



## CARACTEROSIS EN CODEPENDIENTES COMPARADOS CON FAMILIARES CONTROL.

(Characterosis in codependents in comparison with control familiar.)

**Moral Jiménez, María de la Villa\***; **Sirvent Ruiz, Carlos\*\***.

\* Profesora Doctora de la Universidad de Oviedo. Departamento de Psicología. Área de Psicología Social.

\*\* Psiquiatra. Fundación Instituto Spiral

*Cada emoción tiene su propia visión del mundo.  
El Amor integra, fusiona y nutre  
la Alegría es ligera y danza hasta con la mirada  
la Pena es pesada, sin esperanza, nada en los pulmones ni en el corazón,  
y el Odio quiere destruir, matar,  
ésta es su naturaleza misma  
y casi involuntariamente, con naturalidad...  
MANFRED CLYNES*

### RESUMEN:

En las familias disfuncionales con miembros codependientes la convivencia viene marcada por la necesidad de control y constante preocupación, el desarrollo de relaciones interpersonales destructivas o la autoanulación, como alguno de los principales criterios descriptores. La desatención patológica de las propias necesidades del codependiente puede afectar al constructo identidad. En este estudio se explora el macrofactor sintomático caracterosis en el que se incluyen los factores específicos identificación, límites interpersonales débiles, límites interpersonales rígidos, egotismo y control y dominio en la relación, según los criterios diagnóstico del TDS-100 (Sirvent y Moral, 2005). Se ha seleccionado una muestra de 40 codependientes diagnosticados y 47 familiares no codependientes a objeto de determinar un perfil diferencial. Se ha confirmado la significación de las diferencias propuestas en todos los indicadores objeto de análisis, en virtud de los cuales se afirma que la tendencia a la focalización en el otro, la asunción excesiva de responsabilidades o el descuido de las necesidades propias, que caracterizan a los codependientes, afectan a su identidad desdibujando los límites del yo y desarrollando mecanismos de control y dominio en la relación. Se aboga por la necesidad de potenciar como objetivos terapéuticos la toma de conciencia de control, el respeto de la independencia propia y de los demás, así como la atención a las propias necesidades sin menoscabo de ofrecimiento de

ayuda apropiada y puntual.

## **Abstract**

In dysfunctional families with codependent members the living together is characterized by control necessity and constant care, the unrolling of destructive interpersonal relationships or the auto annullment, like several of the main descriptor judgements. The pathological inattention of own necessities of the codependent can to have an effect to identity construct. In this study, we analyze the symptomatic macro factor characterosis that includes the specific factors identification, weak interpersonal limits, strict interpersonal limits, egotism, and relationship control and domain, according to the diagnostic judgements of TDS-100 (Sirvent and Moral, 2005). We have selected a sample of 39 diagnosed codependents and 47 not codependent familiar for fix a differential profile. We have confirmed the signification of differences in all analysed indicators, by reason of we assert that the other one focalization trend, the assumption of an excessive responsibilities or the carelessness of own one, that characterize to codependents, have an effect on their identity become blurred the self limits and growing control and domain mechanisms in the relationship. We plead for the necessity of develop like therapeutics objectives the control taking of awareness, the respect for own and other one independency, as well as the attentions to own necessities with the offering of suitable and certain help.

## **Introducción**

### . Codependencia e Identidad: Acerca de una disquisición terminológica

Para una disciplina como la Psicología Social el constructo identidad es un concepto nuclear. Somos seres relacionales y diversos procesos socializadores desarrollados por agencias primarias como la familia y el grupo de pares nos convierten en miembros activos de díadas, de grupos de pertenencia y referencia, así como de colectividades. El nacimiento social, de acuerdo a la interpretación proveniente de la antropología social, nos posibilita una endoculturación y la consiguiente interiorización de los valores normativos de la tribu de la que nos sentimos partícipes (1).

El que se aborde del mundo de la subjetividad, de las reacciones psicofísicas o de las conductas que expresan estados emocionales depende de la perspectiva de análisis. Los investigadores de la esfera socioemocional podrán adoptar una perspectiva filosófica centrándose en los aspectos subjetivos de las emociones y, mientras que desde la tradición biológica se prioriza su soporte orgánico, desde una aproximación psicosocial como la sostenida en esta aportación se vinculan los estados emocionales y sus manifestaciones a la vinculación a los otros como copartícipes y canalizadores de la emotividad humana.

Con esta aproximación psicosociológica se pretende un doble objetivo: por un lado, ofrecer un análisis comprehensivo del constructo identidad y, por otro, vincular la significación psicosocial del sentimiento de identidad personal a un tipo de dependencia relacional como la codependencia. Tal como es descrito en la literatura sobre el tema (véase 2-10) la codepedencia se define como una particular relación de dependencia que establece un sujeto normal respecto a un sujeto adicto. Se caracteriza por perturbaciones de índole emocional que experimentan parejas o familiares directos de personas adictas, generadoras de un esquema de relación disfuncional con la manifestación de patrones de dependencia, preocupación obsesiva por el trastorno del sujeto del que dependen, mecanismos de autodescuido y autoanulación e involucración continua en relaciones de pareja dañinas y abusivas (véase 11-13). Específicamente se abordará la afectación de la esfera

identitaria con mecanismos de identificación con el familiar/pareja adicto, la fuerza del ego con manifestaciones de límites interpersonales débiles o rígidos, el altruismo egótico o el control y dominio en la relación con estrategias (des)adaptativas de juegos de poder, signos patognomónicos que son propios de un patrón conductual, emocional y actitudinal inadecuado fuera de ese entorno problematizado y mediante los que se va reformulado el sentido de identidad personal y la fuerza del ego.

