

EPIDEMIOLOGÍA Y EVALUACIÓN DE LAS DEPENDENCIAS AFECTIVAS:

Acerca de una interpretación psicosociológica del placer voluptuoso de Artemisa

María de la Villa Moral Jiménez
Prof. Del Área de Psicología Social. Facultad de Psicología

RESUMEN:

En la sociedad contemporánea nos hallamos ante un orden (económico, de pensamiento, ideológico, identitario, etc.) que agoniza y otro que está por eclosionar definido por diversos indicadores macrocontextuales (la mundialización de la economía, la recomposición de los movimientos sociales, los condicionantes postmodernos, la cultura global, los desdoblamientos del ser, etc.) que afectan a múltiples niveles tales como al plano socio relacional, al ámbito de las emociones y los sentimientos y, por extensión, a las propias relaciones humanas sobre cuya naturaleza psicosociológica socialmente construida trataremos de reflexionar. Como consecuencia de semejantes circunstancias, aumentan los estados de crisis como cambio, más bien que como mero conflicto, y se va generalizando un debilitamiento interno de la formación del yo, extendiéndose problematizaciones personales como réplicas a otros debacles. Estas ambivalencias se reflejan en el surgimiento de *nuevas dependencias* con y sin sustancias (juego, comida, Internet, etc.) (véase Alonso Fernández, 2003; Echeburúa, 2000), entre ellas las relativas a las dependencias afectivas o sentimentales como un fenómeno de enorme importancia sociosanitaria, todo lo cual podría redundar en la propia patologización de la vida cotidiana (Moral, 2002).

La adopción de una perspectiva de análisis psicosociológica en absoluto agota la necesidad de un estudio comprensivo e interdisciplinar del complejo mundo de los afectos y la esfera sociorrelacional. Y es que las emociones son a la vez somáticas, cognitivas, sociales y culturales. El que se trate del mundo de la subjetividad, de las

reacciones psicofísicas o de las conductas que expresan estados emocionales depende de cómo se aborde este fenómeno. Los investigadores de la esfera socioemocional podrán adoptar ya sea una perspectiva de análisis *filosófica* centrándose en los aspectos subjetivos de las emociones, *socioantropológica* como estudio de las creencias e instituciones del grupo social humano o aquella propia de la cultura de masas y de las sociedades del desánimo (véase Sabrovsky, 1996), entre otras, y, mientras desde la tradición *biológico-evolucionista* de las emociones (Tomkins, Plutchik, Izard, Ekman, etc.) (véase Páez, Echevarría y Villarreal, 1989) se prioriza su soporte orgánico y su adquisición en la filogénesis considerándose formas de reacción biológicamente controladas y heredada, desde una *aproximación psicosocial* como la sostenida en esta aportación se vinculan los estados emocionales y sus manifestaciones a la relación con los otros como copartícipes y canalizadores de la emotividad humana. Es más, en este sentido, se alude a la *construcción social de las emociones*. Ello no representa sino el reconocimiento de una modulación social del fenómeno ya que son reformuladas intersubjetivamente y se hallan influenciadas por la interrelación de factores de muy diversa índole que conforman un complejo entramado.

Tratemos de aportar claves interpretativas de las dependencias relacionales fundamentando su entidad mediante la aportación de una explicación *psicosociológica* de tales trastornos desglosada en diversos puntos e interconectada con algunos de los desórdenes contemporáneos más característicos que podemos vincular al tipo de patología objeto de análisis (véase Moral, 2005; Sirvent, 2004):

a) A nivel relacional, se va imponiendo una tendencia generalizada a fomentar la privacidad y un tipo de comunicación interpersonal estereotipada y, aun cuando se *vive en público*, mediante la representación del actor social en la vida cotidiana (véase Goffman, 1959) se tiende a mostrar un perfil psicosocial desdibujado ante tanta superficialidad en los contactos, crisis identitarias, intrigas e insidias interpersonales, etc., que socavan los tradicionales principios constitutivos del ser relacional. Lo íntimo se exhibe públicamente tergiversándolo, lo público se hace corresponder con la manifestación de una identidad simulada y se asiste al desmantelamiento de las barreras que delimitan el espacio privado y el público.

