógica la información y poder dar paso a la redacción, lo cual tuvo como finalidad dar a conocer la realidad sobre la problemática y con ello dar respuesta a la pregunta de investigación con relación a ¿Qué influencia ejerce el trauma de la primera infancia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años? a través del método y enfoque

cualitativo y con información variada mediante material impreso y electrónico el cual será adecuado a la indagación para la investigación.

Capítulo 4

Presentación y discusión de Resultados

4.1 Discusión de resultados

La codependencia es una condición psicológica y emocional que lo pueden padecer muchas personas alrededor del mundo esta se puede confundir con actitudes aceptadas por la sociedad, pero estos comportamientos pueden afectar la relación familiar, social, laboral y personal. De ahí nace la inquietud de realizar esta investigación para conocer y entender la personalidad codependiente y como puede impactar la vida de las mujeres en la edad adulta, sin dejar de lado la infancia y los traumas sufridos o experimentados que las personas enfrentan.

Pérez (2006) indica:

Debe entenderse que el niño en la infancia estuvo sometido a un determinado estilo parental como; de caos de normas, con abandono respecto a elementos afectivos, alternando con control exagerado y disciplina ante detalles menores, a lo que se tuvo que adaptar con conductas exageradas de sumisión y anulación completa de su mundo interno, en un intento de aplacar explosiones de ira que no entiende. Este patrón vincular resulta adaptativo en la infancia y le permite sobrevivir en un medio hostil e inadecuado. El problema es cuando, en la vida adolescente o adulta, estas reacciones que ya son parte de la persona y de las que con frecuencia no se es consciente, dejan de ser adaptativas. (p 110).

Desde la infancia y según la experiencia de vida experimentada cualquier persona puede quedar atrapada en estructuras aprendidas que afectarán las propias relaciones y la de otros, por marcas de las heridas durante la infancia; ya que éstas se harán presentes durante toda la vida si no se sanan en tiempo. Sobre todo porque cuando se es niño no se puede dimensionar las heridas experimentadas, por ejemplo, un recién nacido no tiene conciencia de lo que otros dicen, será el

proceso de maduración de sí mismo que ira marcando el propio desarrollo, sin embargo, se podría decir que de 0 a los 2 años se empieza a formar la etapa del autoconcepto hasta que aprende a darse cuenta de la propia individualidad; mientras tanto tiene la creencia que el cuidador y el son una misma persona. Por lo que es adecuado que el menor se afiance y confié en la figura que le brinda seguridad, de esta manera avanza a otras etapas hasta lograr la propia independencia.

Entre tanto el escuchar y sentir al otro le ayudara a seguir formando seguridad para comprender la propia individualidad y la de los demás. Por ello el cuidado que proveen las figuras principales es relevante. Ahora bien, estos cuidados o estilo parental muchas veces no llenan las necesidades básicas que necesita el menor quien crece con ausencias y falta de cobijo seguro. Es por esto por lo que toda vivencia traumática experimentada en la infancia causa heridas internas que se guardan a lo largo de la existencia y si están no se sanan la vida se encargara de traer el recuerdo desde el inconsciente. Es decir, el trauma no sanado de la infancia impactara en la edad adulta, desarrollando una personalidad codependiente. De ahí la respuesta a que muchas mujeres no pueden poner fin a la situación caótica que viven, ya que lograron crear mecanismos de defensa para la propia subsistencia desconectándose de la propia realidad.

“Cada adulto tiene necesidad de ayuda, calidez, protección... en muchos sentidos diferentes de las necesidades del niño, pero en algunos sentidos parecidos (Erick Fromm, 1955)” (Papalia, Olds, & Feldman, 2004, p. 543).

Al nacer hay necesidades básicas que deben ser satisfechas para el propio desarrollo y la supervivencia, por ello que el llanto de todo bebé es para transmitir el sentimiento de lo que necesita en el aquí y ahora, no obstante, al ser atendido de forma equilibrada sentirá satisfacción. Ahora bien, en su mayoría la mujer tiene necesidad de sentirse amada por otros a diferencia del hombre, ella necesita comprensión y conversación, también demanda honestidad y apertura para transmitir lo que siente, así como el compromiso de otros hacia ella. Sin embargo, en toda necesidad habrá que buscar el equilibrio y balance adecuado para que la frustración no sea el centro de la existencia.