Incluir al otro en la definición del self como parte constitutiva podría desdibujar los límites del yo (véase14). Aun cuando mediante los otros se va adquiriendo un sentido de identidad personal y grupal la toma de conciencia de uno mismo, así como la fuerza del ego y sus límites, no han de estar constreñidos por controles externos, sino erigirse en parte constitutiva de nuestra autonomía y sentido personal. De acuerdo a un modelo interactivo, el ego, la conciencia y las emociones se vinculan, de modo que no sólo la conciencia o instancia decisoria tiende a actuar a instancias del ego, sino que las emociones actúan instigadas por éste15.

En este sentido, la identificación podría concebirse como el vínculo de la conciencia con los contenidos del ego mediatizado por las emociones que elicitán reacciones ante la percepción de la realidad (véase 16, 17).

Yo y mi circunstancia, conexión de palabras de conocidos resabios orteguianos, se emplea como máxima mediante la que se alude tanto al sometimiento como al poder al que se ve sometido -y somete-, el yo respecto a las circunstancias. La mencionada sentencia de Ortega y Gasset tiene una segunda parte que suele ser olvidada: "..., y si no la salvo a ella no me salvo yo". Nuestro mundo próximo, el contexto, el lugar y tiempo en que nos ha tocado vivir, así como las personas con las que nos ha correspondido convivir, son nuestra circunstancia. Es mi coexistencia con el mundo el argumento principal, no mi existencia, no un yo existo.

#### . Antecedentes del estudio de la identidad

La temática de la identidad, y diversos factores influyentes y concomitantes, ha sido tradicionalmente objeto de estudio por parte de muy diversos autores, desde Parménides, Platón o Aristóteles a Hume, Kant, Schelling, Hegel o Durkheim, entre otros. La persona es un ser en busca de identidad de acuerdo con lo expresado, entre otros, por los psicólogos humanistas (Allport, Maslow, Goldstein, Horney, Fromm, Rogers, etc.), de modo que al individuo le impulsa la tendencia a conocerse y llegar a ser él mismo.

Cualquier persona necesita adquirir una identidad, desea diferenciarse y tomar conciencia de sí mismo. Es muy importante, pues, el sentimiento de identidad dadas las implicaciones psicosociales de esta construcción y reconstrucción de un concepto de sí coherente y forjado en base a los efectos de la interacción social. El individuo se compara constantemente con otros; sin embargo, a pesar de esa búsqueda de las opiniones, creencias o expectativas de los otros y su consiguiente influencia en la construcción de la identidad del individuo, no ha de definirse el yo como una mera entidad pasiva determinada por influjos externos, sino que al forjar las identidades propias los individuos también intervienen, a su vez, en las influencias sociales (modelación recíproca entre los mecanismos de identidad del yo y las instituciones de la identidad) (18, 19). En estos términos, cuando Sullivan (20) definió el Yo, en exclusividad, en términos de aquello que los demás piensan de uno incurrió en una "relatividad cultural extrema en la que la individualidad sana se pierde del todo" (21), pues, el individuo plenamente integrado se caracteriza por la trascendencia sobre las opiniones de los llamados otros significativos.

Desde una aproximación psicosociológica como la sostenida en esta exposición, se afirma que la identidad ha de tener sus raíces en un pasado y podría llegar a definirse como "una construcción casi continua y renovada en relación al contexto, sobre todo al contexto relacional humano-social" (22). Es más, se propone que la identidad la inventamos todos (23), como instrumento para manejarnos nosotros mismos y para ordenar y entender la realidad de la que formamos parte. La identidad es, por tanto, interiorizada como algo invariante lo cual garantiza la estabilidad en las percepciones e interacciones entre los sujetos.

Recordemos que la distinción entre identidad personal y social fue esbozada por W. James (24), y se profundizó en ella en los escritos de G.H. Mead (25), el cual llegó a concebir al individuo como una prolongación de la sociedad y a la sociedad como una prolongación de los individuos. Los límites precisos de la antinomia individuo/sociedad se diluyeron (26). Sin embargo, en esta articulación de lo individual y lo social, los conceptos de identidad personal e identidad social se conciben como exponentes de esta aparente distinción. Mientras que con la alusión a esta última se hace referencia a un sentimiento de similitud con los otros, la identidad personal se refiere a un sentimiento de diferencia en relación con esos mismos. Ambas no han de ser concebidas como dos polos de un continuo, a pesar de que, en ciertas condiciones, es posible encontrar una oposición entre ellas, pues, las relaciones entre lo individual y lo colectivo pueden establecerse de forma diferente según diversas situaciones, culturas o sociedades.

Al ofrecer una aproximación teórica al concepto de identidad ha de evidenciarse tanto la notoria confusión terminológica como otras muchas cuestiones controvertidas que integran el estudio pretendidamente sistemático de la identidad. En este sentido, se han planteado multitud de preguntas sobre el tema. Cabría cuestionarse sobre la propia naturaleza de lo que llamamos identidad y si acaso ha de considerarse como un mero vínculo (27).