b) La cada vez mayor dependencia de los individuos respecto a los ascendientes genera estilos de vida dependientes. Así, se va extendiendo un ambiente

de interdependencia asociado a unas carencias básicas en la educación para la autonomía, definiéndose la interdependencia social como el conjunto de creencias, sentimientos y conductas relativas a la necesidad de asociarse, interactuar y depender de cómo el sujeto es valorado por los demás. En materia de relaciones interpersonales dependientes, la ilusión de lo que se quiere se confunde con lo que se supone que se ha de desear.

c) Incremento de las concesiones ante las demandas afectivas y relacionales de los otros a costa de una difusión de la identidad a consecuencia del intento frustrante de evitar el sentimiento fútil de desamparo y soledad (auto)impuesta. En este sentido, la *autofobia* definida como *miedo irracional a estar solo* que está documentado en la literatura sobre el tema se asocia a esta problemática y, en virtud de la cual, se induce al individuo con inmadurez afectiva a no soportar la soledad, máxime aún en lo concerniente a la ausencia del sujeto del que se depende.

d) A lo anterior se suma otro desorden característico como la *catagelofobia* entendida como *temor obsesivo a ser ridiculizado en público* que, en buena medida, condiciona nuestros procesos interactivos en la esfera pública asociada a la necesidad de aprobación de los demás y que nos obliga en ocasiones a mutar nuestra identidad (yo público) mimetizándola con el entorno. El paralelismo con ciertos sometimientos de las personas con dependencia relacional con respecto a su pareja en sus relaciones sociales queda bien establecido, si bien media el autoengaño y la aceptación de ciertas humillaciones si las hubiere con tal de no perderle, de ahí que en estos sujetos se privilegie la idealización de sus parejas y su imagen social sobre las posibles vejaciones públicas.

e) La presión massmediática crea consumidores inmaduros, así como se va instalando en un mundo *infoxicado* (proceso de intoxicación de información que provoca trastornos debido al bloqueo de la persona ante la gran cantidad de información que reciben y que son incapaces de asimilar) un mercadeo de los sentimientos que habitualmente invade ciertos programas de testimonios. Por otro lado, en las relaciones interpersonales en la esfera pública se asiste a un progresivo exhibicionismo vanidoso, probado a través de la apetencia cuasicompulsiva a airear los desdenes y triunfos en las relaciones sentimentales a través de la pantalla del televisor, deseo de exhibicionismo que podría recibir la denominación de *síndrome de Eróstrato* (véase Gubern, 2000). A ello se suma la proliferación de casos de empleo de las nuevas tecnologías como soporte técnico mediante el cual iniciar y/o mantener relaciones sentimentales, junto a la tendencia a la manifestación de casos patológicos

de cyberadicción al sexo (véase Búrdalo, 2000; Martínez, 2000; Socorro y Galiatsatos, 2000).

f) Reafirmación de cambios en los parámetros descriptores de las relaciones de pareja y las artes amatorias relativos a pasión/intimidad/compromiso, asimetría de roles, chantajismo emocional, intensidad de los afectos, enganche afectivo, etc. En casos de dependientes sentimentales se va instaurando una *tendencia toxicofílica* que les impele a depender de esa persona como quien depende de la droga bajo las manifestaciones de los imperativos del *craving* (anhelo intenso de la pareja) y la *abstinencia* (ansiedad experimentada ante la ausencia del otro) como necesidad compulsiva e imperiosa del otro, se experimentan sentimientos de angustia ante su ausencia o a través de la anticipación de la misma.

e) En resumen, hay toda una estructura social generadora de interdependientes amparada por la proliferación de mitos arraigados en el imaginario popular y en la propia representación social de las emociones y específicamente del amor.