De acuerdo con Papalia, Wendkos y Duskin (2009) en general los humanos tienen necesidades físicas y emocionales, sin embargo, las necesidades físicas en la mayoría son cubiertas por la propia persona según contexto o entorno, mientras que las emocionales son cubiertas por sí mismo y por lo otros, el problema es que los otros están cubriendo las propias. Por tal razón el crecimiento personal no puede basarse en los otros sobre todo para sobrevenir las crisis existenciales. Además, las necesidades emocionales no son negociables, siendo parte de estas necesidades el expresar el cariño con hechos, el ser reconocidos, reírse de sí mismos, defender las propias ideas y sentimientos sin olvidar de fomentar buenas relaciones con los otros. Sobre todo, porque hoy las mujeres adultas aparte de la experiencia de vida y sabiduría, están evolucionando en cambios que favorecen el desarrollo tanto personal que incluye el cuidado en general y el profesional como seguimiento al éxito.

De igual forma Papalia, Wendkos y Duskin (2009) hace referencia de la intercomunicación de la familia, la comunidad y la sociedad en general y su efecto en el abuso y el descuido que puede llegar afectar al infante. Ahora bien, Cyrulnik, (2002) refiere que las heridas del niño sufridas en la primera infancia se materializan sobre todo las que están relacionadas con la separación o pérdida afectiva provocando conductas ansiosas por apega al objeto que tiene miedo de perder y del cual no puede separarse. Por otro lado, Batres (1998) hace referencia que las niñas al ser víctimas de abuso son afectadas en la necesidad de amor, tendiendo posteriormente a la búsqueda delirante del amor durante la vida.

Según lo investigado para el desarrollo del presente trabajo, el maltrato durante la infancia puede traer consecuencias en la edad adulta, de tal manera que los efectos y la severidad que puede causar este en la niñez temprana puede ser a nivel cognitivo, conductual y emocional, por el solo hecho de no poder defenderse ante la diversidad de agresiones que se puede experimentar por parte de un adulto, además de situaciones como el rechazo al nacer, la separación de cualquiera de los progenitores, la desaprobación, insultos o adiciones en el entorno familiar, son consecuencias a corto y a largo plazo, en las cuales se crece experimentando culpas, confusiones, ansiedades, rabias, miedos, inseguridades, desconfianza y baja autoestima, que muchas veces son persistentes y atípicos los síntomas en la vida adulta.

Por consiguiente, el infante que ha vivido violencia intrafamiliar tiene mayor probabilidad de ejercer violencia a otros debido a los problemas de conductas que puede llegar a presentar, así como dificultad de sostener vínculos duraderos con los demás. De igual modo el abuso sexual incapacita a la persona, de tal manera que no podrá sostener una sexualidad feliz, además es posible que se sufra de trastorno de personalidad límite, como también de estrés postraumático por todo lo vivido y experimentado que no se logró gestionar adecuadamente, por tanto, al callar y aguantar lo que ha sucedido se produce una disociación a nivel emocional y la persona se desconecta de la realidad y así lograr un soporte interno, de igual modo queda incapacitado para tener buenas relaciones sociales, además de arrastrar culpa por no ser capaz de parar el abuso que se produjo, también se sufre de baja autoestima por el miedo al chantaje que le trasmite el abusador.

Entre tanto Talarn, Sáinz y Rigat (2013) afirman:

La calidad del vínculo que el niño puede vivir con sus figuras de apego queda establecido a muy temprana edad y lo más importante; es que a partir de estos primeros vínculos familiares se irán organizando los modos operativos internos. Estos incluyen representaciones de sí mismo y de los demás, sirven para regular, interpretar y predecir la conducta relacional, los pensamientos y los sentimientos de sí mismos y los otros. Así mismo la adolescencia es una etapa crucial para el desarrollo de la identidad personal y de las relaciones. Es cuando se tiene más conciencia de los propios modos operativos internos. Llegada la adultez estos modos internos marcarán la tendencia a buscar o no y mantener o no la proximidad y el contacto con una o pocas personas concretas, que proporcionan el sentimiento subjetivo de protección y seguridad física y/o psicológica. (p. 95).

Según la teoría del apego este es un vínculo que se establece desde el nacimiento hasta la muerte, por lo tanto, va a repercutir en todas las relaciones que tenga el ser humano desde que nace hasta que muere, siendo importante entonces el vínculo entre el niño y la figura primaria en la infancia temprana. Existen cuatro tipos de apego que se relacionan entre sí, para lo cual se analizaron cada

uno para entender la influencia que tiene en la personalidad codependiente. El primero es el apego seguro, es cuando el infante se siente querido, respetado, protegido y se ocuparon de las necesidades básicas. Los efectos de este apego en la adultez se muestran interesante puesto que hay facilidad para relacionarse con las demás personas y no tienen miedo al abandono ni al rechazo, no buscan el agrado de los otros para sentirse satisfechos, además no sufren de ansiedad por separación situación que experimentan muchas otras personas que tienen otros tipos de apego.