Por otra parte, se tiende a plantear si la identidad ha de definirse cómo uno se ve o más bien como es visto el individuo por los demás. Y en este caso, sería interesante indagar sobre el resultado de la presión social en la configuración y afianzamiento de la identidad. Adoptando una posición más psicosocial, ¿estaríamos en lo cierto al afirmar que necesariamente ha de ser una combinación de ambas perspectivas o puede, incluso, llegar a ser algo distinto? Con respecto a la propia definición conceptual, conceptos tales como individuación, mismidad e identidad, ¿pueden y/o deben emplearse como términos intercambiables? En caso contrario, deberíamos definir con propiedad cada uno de ellos y establecer aspectos diferenciadores.

Finalmente, más aún al establecer una vinculación entre codependencia e identidad convendría analizar los trastornos de desdibujamiento de la identidad personal que derivan en caracterosis.

En materia de identidad existe una fusión de términos (Yo, sí mismo, mismidad, mind, self, otro, me, I, ego, sentido de uno mismo, autoconcepto, autoimagen, autoestima, experiencia de continuidad, rol, actor-personaje, identidad...) y co(n)fusión tal asociada a ella, que, siendo arbitrariedades más o menos consensuadas, poseen significados que se solapan, e incluso se contradicen.

Las intuiciones individuales parecen articularse, desde instancias y modos particulares, construyendo una realidad objetiva que se adopta como escenario cuasinatural, para conformar convenciones que son funcionales socialmente. La confusión conceptual parece resolverse, al menos en apariencia, mediante la vinculación de diversos términos cuyos significados, simbólicamente otorgados, se hacen corresponder a unos u otros, conviniéndose, en sentido laxo, en que son acepciones parecidas, como fusión confusa de términos, a su vez, difíciles de discernir.

La fuerza de las palabras como codex simbólico es enorme, incluso, nos vemos sometidos a la acción de unos códigos que nos imponen, más que meramente designan, realidades.

Hay definiciones que carecen de significado operacional, en el caso particular del sí mismo puede que se use el término sin saber realmente a qué estamos haciendo referencia. Se produce una popularización del mismo más allá de toda redención (28), de modo que incluso hay casi tantas definiciones del sí mismo como psicólogos que se han ocupado de él (29). El empleo de términos tales como yo psíquico y social, conciencia, identidad personal, autoestima, autoconcepto, personalidad, etc., ha contribuido a la dispersión conceptual imperante a la que se han sumado, sin duda, las dificultades metodológicas inherentes al objeto de estudio.

La construcción del sí mismo se conecta con el hecho de que conocemos en función de cómo somos, de cómo construimos nuestro mundo, lo cual afecta a la esfera afectiva, si bien cómo somos y cómo reconstruimos nuestro mundo, interior y externo, está en función de cómo interpretamos la realidad.

El saber de uno mismo es un proceso difícil de aprehender. En ese proceso dialéctico entre el saber y la conciencia de lo que sabemos y entre lo individual y lo social ha de reconocerse cómo en la actualidad confluyen una serie de factores, tales como la crisis de marcos referenciales, el cuestionamiento de asunciones, la complejidad cultural, la supuesta debilidad de algunos agentes socializadores o el relativismo actitudinal, entre otros, que complican el reconocimiento de la realidad social y la reconstrucción de la autoconciencia. Recordemos que la persona es mucho más que un self, reflejo de la sociedad, sino que está compuesto de múltiples identidades vinculadas a otras tantas realidades socioconstruidas. El autoconocimiento, la identidad, el autoconcepto, el yo, sí mismo, self, etc., son constructos teóricos y sociales.

En definitiva, desde una aproximación psicosociológica como la sostenida en esta aportación, lo incuestionable es que partiendo del rechazo de la idea de preformación el concepto de sí mismo es un constructo elaborado a partir de la interacción del organismo consigo mismo y con su medio, de manera que se va desarrollando en la interacción recíproca con los otros. La propia percepción más o menos subjetivada de las creencias, expectativas, opiniones, etc., de las personas significativa para el individuo constituyen todo un bagaje emocional, afectivo, cognoscitivo y psicosocial que va configurando un constructo multidimensional difícilmente abarcable, que requiere de la adopción de una perspectiva de análisis comprensiva.

#### . Conciencia del yo y conflicto afectivo

Desde una perspectiva psicosociológica como la defendida en este trabajo, la noción de identidad se vincula inexorablemente a la posición ocupada por el sujeto en una determinada estructura social y en los procesos interaccionales, expectativas, actitudes, asimetrías de relación, conflictos, etc., que se establecen entre individuos. Tanto el sí mismo como la identidad refleja del sí mismo, los proyectos del yo y la conciencia de sentido personal o el sentimiento de continuidad del sí mismo se construye en lo social. Antes de comprendernos a nosotros mismos nos buscamos y hallamos en los otros. El individuo se reconoce en interacción participada con aquéllos de los que toma conciencia. Se torna consciente de sí mismo, cuando reconoce su co-existencia, adquiere conciencia de sí como siendo de ese modo y no de otro. Y se reconoce a sí mismo reflejamente en los otros.

En la codependencia, como trastorno coadictivo que es, ese conocimiento del yo a partir de los otros adquiere manifestaciones clínicas que afectan al proceso de identificación, así como a los límites del yo débiles y rígidos, de modo que la esfera identitaria queda afectada por esa vinculación dañina con el sujeto del que se depende (7, 11, 12).

