

31921  
139



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE MÉXICO**

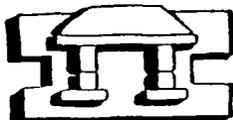
**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES  
IZTACALA**



LA VIOLENCIA INTRA FAMILIAR:  
UNA PROPUESTA DE TRABAJO DESDE  
LA PROGRAMACION NEUROLINGÜÍSTICA (PNL)

**T E S I S I N A**  
QUE PARA OBTENER EL GRADO DE  
**LICENCIADO EN PSICOLOGIA**  
P R E S E N T A :  
**MIGUEL ANGEL PEREZ FIGUEROA**

ASESORES: MTRA. MARIA ANTONIETA DORANTES GOMEZ  
MTRA. ARACELI SILVERIO CORTES  
LIC. JORGE GUERRA GARCIA



**IZTACALA**

LOS REYES IZTACALA, EDO. DE MEX.

JULIO, 2003

A

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

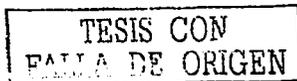
## RESUMEN

---

La violencia intrafamiliar puede definirse como una forma de maltrato intencional que se da dentro del círculo familiar, el cual traspasa niveles socioeconómicos y culturales, desde los niveles más altos hasta los más bajos, debido a que su ocurrencia está influenciada por variables de gran complejidad, tales como las creencias y valores de cada núcleo familiar y, particularmente, de cada individuo participante en ella. Este trabajo, tiene como objetivo primordial la elaboración de una propuesta de intervención psicológica para el control de la violencia intrafamiliar desde el modelo de la Programación Neurolingüística (PNL), que aunque es una disciplina relativamente nueva dentro del trabajo terapéutico, representa uno de los métodos de mayor efectividad en este ámbito, ya que produce cambios en corto tiempo y de larga duración. Una de las presuposiciones básicas de la PNL es que todas las personas poseen todos los recursos necesarios para realizar cualquier actividad o comportarse de determinada forma, en el caso de la presente propuesta esto se aplica en su objetivo central que es dotar a la persona o hacerla conciente de sus posibilidades para hacer frente a cualquier situación conflictiva.

Posteriormente se presenta una revisión teórica acerca de las variables que intervienen en la ocurrencia de este fenómeno tomando en cuenta las diferentes posturas teóricas que lo han abordado de manera eficaz, así como de sus consecuencias y de las principales instituciones que brindan atención a las víctimas de ella. También se expone los fundamentos básicos de la programación neurolingüística, su historia y sus técnicas de aplicación, ya que a partir de ellos se desarrolla una propuesta de trabajo dirigida a los participantes de situaciones violentas dentro de relaciones intrafamiliares. De esta manera, este trabajo muestra un ejemplo de la flexibilidad que posee la PNL como método terapéutico ya que es aplicable a una gran gama de situaciones, tanto de índole personal como grupal, y por supuesto de diversa complejidad, tal es el caso de el fenómeno de la violencia intrafamiliar.

B



## AGRADECIMIENTOS

A MIS PADRES.

Con toda mi admiración. Por su ejemplo de valor  
y amor incondicional, el cual fue mi aliciente  
para alcanzar esta meta.

A GABY, ROSY Y VALE:

Por su inagotable apoyo y su comprensión  
en todo momento.

A LA MTRA. TONITA DORANTES:

Por su tiempo, paciencia, sabiduría, apoyo  
y entusiasmo. Para usted con toda mi admiración.

A LA MTRA. ARACELI SILVERIO Y

AL MTRO. JORGE GUERRA:

Por su amistad y sus siempre acertados  
comentarios.

Y a todos aquellos para quienes la  
Amistad esta por encima de cualquier otro  
interés. Sin ustedes este proceso no  
hubiera sido lo mismo. Gracias