El segundo apego es el ansioso y ambivalente en este caso el infante no confía en los adultos que están a cargo, algunas veces siente protección y en otro abandono, como ejemplo un bebe gateando y voltea constantemente para asegurarse de quien le cuida está cerca. Estas personas de adultas manifiestan este apego con mucha ansiedad, en el caso de la separación del otro, en consecuencia, hay ambivalencia, y lo manifiestan con enojo, preocupación, esto se debe porque no formaron un apego seguro en la infancia, por lo que esta inseguridad de este apego aprendido la llevan consigo a todas las relaciones.

El tercer apego es el evitativo este se da cuando el niño no encuentra en el cuidador principal, los cuidados básicos y necesarios que lo ayudaran a formular un buen apego, entre tanto se causa un distanciamiento emocional. Estos infantes al separarse del cuidador no lloran y dan la apariencia que les da igual la existencia de este, ya que no sienten seguridad con la figura que les cuida, aprenden a sentirse poco queridos y valorados. Ya en la edad adulta se aíslan de las personas, y les cuesta trabajo crear lazos sentimentales con alguna pareja porque nunca se han sentido seguros y prefieren evitar el contacto íntimo. Algo interesante en estas personas es que si logran relacionarse con alguna pareja de apego seguro es muy probable que adopten poco a poco el apego seguro que les brinda el otro por el hecho que este les trasmite confianza.

Por último, el tipo de apego desorganizado ocurre en casos de abandono o de maltrato muy temprano en la niñez, estos pequeños crecen con sentimientos de frustración e ira, son infantes que destruyen lo que tienen al lado como por ejemplo juguetes, como medio para sacar el sentimiento de frustración. Mientras tanto en la edad adulta, pareciera que desean destruir cualquier relación que logren tener, aunque la realidad es que tienen un anhelo grande de sentirse amados, pero el

problema es que no saben cómo comportarse para mantener dicha relación, por lo que alejan a las personas que les aman, pero a la vez no desean estar solos, sienten miedo, son infieles o incluso se afianzan del berrinche, esto es porque no aprendieron a manejar el apego de forma segura. Estas personas a la hora de formar pareja les favorece una pareja con apego seguro.

Según Beattie (2012) la codependencia comprende las formas en las que las personas han sido afectadas durante el pasado, en su mayoría cuando se ha crecido en un sistema familiar disfuncional y fuerte. Cuando se es adulto se recrea esta experiencia, ya que muchas veces se pasa la vida entera buscando lo malo en sí mismo cuando lo que realmente estuvo mal fue el sistema quedando la persona traumatizada.

De acuerdo con Beattie (2012) los problemas acentuados de la personalidad codependiente en mujeres en la edad adulta provienen de lo que se aprendió en la infancia dentro del entorno familiar, como bien se ha explicado el trauma y los malos tratos experimentado durante la infancia tiene efectos que repercuten durante el ciclo vital de la vida. Así mismo las personas codependientes poco a poco van perdiendo la identidad propia, ya que no logra dimensionar el estado en el que se encuentran, demandando necesidades de la cual se carece. Ahora bien, ya en la edad adulta es necesario hacerse responsable únicamente de las propias emociones puesto que la personalidad codependiente carga con culpas, tristezas, enojos de los otros, porque no puede darse cuenta de que no logra poner límites.

La personalidad codependiente no logra tener relaciones sanas porque no tiene autonomía e intimidad consigo mismo al mismo tiempo que no es capaz de regular las propias emociones. Desde los orígenes la personalidad codependiente ha tratado de solucionar, complacer y cubrir los problemas a través de la preocupación hacia los otros, al mismo tiempo que encuentra la propia ganancia al asegurarse de que los otros lo necesitaran y este se vuelve el gancho perfecto para sentirse responsables y de esta manera inconscientemente logra controlar a los demás.

Conclusiones

En general los individuos llevan consigo heridas emocionales que inconscientemente han experimentado desde la infancia a través del vínculo de apego que lograron obtener de las figuras principales. Dichas heridas pueden ser bloqueos o traumas padecidos por diversas situaciones, que influyen física y psicológica. Entre tanto, lo que el menor vivió hasta los siete años es importante en la construcción de la personalidad la cual llevará a la vida adulta, esta le ayudará a mantener relaciones sanas o por el contrario se le dificultarán. Lo interesante es que toda persona puede trabajar y hacer cambios en la vida sin importar la edad, una vez haga consiente lo inconsciente que no le permite la propia libertad.