Uno de los primeros problemas con los que nos enfrentamos los investigadores es el de concretar con suficiente rigor teórico y metodológico: *¿Qué es eso de las dependencias afectivas?* Ciertamente, las secuelas de la plaga de los programas televisivos del corazón hacen un flaco favor a una rigurosa conceptualización y representación social y actitudinal de esta problemática al trivializar su esencia y existencia y airear relaciones y contactos banalizándolos. Otra posibilidad no desdeñable es la relativa a la consideración de si las dependencias afectivas podrían ser un subproducto psicológico de una sociedad despersonalizante en la que los contactos se mediatizan, en donde los imperativos y las seducciones de lo efímero se imponen y en la que abundan los desencuentros ante crisis identitarias y referenciales. Asimismo, podría tratarse de la enésima adicción que descubren ahora los profesionales para sorprendernos, con lo que incluso se cuestiona su entidad y se achacaría este *nuevo invento* a la elucubración de quienes tratar de incurrir en tendencias a patologizar las relaciones humanas.

La evaluación de las dependencias afectivas resulta una tarea compleja debido, fundamentalmente, a la interdependencia de dos factores: por un lado, uno de ellos de marcado cariz sociocultural y psicosociológico definido por la incidencia de factores vinculados al imaginario popular y la representación social de las emociones y

los sentimientos y, más aún del propio amor, como estado por excelencia en el que se recrea la idealización del ser amado, lo novelesco implícito en las relaciones apasionadas o las historias personales truncadas junto a recreaciones socioculturales de fabulaciones sobre apasionamientos y desamores, y, por otro lado, la dificultad de evaluación radica en la implicación de un factor sociosanitario tal como el propio desconocimiento de la etiología y entidad diagnóstica de las dependencias afectivas por parte de los propios profesionales de la salud implicados en su abordaje comprensivo (terapeutas de pareja, psicólogos, psiquiatras, expertos en adicciones, etc.). Sin embargo, las dependencias sentimentales son un fenómeno con entidad propia y diferenciada que afecta a alrededor de un once por ciento de la población, si bien bajo criterios más laxos de análisis incluso porcentajes que rondan el cincuenta por ciento de los encuestados reconocen depender de sus parejas o sufrir adicción al amor.

Ya se trate de la mujer de un alcohólico con orientación rescatadora que trata imperiosamente de resolver todos los conflictos y que se erige en su "salvadora" focalizándose excesivamente en el otro y olvidándose de sí misma (*codependencia*), nos refiramos a quienes mantienen relaciones toxicofílicas con personas que les hiperestimulan con frecuentes sensaciones de inescapabilidad en individuos adictos (*bidependencia*), hagamos referencia a quienes experimentan un enganche emocional con demandas afectivas que tratan de satisfacerse buscando la aprobación y complacencia de los demás en relaciones asimétricas (*dependencia emocional*) o, finalmente, idealicemos el amor y la historia de pareja con el persistente deseo de permanecer en el etapa de enamoramiento aun a riesgo de quedar *cegado de amor* ante los desdenes de parejas narcisistas que se aprovechan de ilusiones frustradas (*adicción al amor*), en todos los casos expuestos, se abordan manifestaciones de esta nueva tipología de *dependencias de personas* (vínculos afectivos, sentimientos, estimulaciones, pasiones, enamoramientos, apegos, desamores, etc.)

En definitiva, algunas relaciones interpersonales devienen en dependencias relacionales caracterizadas ya sea por búsquedas de constante complacencia en la persona de la que se depende, por la tendencia a la idealización de aquellos a quienes solicitamos momentos de atención monopolizando sus afectos, por mixtificaciones varias y autoengaños, por menoscabos de la propia autonomía, por identidades incompletas y necesidades de redefinirnos por cómo se nos induce a que seamos o

por empecinamientos en retener al sujeto del que se depende aun cuando esto nos haga daño, entre otras características de este *amar dolorosamente* con que de forma metafórica podría definirse esa esfera socioemocional convulsa.

Elegimos relaciones cuya aprobación buscamos, siendo un vínculo de unión indeleble en tiempos de apasionamientos fingidos y superficialidad como los actuales. En opinión de Jürg Willi (2004) uno de los problemas actuales radica en que en un mundo dividido entre sujeto y objeto, el amor induce al sujeto a abrirse, a dejar su autorreferencia y convierte al objeto en dominante. Asimismo, el miedo a la pérdida, a la soledad y/o al abandono contamina el vínculo afectivo y lo vuelve sumamente vulnerable y patológico.