## REGLAS PARA SER HUMANO

- ❧ **Recibirás un cuerpo.** Te puede gustar o no, pero será tuyo por todo el periodo que vivas.
- ❧ **Aprenderás lecciones.** Estas enlistado en una escuela de tiempo completo que se llama vida.
- ❧ **No hay errores, solo lecciones.** Crecer es un proceso de experiencias entre el juicio y el error. Las experiencias del fracaso son tanta parte del proceso como las experiencias de éxito.
- ❧ **Una experiencia se repite hasta que se aprende.** Una lección se presentara en ti en varias formas hasta que la hayas aprendido, cuando la hayas aprendido puedes continuar con la siguiente lección.
- ❧ **El aprendizaje nunca termina.** No hay parte en la vida que no tenga sus lecciones. Si tu estas vivo, siempre habrá lecciones por aprender.
- ❧ **"Allá" no es mejor que "aquí",** cuando tu allá se haya convertido en un aquí siempre habrá otro allá que se vera mejor que aquí.
- ❧ **Otros son meramente tu reflejo.** No puedes amar u odiar algo de otra persona si no te refleja algo que ames u odies de ti mismo.
- ❧ **Lo que hagas de tu vida depende de ti.** Tu tienes toda la herramienta y los recursos que necesitas.
- ❧ **Tus respuestas yacen dentro de ti.** Todo lo que necesitas hacer es ver, escuchar y confiar.
- ❧ **Olvidarás todo esto**

(Encontrado en la puerta de un refrigerador)

## ÍNDICE

---

<b>INTRODUCCIÓN</b>	1
<b>CAPÍTULO I</b> Consideraciones generales acerca de la Violencia Intrafamiliar.	8
<b>CAPÍTULO II</b> Instituciones en México dedicadas al control de la Violencia Intrafamiliar	30
<b>CAPÍTULO III</b> Fundamentos básicos de la Programación Neurolingüística (PNL)	44
<b>CAPÍTULO IV</b> Propuesta de intervención para el control de la Violencia desde la Programación Neurolingüística (PNL)	69
<b>CONCLUSIONES</b>	91
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	98
<b>ANEXOS</b>	1

## INTRODUCCIÓN

---

*El hombre es la medida de todas las cosas, de las que son en cuanto que son, y de las que no son en cuanto que no son. . .*

*Protagoras*

Uno de los propósitos fundamentales de la vida del ser humano se relaciona con la necesidad de madurar emocionalmente, consolidar el carácter, la armonía interior y la autoestima, desarrollar los valores y la conciencia de sí, construir la alegría y alcanzar el significado a través del encuentro con el amor, la comprensión y la creatividad, y de la paulatina aproximación al sentido pleno de la existencia. Muchos elementos sociales, culturales y económicos pueden frenar y aún distorsionar estos propósitos, pero su fuerza motriz reside, primero, en darnos cuenta de que nos hacen falta, y después, de que alcanzarlos sólo es posible a través de un constante, valiente, humilde y decidido esfuerzo de conocimiento de si mismo.

Este conocimiento se hace alcanzable mediante la mirada interior, una iniciativa para establecer un cada vez más frecuente darme cuenta de mí mismo, de mí misma, de lo que ocurre en mi mundo interior. "Tomarme fotografías" en el sentido metafórico, es decir, encontrarme pensando, sintiendo, diciendo, haciendo esto y aquello una y otra vez contribuye notablemente al conocimiento de sí.

Sabemos que somos jueces nada imparciales de nosotros mismos. De ahí podemos inferir que sólo con la ayuda de nuestros seres cercanos podemos obtener

un espejo menos imparcial para mirarnos por dentro, especialmente entre miembros de una pareja. Ella mira dentro de él, él dentro de ella, ambos describen con amor y respeto lo que ven... y ambos aprenden, es decir, aumentan su conocimiento de sí. Sin embargo la mentira y la ausencia de confianza sabotean esta posibilidad.

En la actualidad existen tantas expectativas acerca de la relación de pareja que resulta sumamente difícil que sus miembros satisfagan todas ellas. En esta relación, a los miembros de la pareja, de acuerdo con las etapas y problemática por la que atraviesa desde el enfoque cognitivo-conductual, se le exige que cumpla tanto funciones económicas, sociales, reproductivas, como aquellas de índole sexual, afectiva, entre otras. Por ello es conveniente que exista, de cierto modo, una similitud entre los cónyuges para allanar estas dificultades, pero en ocasiones es de tal magnitud el cúmulo de exigencias que se convierte fácilmente en excesivo y conduce a la frustración que insta a conflictos y con alta frecuencia a la ruptura de la pareja (Sauza, 1996).