La salud y la enfermedad son continuas en la vida de las personas, así la salud se vuelve un proceso multidimensional donde actúa los aspectos biológicos, psicológicos, sociales y familiares ya que el ser humano tiene procesos dinámicos que le ayudan a interactuar en el entorno. Entre tanto se a través de la información obtenida que las mujeres de 40 a 60 años tienen tendencia a padecer los síntomas relacionados con la menopausia y con ello la necesidad del cuidado necesario. Así mismo a esta edad muchas mujeres prefieren disfrutar de la vida y del entorno, son más agradables y se muestran cognitivamente con capacidad para seguir desarrollando la inteligencia y de esta manera son emprendedoras y dinámicas.

Según la información obtenida las víctimas del maltrato y abuso en la niñez temprana en su mayoría tienden a generar síntomas emocionales en la edad adulta, como ansiedad por sentimientos de culpa y responsabilidad a causa del abuso, a su vez también se puede llegar a padecer depresión, así como posibles tendencias a las adicciones por la necesidad de anestesiar el dolor y sufrimiento que se padece. Además de la posibilidad de aislarse y no relacionarse con los otros es parte de los efectos del maltrato durante los primeros años de vida.

Un apego seguro durante la niñez trae favorables consecuencias en la edad adulta ya que la persona podrá con facilidad relacionarse con los demás y no tendrá temor al abandono ni al rechazo, de la misma manera no se preocupa en buscar el agrado de los otros para sentirse complacido, además

no sufrirá de ansiedad por separación. Por lo que puede llegar a sentirse amada sin necesidad de sufrir por un amor verdadero y mantener relaciones afectivas de manera saludable emocionalmente.

El crecer en un sistema familiar disfuncional con patrones violentos influirá para que en la edad adulta las mujeres logren recrear experiencias traumatizadas por las vivencias de eventos crónicos. Los efectos y consecuencias que enfrenta la mujer adulta con personalidad codependiente son pensamientos negativos o erróneos que no dejan ver los propios errores, necesidad excesiva de control que a su vez se convierte en manipulación, facilidad de culpar a alguien más, quejarse y no hacer nada para realizar los cambios requeridos. Ahora bien, los patrones de maltrato que se aprendieron durante la infancia hacen que las personas sientan muchas veces que una relación abusiva es completamente normal y no logran darse cuenta de que realmente es un problema conductual que se enraizó y que habrá que sanar emocionalmente.

Recomendaciones

Se recomienda que toda mujer que necesite sanar heridas causadas por sucesos traumáticos pueda encontrar la solución al dolor y sufrimiento experimentado a través de buscar apoyo psicológico logrando expresar para soltar y liberarse. A la vez que identifique, acepte el problema y se conecte consigo misma podrá cambiar conductas destructivas que a su vez se convirtieron en la piedra que detiene el flujo adecuado de la propia existencia.

Es de importancia que las mujeres fomenten el cuidado de la salud física y emocional, así como relaciones saludables, encontrando apoyo con la familia y amigos, ser consciente de las propias necesidades, con el fin de vivir una vida tranquila, en el aquí y ahora, se recomienda que introduzca la oración, la meditación y el dar gracias, así también ejercicios de relajación y de respiración, la práctica del autoanálisis como herramienta para las propias conductas y responsabilidades.

Así mismo las personas que fueron violentadas durante la vida. Se recomienda que a través de un proceso terapéutico o grupos de ayuda espiritual logren perdonar y perdonarse. Tener disposición al cambio e iniciar reconociendo pensamientos negativos, entablar conversación a través del dialogo interno, seleccionar lo que se habla y transformar las palabras en afirmaciones positivas y sanadoras.

Entre tanto una personalidad codependiente no es fácil de reconocer ni de aceptar, para ello es recomendable que las mujeres adultas se interesen por saber que es la codependencia, para identificar conductas y sentimientos, buscar la aceptación incondicional, desarrollar rutinas de autocuidado, leer libros de autoayuda y sobre todo arriesgarse a construir un futuro de cambios y ser capaz de tomar decisiones al ser responsables de la propia vida.