Se va instaurando un patrón de actuación típica de comportamientos de control que encubren la búsqueda de aprobación y que se manifiesta con conductas de sojuzgamiento y/o sometimiento, autonegligencia, afán de proteccionismo y modos de parentificación, etc. Además, las coadicciones, como la codependencia, tienen una raíz caracteropática, bien porque provengan de la etapa infantil o adolescente o porque devengan en un aprendizaje sociopático adulto (11, 12)

Tales afectaciones identitarias han de ser interpretadas desde un abordaje eminentemente psicosocial sobre las propias características de las emociones como constructor sociales (véase 30-32) y desde análisis sobre las historias de pareja y su devenir (33-35).

Siendo el amor el arquetipo sentimental por antonomasia los mitos sobre la idealización del amor romántico, los arrobamientos emocionales y apasionamientos varios han de ser objeto de un análisis desmitificador exhaustivo (véase 36) de la otra cara del amor (32). Asimismo, abundan los mitos románticos (mitos de la equivalencia, la media naranja, la exclusividad, la perdurabilidad, la omnipotencia, la fidelidad, etc.) y paradojas varias (deseo frente a posesión, pasión frente a convivencia, idealización frente a realidad, compromiso frente a independencia y fidelidad frente a novedad) vinculadas a la propia representación social del amor -y por extensión de las emociones-fundamentado sobre lo novelesco y fabulado, el imaginario colectivo y los patrones socioculturales.

Es el marco vincular el que contribuye a hacer a los individuos lo que son, si bien identidad y alteridad se nutren mutuamente (véase 37). Se es y se cambia activamente mediante los otros. Se seleccionan multitud de datos perceptuales potencialmente disponibles en todo proceso interactivo. La necesidad de descubrir la propia identidad, el proceso de autoconocimiento y la propia autoconciencia, está unida a la necesidad de explorar e interpretar las identificaciones externas. Construimos y negociamos las realidades sociales en las cuales se forja la identidad psicosocial de los individuos mediante procesos de vinculación e interacción social, asunción de roles, socialización en grupos primarios, etc. La alusión a factores intrapsíquicos (disposición, capacidades de aprendizaje, motivaciones, aspiraciones, etc.), condicionados socialmente, o a constructos personales, ha de ser completada en el caso particular de la codependencia con el estudio de juegos de poder, hiperresponsabilidades, autonegligencias, focalizaciones en el otro, tendencias al sobrecontrol e identificaciones identitarias. Las realidades que la gente construye son realidades sociales, negociadas con otros, de manera que el mundo social no está ni "en la cabeza" ni "en el exterior" (de algún modo positivista) sino que tanto la mente como el Yo forman parte de ese mundo social (38).

Individuo, afiliaciones, apegos, relaciones interpersonales y medio social confluyen y se redefinen a través de todo un proceso de adaptación mutua a los requerimientos e imperativos de la contraparte. La identidad es una construcción vinculada al contexto psicosocial en el que se sucede la identificación del individuo de su propio medio, el ser identificado por el medio y, finalmente, aprender a identificarse con el medio. Sin embargo, cuando estas identificaciones se patologizan se daña la esfera identitaria, se desdibujan los límites del yo y se producen manifestaciones de caracterosis.

En suma, el descubrimiento de la alteridad y la reconstitución individual en/mediante el otro en pareja se produce en unas circunstancias particulares en que se reinterpretan los procesos interactivos subyacentes y la propia conciencia del yo. En este sentido: "El individuo no es un ser que encuentre al otro en un momento súbito; 'el descubrimiento de los otros' es de importancia clave, en sentido emocional-cognitivo, en el desarrollo inicial de la conciencia del yo en cuanto tal" (33: 70).

Es en el momento en el que el individuo toma conciencia de los otros cuando los (re)descubre, al mismo tiempo que se va construyendo. Se trata de una anticipación activamente modulada tanto por su capacidad interpretativa como por el reflujo de la concienciación socializada mediante la acción de las personas significativas para él.

Interrelación con otros objetos sociales y con su entorno como proceso dialéctico (re)constitutivo de ambas "partes", individuo y grupo que se reconocen uno en el otro. Individuo y especie, sociedad y medio se interrelacionan, como partes inextricables que son, en el proceso de definición y reconstrucción de la(s) identidad(es). Siendo así definida la sociabilización como proceso de acomodación del individuo a la realidad social y a sus prescripciones (39) ha de sumársele la individualización como proceso reflexivo de interpretación y redefinición de la situación, ya que ambos son procesos necesarios en el proceso de construcción activa del yo mediante la acción de los otros.

Al fin y al cabo nos definen creencias, emociones, vínculos, afiliaciones, conflictos, etc., que se tornan como parte constitutiva de nuestro conocimiento de nosotros mismos debido a la acción de procesos asociados a relaciones vinculares e interpretaciones socioemocionales de los mismos.

