

**DEPENDENCIA E INMADUREZ EN LAS
PAREJAS**

LILIANA GIL MORALES
SALEM JUAN PÉREZ

UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR
INSTITUTO DE EDUCACIÓN CONTINUA
FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL
DIPLOMADO EN FAMILIA
BARRANQUILLA

1999

**DEPENDENCIA E INMADUREZ EN LAS
PAREJAS**

LILIANA GIL MORALES
SALEM JUAN PÉREZ

Ensayo presenta como requisito para optar
al título de Trabajadora Social

UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR
INSTITUTO DE EDUCACIÓN CONTINUA
FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL
DIPLOMADO EN FAMILIA
BARRANQUILLA

1999

INTRODUCCIÓN

Casi todas las personas desean “realizarse”, “formar una pareja”, y “tener un hogar”, y las que ya lo tienen desean mantenerlo. En realidad esta es la “teoría” en la práctica la situación es otra. Cuando se ven envueltos por los problemas, en la primera alternativa que piensa la mayoría de las parejas es en la separación. Sin antes detenerse a observar cuales son las causas que dan origen a estos problemas.

Cuando una persona afirma que “quiere separarse hay que ver si en realidad quieren separarse de “esa otra persona” o, si por el contrario, hay otras cosas ocultas que no aciertan a ver con claridad. Lo que sucede en bastantes situaciones es que una persona o ambas quieren separarse, pero no de “esa persona” de carne y hueso concretamente, sino de lo que podemos calificar como “determinadas partes” no sanas, no integradas, no hechas objeto de vínculo maduro en el momento de la decisión de constituir una familia”.

Estas “partes” a las que nos referimos pueden ser la “dependencia e inmadurez” que suelen presentarse en las parejas, ocasionando serios problemas que pueden ser determinantes a la hora de tomar una decisión de separación.

Consideramos importante nuestro trabajo porque de alguna manera incita a las parejas a reflexionar y tener un cambio de actitud, que les permitirá desprenderse de ciertos comportamientos o conductas que deterioran la relación. También será de mucha utilidad para las personas que no se han establecido como pareja, puesto que les permitirá prevenirse de ciertas situaciones de “dependencia e inmadurez” al momento de formar una pareja.

DEPENDENCIAS E INMADUREZ EN LAS PAREJAS

La dependencia es un estado o situación de sometimiento, sujeción o inferioridad que existen no sólo en las personas, sino también entre grupos, clases y naciones.

La inmadurez es una situación opuesta a la madurez. El término maduración se aplica a la personalidad por similitud con los frutos, que nacen y crecen progresivamente hasta que llega un momento en que el proceso se detiene, se ultiman los cambios finales y decimos que se ha alcanzado la madurez.

Algo similar con la personalidad, pero con la particularidad de que no todas las personas maduran a la misma edad, sino que algunas ven retrasarse este proceso, produciéndose una falta de sincronía entre su edad cronológica y su edad psicológica. Entonces decimos que nos hallamos ante una personalidad inmadura¹.

¹ VALLEJO NÁJERA, J. A. Guía práctica de psicología familiar, como afrontar los problemas de nuestros tiempos, Tomo 1, p.69.

Para saber e identificar cuando existen dependencia e inmadurez en las parejas es necesario establecer rasgos que definan estos tipos de conducta; apoyados en la mención de algunos casos típicos que faciliten su entendimiento. Esto servirá de base para identificar con gran facilidad el tipo de dependencia e inmadurez en el que se incurre.

Empezando por los rasgos de dependencia se pueden manifestar de las siguientes formas: cuando el esposo (a) no puede valerse por si mismo (a), necesitan que lo (a) ayuden y protejan en todo momento, se muestran siempre incapaces de hacer algo por su propia cuenta.

Este es el caso de la mujer que dice, ya no se que más hacer con él, mi marido es incapaz de cuidarse solo y si no me ocupo de que tenga algo de comer pasa hambre (“dependencia por incapacidad”).

La dependencia por incapacidad puede corregirse mediante la ayuda mutua, la distribución de las cargas y responsabilidades, para lo cual se hace necesario y de mucha

utilidad un cambio de actitud y de mentalidad, ya que aún encontramos parejas que dicen “el no sabe por lo tanto debo hacerlo yo”. Pero esa es una conclusión irracional basada en la incapacidad, cuando en realidad se trata de falta de voluntad.

Otro rasgo de dependencia se manifiesta en las parejas que son extremadamente absorbentes; piden continuamente que su compañero (a) le asegure que le tiene cariño.

Este es el caso típico de los hombres o mujeres que le dicen a su esposa (o), “llámame tonto (a) si quieres pero deberas necesito que todos los días me digas lo mucho que me amas” (“dependencia afectiva”).