La violencia dentro de la familia es la principal forma de incidir en esta situación debido a que refuerza y consolida el alejamiento iniciado por la mentira y la ausencia de comunicación, al agravar el miedo de cada miembro de la pareja hacia el otro, siendo ambos miembros quienes participan en este proceso, produciéndose así un círculo vicioso: el miedo engendra más miedo, y éste, más. Entonces, cada uno le atribuye al otro, según sus propias convicciones, "ser" de cierta manera, la que existe sólo en la imaginación de cada uno pero no en la realidad del otro.

Si alguien estuviese afectado por semejante pérdida de la objetividad en su trabajo o en la vida social, sería objeto de serio cuestionamiento sobre su cordura. Pero con la pareja ocurre lo contrario. Se ha vuelto casi "natural", casi "normal" que los miembros de una familia se hallen llenos de violencia, de "cargos internos" y de

incapacidad para percibir al otro. Tan "natural" que muy pocos se asombran ante el hecho que los miembros de una familia puedan estar tan colmados de resentimiento y hasta odio el uno contra el otro. Se toma como que "el matrimonio es así", es decir ante la sociedad aunque no es bien vista la violencia en la familia, esta se oculta para evitar cualquier enjuiciamiento por los demás. Es así como el contexto en que se desenvuelve la familia impulsa a cada uno de sus miembros a defender su existencia y a no dejarse aplastar, aumentando sus posibilidades de lucha y generando conflictos entre ellos (Minuchin, 1988)

Aunque si bien es posible la ocurrencia de la violencia en ambas direcciones, es decir puede ser que el rol de agresor lo tome tanto el hombre como la mujer, debido al contexto cultural de nuestro país es más frecuente la ocurrencia de actos violentos del hombre hacia la mujer, debido al rol estereotipado que social y culturalmente se le ha otorgado al hombre de ser quien "debe ser" fuerte.

Es difícil estimar la verdadera incidencia de la violencia dentro de la familia debido al bajo porcentaje de denuncias ya que muchas de las víctimas no acuden a centros médicos, ni psicológicos. En general, la violencia ha sido definida como un acto llevado a cabo con la intención de, o percibido como teniendo la intención de, dañar física o psicológicamente a otra persona (Perrone, R. y Nannini, M., 1997)

En la mayoría de los casos, cuando llegamos a escuchar algún evento relacionado con la incidencia de la violencia dentro de la familia, éste es inmediatamente asociado con variables interculturales específicas que presentan las personas participantes en ello, predisponiéndonos a pensar que la violencia intra familiar sólo se presenta en determinados sectores de la población que poseen características específicas, como un bajo nivel de escolaridad, un bajo nivel socio económico y cultural, etc., pero la violencia intra familiar como fenómeno

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

psicológico y social, trasciende todas estas barreras, presentándose en cualquier estrato social e independientemente del nivel cultural que se posea.

En este trabajo se hace una revisión acerca de lo diferentes factores que pueden dar pie a la aparición de la violencia dentro de la estructura familiar, así como también de las diferentes propuestas de apoyo e instituciones dedicadas a combatir y controlar este problema, con la finalidad de dar a conocer lo ya estudiado hasta el momento con respecto al tema. Así mismo, como el objetivo central de la elaboración de este trabajo se presenta una propuesta de intervención para el control de la violencia a partir de los postulados básicos de la Programación Neurolingüística (PNL).

Muchas de las personas que han sido víctimas de la violencia intra familiar y que han participado en el desarrollo de las distintas investigaciones al respecto mencionan que muchas veces hacen uso de la violencia para la solución de conflictos debido a que es la única manera que saben hacerlo, es decir carecen de los recursos necesarios para la resolución de conflictos y toma de decisiones, es por esto que se toma a la PNL como marco de referencia para la realización de este trabajo, ya que uno de sus principios básicos es que todos, sin excepción poseemos los recursos necesarios para hacer frente a cualquier situación sólo que tenemos una percepción errónea acerca de nuestra propia capacidad, por lo que es necesario cambiar esa percepción errónea para crear una nueva acerca de nuestras propias potencialidades (O'Connor y Seymour, 1992).