## **Estrategia metodológica**

### Objetivos

El objetivo planteado no es otro que ofrecer un estudio diferencial del perfil de los principales macrofactores sindrómicos y factores sintomáticos del codependiente en comparación con un grupo de contraste de familiares no codependientes. Asimismo, se analizan específicamente los factores identificación, límites interpersonales débiles, límites interpersonales rígidos, egotismo y control y dominio en la relación

### Material y método

Junto a treinta y nueve casos de codependientes diagnosticados por un equipo multidisciplinar de psicoterapeutas de Fundación Instituto Spiral (Oviedo y Madrid) se ha seleccionado una muestra de cuarenta y siete familiares no codependientes elegidos de entre los familiares de pacientes alcohólicos y otros drogodependientes en rehabilitación en el Centro. Respecto a la distribución por géneros, en la muestra de codependientes el 79.5% (n=31) son mujeres y el 20.5% (N=8) restante hombres, siendo la distribución del 53.2% (n=25) y del 46.8 (n=22) en el caso de los familiares de comparación. El espectro de edad en ambas muestras es similar, así como presentan similares características sociodemográficas, lo cual es una condición previa que posibilite proceder a realizar análisis comparativos entre ambas.

### Instrumentos de Evaluación

Se ha procedido a la aplicación del TDS-100 (Test de Dependencias Sentimentales-100)(33) integrado por 7 macrofactores sindrómicos (triada dependiente, acomodación, autoengaño, sentimientos negativos, identidad y fuerza del ego, antecedentes personales y triada codependiente) y 23 factores sintomáticos (Dependencia pura vs. antidependencia, búsqueda de sensaciones, craving/ abstinencia. Acomodación. Autoengaño, manipulación, reiteración, mecanismos de negación y no afrontamiento. Sentimientos de soledad, vacío emocional, culpabilidad/autodestrucción, inescapabilidad/ recreación de sentimientos negativos. Identidad/ identificación, fuerza del ego: límites débiles y/o rígidos, egoísmo/egocentrismo, control y dominio/ juegos de poder.

Antecedentes personales. Orientación rescatadora, sobrecontrol y focalización en el otro). El test está integrado por 100 ítems medidos mediante una escala Likert con cuatro niveles de respuesta en los que se muestra el grado de acuerdo/desacuerdo con las afirmaciones que se presentan. El valor obtenido en el Alfa de Cronbach es muy elevado .956, lo cual es indicativo de la fiabilidad y consistencia del mismo queda demostrada por su estructura factorial. Dado nuestro interés investigador, en esta oportunidad se ha analizado prioritariamente el macrofactor Caracterosis, identidad y fuerza del ego integrado por cinco factores sintomáticos: Identidad/ identificación, fuerza del ego: límites débiles y/o rígidos, egoísmo/egocentrismo, control y dominio/ juegos de poder.

### Análisis de datos

En este estudio descriptivo el procesamiento y tratamiento estadístico de los datos se ha llevado a cabo mediante el programa SPSS versión 14.0 y se han efectuado análisis de frecuencias y de comparación de medias (ANOVAs).

## **Resultados y discusión**

En primer lugar se ofrece una descripción del peso significativo de los macrofactores sindrómicos y factores sintomáticos que describen el trastorno de codependencia, mostrando especial énfasis en el análisis de la potencialidad explicativa del macrofactor caracterosis y de los factores vinculados a la identidad, la fuerza del ego y los juegos de poder. Como puede observarse se han obtenido puntuaciones medias más elevadas en todos los factores y macrofactores objeto de análisis en el caso de la población no clínica respecto a los codependientes, indicativo de menor patología.

De acuerdo a los indicadores TDS-100 el perfil del codependiente se ajusta a un sujeto que tiende a focalizarse en el otro centrando su atención en el familiar adicto con autodescuido de las necesidades propias, presencia de un desdibujamiento de los límites del yo con manifestación de un yo rígido, asunción de excesivas responsabilidades con búsqueda de complacencia (sobrecontrol), mecanismos de inculpación/exculpación junto a sentimientos de culpa y autodestrucción, presencia de inescapabilidad emocional descrita como la sensación de sentirse atrapado en la relación, acomodación, autoengaño y una escasa o nula conciencia del problema con incapacidad para darse cuenta de los efectos adversos de la relación, y, entre otros rasgos diferenciales, se halla el desarrollo de mecanismos de control y dominio compitiendo por el poder en la relación (véase el perfil descrito con mayor exhaustividad en la ponencia "Codependencia y Género" presentada en este mismo Congreso).

En contrapartida, en el perfil del familiar no codependiente cobra mayor relevancia descriptiva

aspectos que no afectan tanto a la esfera identitaria, manteniéndose con potencialidad explicativa los factores propios de triada codependiente (focalización en el otro, orientación rescatadora y sobrecontrol), así como un manifiesto craving descrito como anhelo por estar con el familiar con problemas, el autoengaño concebido como la incapacidad para darse cuenta de los efectos adversos de la relación y las quejas ante la situación sin la adopción de soluciones, la inescapabilidad emocional descrita como una sensación de sentirse atrapado en la relación y sin visos de poder superar el problema, los sentimientos de soledad y el vacío emocional como propios de reacción frente a una situación estresante como es a la que se enfrentan también los familiares no codependientes de un adicto.