El caso de “dependencia afectiva” suele darse dos razones porque lo que es una necesidad natural, puede transformarse en un necesidad imperiosa y vital.

No es raro encontrar matrimonios y parejas de novios cuya relación amorosa se halla profundamente deteriorada por una

dependencia afectiva poco sana. Lo que sería un intercambio libre de afecto, se transforma en ellos en una necesidad obsesiva, una constante exigencia de cariño y atención que llega a asfixiar al compañero.

El auténtico cariño debe estar libre de exigencias impositivas y fundamentadas en el respeto al ser amado. Un afecto conseguido de manera forzada y carente de espontaneidad, ineludiblemente tenderá a agotarse y correrá el peligro de transformarse en rechazo, al ser obligatorio.

Para llegar a la independencia afectiva se debe dosificar sus necesidades de ser querido y sus ansias de querer en la cantidad adecuada y precisa, acorde a las circunstancias.

El último rasgo de dependencia que será tratado y que se manifiesta en las parejas, es cuando sus emociones; buen sentido del humor y otras actitudes positivas sólo la manifiestan si están con su compañero (a), en fin no encuentran divertida ninguna actividad si su pareja no le acompaña.

Este es el caso de los hombres o mujeres que dicen, “la pasé muy bien en la fiesta; pero hubiera sido todavía mejor si tú hubieses podido ir” (“Dependencia emocional”).

Las personas con “dependencia emocional”, son personas poco estables emocionalmente, con tendencia a los altibajos de ánimo. Generalmente no poseen buenas relaciones de amistad con nadie, pues su condición refleja en ellos una doble personalidad que deteriora cualquier relación interpersonal y dificulta una comunicación abierta y establecer lazos afectivos, francos y sinceros.

Para superar este impase y llegar a la independencia emocional hay que crear conciencia de que las emociones son algo innato, no deben ser reprimidas ni sujetas a la presencia de su compañero (a). Del mismo modo se deben aprender a controlar los caprichos que infunden una depresión y llegar a tolerar las frustraciones e imprevistos, aceptándolos como parte de la realidad. Una vez superados estos aspectos se habrá conseguido una mejor estabilidad emocional².

² Ibid., p.70.

Ahora que ya se han entendido las situaciones de dependencia denotaremos los rasgos que definen la inmadurez en las parejas, los cuales se manifiestan así:

Cuando el esposo (a) pregonan constantemente la reciprocidad del amor que se tienen es decir precisa en todo momento querer y ser querido (a). Es más frecuente lo segundo ya que el inmaduro es débil e inseguro.

Este es el caso del hombre o la mujer que dicen constantemente: "Yo amo mucho a mi esposo (a) y él (la) también a mí" o "mi esposo (a) y yo nos queremos mucho" ("inmadurez afectiva").

El caso de la inmadurez afectiva suele darse sobre todo por dos razones: debilidad e inseguridad, propio de las personas inmaduras.

Con frecuencia en las parejas afectivamente inmaduras aparecen los celos como fruto de inseguridad en sí mismo y falta de confianza en el otro siendo estos los principales

aspectos que deben corregirse o controlarse para minimizar los conflictos que generan estos tipos de conducta.

Otro rasgo de las parejas inmaduras es que raramente no son capaces de estar solo (a) sin sentirse solitario (a) o abandonado (a); hacen cualquier cosa para tener siempre a su compañero (a) al lado suyo; exigen a su compañero (a) que pase más tiempo con él (la).

Muchas veces encontramos parejas que dicen “no me siento completa si mi marido no está conmigo, realmente detesto estar sola”. “No pude disfrutar de la merienda ni de los juegos cuando supe que tú no vendrías” (“Inmadurez posesiva”).

La pareja posesiva está tan envuelta en un silencio elusivo que no se relaja lo suficiente y no disfruta de los frutos de la espontaneidad y la sinceridad. Disimula su temor a estar sola aferrándose a su pareja. Si él (la) huye de sus propios temores, accederá renuientemente a las exigencias de ella (él) representando el papel de compañero (a) satisfecho (a), o se

la infantil torpeza de él (la) en una razón para hacerse indispensable³.

De los diferentes tipos de inmadurez que se han tratado este es uno de los que más casos típicos presenta debido a que son cometidos frecuentemente, señalaremos varios de ellos:

La mujer que dice “en realidad no debería enfadarme con él; él es un encanto. Pero tendríamos que ver lo que hace con mi cocina cuando trata de prepararse algo de comer. Juro que se moriría de hambre si a mí llegara a pasarme algo”.

Una mujer presenta a sus amistades excusas por los malos modales de su compañero y se disculpa por la conducta de él.