Debido a que la Programación Neurolingüística es un método de intervención relativamente nuevo dentro de la psicología en México, son muy pocos los trabajos desde esta perspectiva orientados al control de la violencia intra familiar, por lo se presentan algunos planes de trabajo de instituciones dedicadas a la atención de la violencia familiar. Así pues para lograr la consecución del objetivo central, el trabajo se desarrolla siguiendo esta lógica:

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

En el capítulo uno se exponen las generalidades acerca de la violencia intrafamiliar ya que es de gran importancia conceptualizar el asunto central del trabajo mencionando las diferentes concepciones que se han dado al respecto y los diferentes elementos que componen al fenómeno, en este caso la violencia intrafamiliar, y que se toman en cuenta para elaborar su conceptualización, así mismo es necesario establecer la relación existente entre la violencia y los diferentes factores que la propician, por lo que este apartado contiene aspectos como el ciclo de la violencia, los aspectos sociales vinculados con su aparición, las diferentes manifestaciones de la violencia dentro del círculo familiar y las consecuencias que este acarrea para sus participantes.

El análisis realizado en este capítulo se basa en algunas de las escuelas psicológicas que han estudiado a la violencia de una manera holística y a su vez han presentado intervenciones con técnicas de intervención propias de su metodología que han resultado eficientes para el control de este fenómeno, tales corrientes están dadas por la psicología cognitivo conductual, la psicología sistémica, la psicología del aprendizaje y la perspectiva de género.

En el capítulo dos se presentan tres de las principales Instituciones mexicanas que trabajan en pro del control de la violencia, estas son el Colectivo de Hombres por Relaciones Igualitarias (CORIAC), el Centro Integral de Atención a la Mujer (CIAM) y el Programa Interdisciplinario de Atención a la Violencia (PIAV) que se lleva a cabo en la UNAM - FES Iztacala, así como el plan de trabajo que cada uno de ellos presenta.

El capítulo tres contiene una revisión acerca de los principios básicos de la Programación Neurolingüística, donde se presenta como es que este modelo fue creado y quienes fueron las personas que colaboraron y/o que tuvieron gran

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

influencia para el surgimiento de este modelo, así mismo se incluye una revisión teórica acerca de las diferentes técnicas, modelos, estructuras y presupuestos en los que la PNL se basa, así como su aplicación en las diversas áreas de la ejecución de cada persona.

Y finalmente, el capítulo cuatro está integrado por una propuesta de trabajo para el control de la violencia en las relaciones familiares, donde se exponen las áreas de incidencia y algunas de las técnicas más recomendadas para cada una de ellas, las cuales son tomadas desde el modelo de la Programación Neurolingüística, retomando los aspectos revisados con anterioridad en los capítulos iniciales.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

# CAPITULO I

## Consideraciones Generales sobre la violencia Intrafamiliar

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

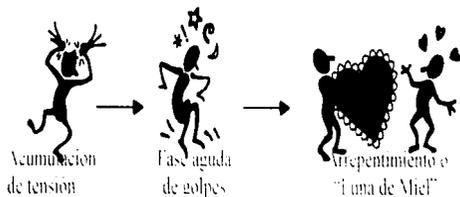
### Definición:

Daño que se produce dentro del hogar contra alguien de la familia por alguien de la misma familia (Ramirez . F. 2000)



Violencia  
Intrafamiliar

### Ciclo de la violencia



# CAPITULO I CONSIDERACIONES GENERALES ACERCA DE LA VIOLENCIA



*Si odias a alguien, odias algo en él, que es parte de ti mismo. Lo que no es parte de nosotros mismos no nos produce ese sentimiento. . .*

*— Thomas Merton —*

No podemos dejar de lado la trascendencia que la violencia presenta como fenómeno social y sobre todo la frecuencia con que ésta aparece en todos los ámbitos del desarrollo de la humanidad. Dentro de este primer capítulo se enmarca todos los aspectos que giran en torno a la violencia interfamiliar conceptualizando el problema, y haciendo una revisión de los diferentes aspectos que pueden propiciar la aparición de esta problemática, así como las consecuencias que esta ocasiona, desde el punto de vista psicológico a los participantes de este fenómeno, para llegar así a una definición concreta, así como una visión general del problema.