Tabla 1. Descriptivos en los macrofactores sindrómicos y factores sintomáticos del TDS-100 en la muestra de codependientes (N=39)

Estadísticos descriptivos. Medias ascendentes

Factores sintomáticos en codependientes	Media	Factores sintomáticos en familiares no codependientes	Media
Focalización en el otro	2,2418	Craving	3,2723
Yo rígido	2,2719	Sobrecontrol	3,2943
Sobrecontrol	2,4123	Orientación rescatadora	3,3526
Inculpación/Exculpación	2,4561	Autoengaño	3,3830
Macrofactor Triada Codependiente	2,5444	Macrofactor Triada Codependiente	3,3976
Inescapabilidad emocional	2,7211	Focalización en el otro	3,4043
Macrofactor Acomodación	2,7778	Orientación rescatadora	3,4085
Macrofactor Autoengaño	2,9158	Macrofactor Acomodación	3,4504
Control y Dominio	2,9402	Inescapabilidad emocional	3,4894
Sentimientos negativos	2,9624	Mecanismos de negación	3,5674
Reiteración	3,0368	Sentimiento de soledad	3,6383
Macrofactor sentimientos negativos	3,0395	Vacío emocional	3,6649
Craving	3,0410	Macrofactor Autoengaño	3,6781
Vacío emocional	3,0658	Dependencia	3,7139
Orientación rescatadora	3,0974	Macrofactor sentimientos negativos	3,7143
Identidad / Identificación	3,1303	Control y Dominio	3,7234
Mecanismos de negación	3,1930	Yo débil	3,7538
Culpabilidad / Autodestrucción	3,2368	Sentimientos negativos	3,8191
Yo débil	3,2481	Triada dependiente	3,8254
Autoengaño	3,2849	Inculpación / Exculpación	3,8511
Dependencia	3,3732	Manipulación	3,8894
Macrofactor Caracterosis	3,3772	Macrofactor Caracterosis	3,9022
Sentimiento de soledad, vacío emocional	3,4274	Identidad	3,9291
Macrofactor Triada dependiente	3,5537	Yo rígido	3,9787
Macrofactor Antecedentes Personales	3,5658	Culpabilidad / Autodestrucción	3,9947
Manipulación	3,6947	Búsqueda de sensaciones	4,0234
Búsqueda de sensaciones	3,8053	Antecedentes personales	4,1738
Egoísmo / Egocentrismo	3,8421	Egoísmo / Egocentrismo	4,2889

Tabla 2. Estadísticos descriptivos en el macrofactor Caracterosis y en los factores sintomáticos Identidad, Yo débil, Yo rígido, Egotismo/Egocentrismo y Control y dominio del TDS-100 en la muestra de familiares codependientes y no codependientes.

Macrofactor y Factores	Codependientes / Muestra de comparación	N	Media	Intervalo de confianza para la media al 95%		Mínimo	Máximo
				Límite inferior	Límite superior		
Identidad	CODEPENDIENTES	38	3,3772	3,0568	3,6976	1,00	5,00
	FAMILIARES NO CODEPENDIENTES	47	3,9291	3,6734	4,1847	2,00	5,00
Yo débil	CODEPENDIENTES	38	3,2481	3,0253	3,4710	1,43	4,71
	FAMILIARES NO CODEPENDIENTES	47	3,7538	3,5612	3,9464	2,57	5,00
Yo rígido	CODEPENDIENTES	38	2,2719	2,0278	2,5161	1,33	4,67
	FAMILIARES NO CODEPENDIENTES	47	3,9787	3,7753	4,1822	1,67	5,00
Egotismo / Egocentrismo	CODEPENDIENTES	38	3,8421	3,6141	4,0701	2,25	5,00
	FAMILIARES NO CODEPENDIENTES	45	4,2889	4,1430	4,4347	3,50	5,00
Control y dominio / Juegos de poder	CODEPENDIENTES	39	2,9402	2,7851	3,0952	2,00	4,17
	FAMILIARES NO CODEPENDIENTES	47	3,7234	3,5575	3,8893	2,67	5,00
Macrofactor Caracterosis	CODEPENDIENTES	38	3,1303	2,9788	3,2817	2,00	4,40
	FAMILIARES NO CODEPENDIENTES	45	3,9022	3,7765	4,0279	3,30	5,00
	Total	83	3,5488	3,4216	3,6760	2,00	5,00

A título ilustrativo se ofrece en la tabla 2 una descripción más detallada de los estadísticos descriptivos analizados en la muestra clínica y en la de comparación.

A objeto de comprobar la significación estadística de las diferencias apuntadas en las medias objeto de análisis se ha procedido a realizar un análisis de comparación de medias mediante el procedimiento de Anova de un factor, cuyos resultados se exponen en la Tabla 3. De acuerdo a los resultados, se confirma que la muestra de codependientes en relación a la muestra de comparación de familiares no codependientes, presenta manifestaciones clínicas en el constructo identidad que afectan a la identidad personal y la conciencia de sí mismo, modifican la fuerza del ego, desdibujan los límites del Yo, desarrollan comportamientos indicativos de egotismo / egocentrismo, así como afectan a los mecanismos de control y dominio y juegos de poder que se ponen en práctica en el tipo de relación disfuncional que se instaura y mantiene con el familiar

adicto.