Una esposa hace todo lo posible para que su marido no tenga que esperar la cena.

³ DANKILEY. El complejo de Wendy, un cambio de actitud en la mujer que es esposa y madre de su marido, pp.22-26.

También arregla sin decir nada el desorden que deja él, pues no quiere alterarlo.

Una mujer en una fiesta aparta una copa de su compañero, esconde bocados especiales para que él no los coma de una sola vez.

Le deja notas escritas para que no olvide hacer cosas que son importantes para él, cobrar el cheque por ejemplo.

Una mujer llega a actitudes extremas para que los niños no molesten al padre.

Todos los casos anteriores forman la "inmadurez protectora".

Nada de malo tiene proteger a su compañero (a). La protección fluye naturalmente desde el amor; pero cuando la protección es excesiva seguramente aparecen los problemas.

Cuando falta reciprocidad, la protección puede fácilmente volverse excesiva. Todos los regalos del mundo no pueden compensar la falta de reciprocidad.

La protección en exceso priva a ambas partes de la individualidad. Si un hombre o una mujer asume siempre cargas que no son suyas pierde de vista la línea demarcatoria que separa los problemas de los de su compañero (a). El desarrollo de la individualidad a través de un progreso del autoconocimiento no puede producirse cuando un adulto toma las cargas de otro adulto, que supuestamente es miembro de un equipo de colaboradores. Es entonces cuando una relación empieza a destruir a los individuos involucrados.

“Esta no es necesariamente una calle de un solo sentido”.

Con mucha frecuencia, existe un extraño equilibrio que se introduce subrepticamente en una relación contaminada en exceso de protección. La mujer sobre protege a su “indefenso”

compañero en ciertas áreas, mientras que el hombre sobre protege a su “indefensa” compañera en otras.

La dependencia y la inmadurez son dos aspectos que los Trabajadores Sociales deben tener muy en claro y manejar con mucha amplitud, de esta forma podría intervenir cuando quiera que existan problemas o conflictos de parejas relacionados con la dependencia y/o la inmadurez.

Esta intervención del Trabajador Social tendría un campo ocupacional porque está capacitado para orientar, dictar charlas o tratar en forma individual y conjunta a las parejas en conflictos buscando en ellos una reflexión, que les permita un cambio de actitud y de mentalidad.

El cambio al cual nos referimos circunscribe nuevas circunstancias para la pareja, el logro de estas circunstancias dependería en gran medida de la motivación y de un cambio en la forma de pensar en las parejas para lo cual nosotros como Trabajadores Sociales jugarían un papel muy importante como concientizadores.

Esto implicaría para las parejas una mejor visión de la realidad y nuevas perspectivas de vida conyugal que contribuiría eficazmente al mejoramiento de la relación ya que una vez que las parejas se den cuenta que sus conductas son dependiente o inmaduras podrán desprenderse de ellas fácilmente haciendo caso o siguiendo los consejos y sugerencias que los Trabajadores Sociales en sus orientaciones les pueden plantear como posibles causas y soluciones de sus problemas.

Definitivamente todo en exceso hace daño.

CONCLUSIONES

Tanto la dependencia como la inmadurez son situaciones que en nada favorecen al desarrollo de una buena relación de pareja.

Cuando estos dos aspectos empiezan a manifestarse entre los miembros de la pareja; sin que se hagan las respectivas correcciones, la relación “marido y mujer”, empieza a deteriorarse trayendo consigo problemas aún más graves y de mayores cuidados.

Un cambio de actitud y de mentalidad contribuye en gran parte a el desarrollo de una buena relación de parejas. De esta forma se hará más fácil darle solución parcial o total a los problemas que se emanan por causas de la dependencia e inmadurez que suelen presentarse en muchas parejas.

El estado ideal de las parejas sería que ambos miembros gozaran de la suficiente independencia y madurez a la hora de afrontar las tareas y responsabilidades propias de un matrimonio que les permita convivir en armonía, serenidad y estabilidad.

De este modo las parejas podrán vivir con niveles muy aceptables de serenidad, equilibrio, cohesión, estabilidad y capacidad de progreso.

BIBLIOGRAFÍA

ANDER-EGG, Ezequiel. Diccionario del Trabajo Social. Plazas & Janés.

KELEY, Dan. El complejo de Wendy; un cambio de actitud en la mujer que es esposa y madre de su marido. Javier Vergara Editor. 11 a 254p.

MARTÍNEZ PARDO. Universitas humanísticas; sexo y dependencia; Revista No.7. Bogotá : Guadalupe. 9-26p.

VALLEJO NAJERA, J. A. Guía práctica de psicología familiar; como afrontar los problemas de nuestros tiempos; Tomo 1. Ediciones Temas de Hoy.