Referencias

- Amores, A. V. & Mateos R. M. (2017, 18 de agosto). Revisión de la neurobiología del maltrato infantil: y el perfil neuropsicológico de las víctimas de abusos en la infancia. *Psicología educativa*. Recuperado de <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1135755X17300234?token=4666BC92FCFE4D748FE03DB88B60AFA55FFBE77B16602B59740704B5AAD2C2D01CF4E4B05824DA2B70C99ABE0FEE9F20>
- Asociación Americana de Psiquiatría, (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. (5ª. ed.). Arlington Va: Panamericana.
- Barudy, J. & Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia: Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa.
- Batres, G. (1997). *Del ultraje a la esperanza*. (2ª. ed.). San José Costa Rica: ILANUD.
- Beattie, M. (1987). *Ya no seas codependiente. Cómo dejar de controlar a los demás y empezar a ocuparse de uno mismo*. México: Patria.
- Beattie, M. (2012). *Mas allá de la codependencia*. 2ª. ed.). México: Hazelden.
- Bowlby, J. (1993). *La separación afectiva*. Barcelona: Paidós.
- Brown, J. (2014) *Nutrición en las diferentes etapas de la vida*. (5ª. ed.). México: McGraw Hill
- Bucay, J. (2006). *El camino de la Autodependencia*. Buenos Aires: Del bolsillo.

- Cabrera, E. & Arias, G. (2016, 22 de julio). Secuelas del maltrato infantil. *Revista Psicología Científica.com*. Recuperado de <http://www.psicologiacientifica.com/secuelas-del-maltrato-infantil/>
- Cryulnik, B. (2002). *Los patitos feos la resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa.
- De Souza Gaytán, A. (2016). *El rol de la mujer codependiente integrante de grupos Al-Anon zona quince de la ciudad de Guatemala*. (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Guatemala. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/De-Souza-%20Ana.pdf><http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrca/2018/05/22/Rodriguez-Ana.pdf><https://journals.copmadrid.org/psed/art/j.pse.2017.05.006>
- Goleman, D. (2015). *La inteligencia Emocional*. (25ª. ed.). México: ZETA.
- Muñoz Razo, C (2011). *Cómo elaborar y asesorar una investigación de tesis*. (2ª. ed.). México: PEARSON EDUCACIÓN.
- Murueta, M. & Orozco, M. (2015). *Psicología De la Violencia Causa, prevención y afrontamiento*. (2ª. ed.) México: El Manual Moderno.
- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2004) *Desarrollo Humano*. (9ª. ed). México: McGraw Hill.
- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2009) *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. (11ª. ed.). México: McGraw Hill.
- Pérez, P. (2006) *Trauma, culpa y duelo: Hacia una psicoterapia integradora*. (2ª. ed.) España Sevilla: Publidisa.

- Reyes Jaime, L. (2017). *La codependencia: un enemigo silencioso*. (Monografía opción de grado) Universidad Nacional Abierta a Distancia-UNAD, Bogotá, Colombia. Recuperado de <https://repository.unad.edu.co/bitstream/10596/12391/5/14590904.pdf>
- Rodríguez López, A. (2018). *Codependencia y ansiedad en mujeres*. (Tesis de grado) Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrce/2018/05/22/Rodriguez-Ana.pdf>
- Rozenel, V. (2017, 05 de junio). *Teoría del apego y psicoanálisis. Aperturas Psicoanalíticas*. Recuperado de <http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=0000417>
- Santrock, J. (2006). *Psicología del desarrollo. El ciclo vital*. (10ª. ed.). España: McGraw Hill.
- Talarn, A. Sáinz, F. y Rigat, A. (2013). *Relaciones, vivencias y psicopatología: las bases relacionales del sufrimiento mental excesivo*. Barcelona, España: Herder.
- Varinia, P. de S. (1998). *Manual para El manejo del Síndrome de Maltrato Infantil*. Guatemala: PDH

Anexos

Anexo 1

Nombre completo: **Nora Elizabeth Portillo Lemus**

Título de la Tesis: **Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años**

Problemática	Variable de estudio	Sub temas de la variable de estudio	Pregunta de investigación	Objetivo General	Objetivo Específicos
-Maltrato infantil -Baja autoestima -Temor al abandono -Un falso yo -Heridas Emocionales -Falta de amor y aceptación -Inseguridad -Apego	Trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años	1). Características biopsicosociales de Mujeres de 40 a 60 años 2). El maltrato infantil y sus consecuencias en la adultez	¿Qué influencia ejerce el trauma de la primera infancia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años?	Analizar el trauma en la primera infancia y su influencia en el desarrollo de la personalidad codependiente en mujeres de 40 a 60 años.	Explicar las características biopsicosociales de mujeres de 40 a 60 años
	3). El apego y la relación afectiva	Definir los efectos del maltrato y abandono en la infancia temprana en la adultez			
	4). Codependencia	Analizar los efectos de la codependencia en mujeres adultas.			

Fuente: elaboración propia (2019)