*Tabla 3. Análisis de las diferencias intergrupo en el macrofactor caracterosis y sus correspondientes factores sintomáticos (ANOVA).*

Macro factor y Factores		Suma de cuadrados	Gl	Media cuadrática	F	Sig.
<i>Identidad</i>	Inter-grupos	6,400	1	6,400	7,586	,007
	Intra-grupos	70,024	83	,844		
<i>Yo débil</i>	Inter-grupos	5,373	1	5,373	12,121	,001
	Intra-grupos	36,791	83	,443		
<i>Yo rígido</i>	Inter-grupos	61,210	1	61,210	119,534	,000
	Intra-grupos	42,502	83	,512		
<i>Egotismo / Egocentrismo</i>	Inter-grupos	4,113	1	4,113	11,824	,001
	Intra-grupos	28,172	81	,348		
<i>Control y dominio / Juegos de poder</i>	Inter-grupos	13,075	1	13,075	46,985	,000
	Intra-grupos	23,376	84	,278		
<b>Macrofactor Caracterosis</b>	Inter-grupos	12,277	1	12,277	63,922	,000
	Intra-grupos	15,557	81	,192		
	Total	27,835	82			

En su conjunto, se confirma que el codependiente organiza su vida alrededor de la pareja/familiar con problemas mediante un fuerte compromiso que incluso le lleva a la autonegligencia y la excesiva involucración en la satisfacción de necesidades ajenas, a pesar de la falta de satisfacciones personales. Su personalidad queda anulada, su identidad se ve invadida, se desdibujan los límites del ego y los mecanismos de control y dominio en la relación se conflictúan. Ello conduce a una difusión de la esfera identitaria y a una pérdida de control de su propia vida y sus propios límites a consecuencia de una necesidad mal entendida de ser útil y resolver los conflictos sin percatarse de que, precisamente, está contribuyendo a problematizar la propia relación.

## Conclusiones

Todo individuo necesita de los demás para poder diferenciarse, individualizarse y hacerse a sí mismo.

Tomar conciencia de uno mismo y valorarse, (re)elaborar una conciencia de yo particular en función de significado que se otorgan a las situaciones y las actuaciones ajenas con respecto al sujeto es un eslabón esencial de ese proceso psicosocial mediante el que se "completa" ese concepto de sí mismo. Necesitamos adquirir una identidad, buscamos diferenciarnos y tomar conciencia de uno mismo.

La representación del yo se deposita sobre las relaciones, juegos de poder, valores, posicionamientos, actitudes y prácticas. El marco referencial ejerce un papel fundamental en la conformación de un concepto de sí mismo positivo y a ello hay que unir la propia imagen que el sujeto cree que ofrece a los otros, sin obviar los procesos sociocognitivos que llevan al individuo a interpretar y reaccionar de un modo u otro cuanto percibe.

La conciencia de sí supone, por un lado, un reconocimiento de sí por uno mismo; pero, sin duda, al mismo tiempo, un percatarse de uno mismo como objeto de observación de otros individuos, de manera que mi concepto de mí mismo está, en buena medida, condicionado socialmente.

En las relaciones de pareja los mecanismos desadaptativos de identificación, los controles y juegos de poder, las estrategias dañinas de autoafirmación, la cronicidad de las asimetrías, la propia dinámica disfuncional en la que a veces caemos por desidia o abandono no se alcanza necesariamente a través de la sobreestimulación, las relaciones esporádicas o la vacuidad del ser, sino mediante la reinterpretación de los vínculos, el compromiso del diálogo y el ejercicio de la libertad personal tanto en la elección del otro como en la posible ruptura de la relación. Sentirse atrapado e indefenso no representa sino un ejercicio de sometimiento del que a veces no somos capaces de zafarnos quizá porque pensamos que amamos demasiado y que hemos de sobreimplicarnos, ser abnegados e hiperresponsables, sacrificarnos y sentir la necesidad inhabilitante de ayudar, todo ello puede ir desarrollando un desdibujamiento de los límites del yo y una recreación continuada de sentimientos negativos e incluso a sentimientos de culpa y autodestrucción, como en el caso del codependiente, que represente una vinculación dañina que afecta a nuestra identidad personal y que se caracteriza por una distorsión de las fronteras entre el yo y la alteridad, con relaciones interpersonales inescapables.

Buena parte del tiempo no somos presas del miedo ni morimos de amor. Tenemos la mente despejada y detectamos con relativa facilidad las argumentaciones defectuosas. Las emociones básicas se inician con rapidez y duran unos segundos cada vez. La cabeza y el corazón pugnan por los placeres de los sentidos. Tales emociones básicas no siempre están presentes y las calificadas como superiores son también en su mayoría estados transitorios a todas luces, interpretadas como parte constitutiva de la ciencia del sentimiento<sup>40</sup> y más aún de la propia rebelión de las emociones y los sentimientos<sup>11</sup>. Cuando surge en nuestro interior una emoción intensa o cuando nos embarga un estado de ánimo arrebatador, en tales circunstancias, metafóricamente, la cabeza se convierte en esclava del corazón.

Decir lo que sentimos. Sentir lo que decimos. Concordar las palabras con la vida. Esta sentencia pronunciada por el gran filósofo latino Séneca representa un ideal de ser y de estar, de hablar y de actuar, de sentir y de vivir en suma, con uno mismo y con los demás. Un ejercicio de coherencia vital de aquellos que vivimos bajo el mismo cielo, pero tenemos diferentes horizontes.

## Referencias

1. Arendt H. La condición humana. Barcelona: Seix Barral; 1974.
2. Abbot S. Codependency, a second hand life. Center City Minesota: Hazelden; 1985.
3. Cermak T. Diagnostic Criteria for Codependency. En Reference Guide to Addiction Counselling; 1986.
4. Uhle SM. Codependence: contextual variables in the language of social pathology. Issues Ment Health Nurs 1994 May-Jun;15(3):307-17.
5. Hughes Hammer C, Martsolf DS, Zeller RA. Development and testing of the codependency assessment tool. Arch Psychiatr Nurs 1998 Oct; 12(5):264-72.