Decía Brukner (2001) en un excelente texto de paradójico título: *La euforia perpetua. Sobre el deber de ser feliz* que tras la apariencia amable de semejante exhortación se esconde una *penitencia invisible* que nos obliga a estar en permanente búsqueda de la utopía de la felicidad. Algo similar acontece en este tipo de relaciones en las que los dependientes emocionales idealizan a sus parejas narcisistas y desean la optimización de sus relaciones con la persona de la que dependen, de modo que tratan de vivir en perpetuo estado de felicidad, máxima atención brindada, monopolización de los afectos de su pareja y un sinfín de demostraciones de una malsana *euforia perpetua* que entorpece el contentarse con instantes de bienestar en pareja e intentos de sobrellevar momentos de conflicto.

Si estableciéramos un paralelismo, la alegoría simbólica al placer voluptuoso de Artemisa bien podía servirnos como ejemplificación metafórica de las desafortunadas muestras de amor extremo ante parejas narcisistas, de la cronocidad del sentimiento de vacío emocional, de búsqueda de complacencia e intentos de satisfacer la desazón emocional ante la anticipación de la ausencia del ser querido en las que incurren algunos sujetos con dependencia afectiva.

En su conjunto, la evaluación de las dependencias afectivas se realiza mediante el análisis de diversos planos que afectan al nivel de las *relaciones de pareja* y a la propia *esfera personal*, básicamente con indicadores tales como: *a)* la avidez con la que precisa disponer de la presencia del otro del que se experimenta un *enganche emocional* por muy frustrante que sea la relación; *b)* manifestaciones de

abstinencia (sufrimiento devastador caso de ruptura o ausencia) y craving (anhelo de estar en pareja), indicativas del carácter toxicofílico del vínculo; c) la necesidad de la aprobación de los demás y una preocupación excesiva por agradar a la persona de la que se depende; d) la recreación de sentimientos negativos e inescapabilidad emocional; e) el asimétrico intercambio recíproco de afecto asociado a un persistente vacío emocional; f) el fantaseo excesivo al comienzo de la relación que les suma en un estado de *euforia* cuando la empiezan y de idealización excesiva de sus parejas; g) la adopción de posiciones subordinadas en las relaciones, asociado a una progresiva autoanulación personal, una empobrecida autoestima y autoconcepto negativo, h) la manifestación de antecedentes personales indicativos de ciertas carencias afectivas en la infancia o apegos ansiosos junto a posibilidades de haber sufrido maltrato emocional y/o físico y, entre otros indicadores básicos como criterios patognomónicos de primer orden i) sentimientos de desvalimiento emocional y un estado de ánimo medio disfórico con oscilaciones en función de la propia evolución de su situación interpersonal.

En suma, como reza un dicho popular *el que quiere estudiar amor se queda siempre en alumno*, de ahí que nuestra pretensión con esta aproximación psicopsicológica a una de las manifestaciones idiosincrásicas de las relaciones humanas en el ámbito de las emociones y los sentimientos, como son las dependencias afectivas, no sea sino una propuesta de reflexión comprensiva en la que trate de aunarse la razón y el corazón que entran en maniqueo conflicto, siendo *las razones de éste* inteligibles sólo desde la razón, parafraseando la conocida sentencia de Pascal, si bien no existe separación alguna entre lo cognitivo y lo emocional, mas bien una interrelación entre ambas. Metafóricamente, la cabeza y el corazón pugnan por los placeres de los sentidos, de modo que cuando surge en nuestro interior una emoción intensa o cuando nos embarga un estado de ánimo arrebatador, ante idealizaciones arquetípicas de vínculos que uno se empeña en mantener, aun cuando no se amparan en manifestación alguna recíproca de entrega, en tales circunstancias la razón tiende a convertirse en *esclava del corazón*. En este sentido, uno de los retos es lograr vivir en armonía emocional mediante un visión autoconsciente y optimizadora de nuestros recursos relacionales. En cualquier caso, parafraseando a Alfred Bach, *no te preocupes demasiado por tu corazón: te durará toda la vida...*