6. Lindley NR, Giordano PJ, Hammer ED. Codependency: predictors and psychometric issues. *J Clin Psychol* 1999 Jan; 55(1):59-64.
7. Moral MV, Sirvent C, Palacios L, Blanco P. Codependencia: delimitación conceptual y análisis de las diferencias intergénero en codependientes y población general. X Congreso de la Sociedad Española de Toxicomanías. Logroño; 2-5 Marzo de 2005.
8. Pérez A, Goldstein S. La codependencia como entidad clínica en el área de drogadicción; 1992.
9. Rosellini G. Codependence: Partners & Paradox. Do It Now Foundation, 2001; 5.
10. Scaturro DJ, Hayes T, Sagula D, Walter T. The concept of codependency and its context within family systems theory. *Family Therapy*, 2000; 27, 63-70.
11. Moral MV. La rebelión de las emociones y los sentimientos: abordaje psicosocial de las dependencias afectivas y la adicción al amor en mujeres maltratadas. X Jornadas Dependencia Emocional: educación y prevención. León: ADAVAS-Asociación de Ayuda a Víctimas de Agresiones Sexuales y Violencia Doméstica; 2005.
12. Sirvent C. Adicción al amor y otras dependencias sentimentales. Encuentro de Profesionales en Drogodependencias y Adicciones. Chiclana; 21-23 Octubre 2004.
13. Sirvent C. Clasificación y sintomatología diferencial de las dependencias sentimentales y coadicciones. I Encuentro Profesional sobre Dependencias Sentimentales. 20 de enero 2006.
14. Aron A, Aron E, Tudor M, Nelson G. Close Relationships as Including Other in the Self. *Journal of Personality and Social Psychology*; 1991, 60 (2), 241-253.
15. Simón VM. El ego, la conciencia y las emociones: un modelo interactivo. *Psicothema*, 2001; 13(2), 205-213.
16. Simón VM. La participación emocional en la toma de decisiones. *Psicothema*, 1997; 9(2), 365-376.
17. Simón VM. La conciencia humana: integración y complejidad. *Psicothema*, 2000; 12(1), 15-24.
18. Giddens A. Modernidad e identidad del yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea. Barcelona: Península; 1995.
19. Giddens A. Un mundo desbocado. Los efectos de la globalización en nuestras vidas. Madrid: Taurus; 2000.
20. Sullivan HS. The interpersonal theory of psychiatry. New York: Norton; 1953.
21. Maslow AH. El hombre autorrealizado. Barcelona: Kairós; 1982.
22. González Blasco P. Los jóvenes y sus identidades. En J Elzo (Coord.) Jóvenes españoles'94 (pp. 21-88). Madrid: Fundación Santa María; 1994.
23. Ramírez Goicoechea E. De jóvenes y sus identidades. Madrid: CIS y Siglo XXI; 1991.

24. James W. The principles of psychology. New York: Henry Holt; 1890.
25. Mead, M. (1972, or. 1934). Espíritu, persona y sociedad. Buenos Aires: Paidós.
26. Deschamps JC, Devos T. Relaciones entre identidad social e identidad personal. En JF Morales, D Páez, JC Deschamps, S Worchel. Identidad social. Aproximaciones psicosociales a los grupos y a las relaciones entre grupos (pp. 39-55). Valencia: Promolibro; 1996.
27. Grinberg L, Grinberg R. Psicopatología de la identidad en el adolescente. En V.V.A.A. La identidad en el adolescente (pp. 42-54). Buenos Aires: Paidós-Assapia; 1973.
28. Erikson EH. Identity and the life cycle. Psychological Issues. New York: International University Press; 1959.
29. Marx MH, Hillix WA. Teorías psicológicas. En W Stern, GW Allport y otros. El conocimiento de sí mismo y de los demás (pp. 57-65). Buenos Aires: Paidós; 1968.
30. Yela C. Curso temporal de los componentes básicos del amor a lo largo de la relación de pareja. Psicothema, 1997; 9(1), 1-15.
31. Yela C. El amor desde la psicología social. Pirámide: Madrid; 2000.
32. Yela C. La otra cara del amor: mitos, paradojas y problemas. Encuentros en la Psicología Social, 2003; 1, 2, 263-267.
33. Sternberg RJ. El triángulo del amor. Paidós: Barcelona; 1989.
34. Sternberg RJ. El amor es como una historia. Paidós: Barcelona; 1999.
35. Sternberg RJ. La experiencia del amor. Paidós: Barcelona; 2000.
36. Barrón A, De Paúl P, Martínez-Iñigo D, Yela C. Beliefs and romantic myths in Spain. The Spanish Journal of Psychology, 1999; 2, 1, 64-73
37. Tajfel H. Grupos humanos y categorías sociales. Barcelona: Herder; 1984.
38. Bruner JS. Actos de significado. Más allá de la revolución cognitiva. Madrid: Alianza Editorial; 1991.
39. Gottschalch W. Sozialosationforschung. Materialien, Probleme, Kritik. Francfort; 1973.
40. Evans D. Emoción. La ciencia del sentimiento. Madrid: Taurus; 2002.