## 1.1 DEFINICIÓN DE VIOLENCIA INTRA FAMILIAR

La violencia es un fenómeno social omnipresente en la historia de la humanidad. La historia moderna ha estado marcada por numerosos sucesos violentos y por demás trágicos: guerras mundiales, revoluciones, terrorismo, violaciones, torturas, entre otros. Su utilización ha sido justificada principalmente para la obtención de los fines que persigue, ya sean políticos, territoriales, nacionalistas, liberales, sociales o étnicos. La violencia es una manifestación de poder y dominación con el fin de controlar a los otros (as), sean éstos individuos,

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

grupos o naciones. La manera más común de manifestar violencia es a través de la agresión, entendida como la conducta o acción que conlleva el dañar física o psicológicamente a otros.

Uno de los ámbitos en que se presenta la utilización de la violencia es en las relaciones interpersonales, y más específicamente, cuando esta se presenta dentro del núcleo familiar, se le ha denominado como violencia intra familiar. Sarasua, Zubizarreta, Echemburua, y Corral (1996) hacen referencia a que la violencia intra familiar se refiere a las agresiones físicas, psicológicas, sexuales o de cualquier otra índole llevadas a cabo reiteradamente por parte de un familiar (habitualmente el marido) y que causan daño físico y/o psicológico y vulneran la libertad de otra persona (habitualmente la esposa y los hijos).

De la misma forma Ramírez, F. (2000) establece que por violencia intrafamiliar entendemos la agresión o daño sistemático y deliberado que se comete en el hogar contra algún miembro de la familia, por alguien de la misma familia. Este daño se produce al violar o invadir los espacios de la otra persona (físico, intelectual, social y emocional) con la finalidad de quitarle su poder y mantenerla desequilibrada, siendo este el objetivo del uso de la violencia, para subyugar y dominar al otro.

Anteriormente se consideraba a la violencia como un fenómeno poco común, asociado a personas mentalmente perturbadas o de escaso nivel socioeconómico. Straus (1979, en Sarquis, 1995) fue el primero en decir que el fenómeno de la violencia debiese ser considerado como un problema social y familiar. A partir de entonces, los esfuerzos de muchos investigadores estuvieron dirigidos a obtener datos confiables y a desarrollar modelos causales y explicativos del tema. En general la violencia implica el uso de conductas agresivas con la finalidad de herir física o

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

psicológicamente a alguien haciendo referencia a la violación por la fuerza de los derechos ajenos en un procedimiento o acción ofensiva.

Durante años en México el espacio del hogar fue considerado privado, lo que dificultó la detección y la resolución de la violencia familiar en general, y en especial la ejercida contra la mujer por parte de su pareja. En nuestro país, esta problemática se empezó a reconocer como fenómeno significativo a partir de finales de los años setenta cuando el movimiento feminista declaró al maltrato a mujeres como un problema de gran impacto social, a principios de los años ochenta se organizaron grupos de mujeres que empezaron a proveer servicios y apoyo a mujeres maltratadas, de esos esfuerzos se desprendieron las primeras cifras de maltrato a mujeres.

Es a partir de los años noventa cuando se empieza a retomar la violencia doméstica como sujeto de estudio y se llevan a cabo las primeras investigaciones; el primer estudio en nuestro país se desarrolló en una organización feminista, el Centro de Investigación y Lucha Contra la Violencia Doméstica (CECOVID A.C.), organización que paralelamente proporcionaba servicios especializados a mujeres maltratadas y sus hijas e hijos; este estudio se llevó a cabo en población abierta y encontró una prevalencia de maltrato a mujeres (mayores de 15 años) del 33.5%. (Valdez, R., 1997)

Este proceso histórico-social logró que a principios de los noventa el panorama empezara a transformarse y el tema del maltrato doméstico se incluyera en las agendas de discusión pública con la participación de otros actores sociales, entre los cuales se encuentra: el sector judicial o de impartición de justicia, el sector legislativo, el sector salud y el sector académico. Actualmente, tal como sucedió en los casos del maltrato infantil, se ha reconocido la magnitud social de este problema

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

y por ello se han empezado a establecer leyes para proteger a las personas que la viven, las cuales se mencionaran en un apartado posterior.

Hoy, el uso de la violencia para resolver conflictos interpersonales es inaceptable y sus graves consecuencias sociales la convierten en un problema del orden público ya que la violencia familiar atenta contra la vida, la libertad, la salud, la seguridad, el desarrollo psicoemocional, la sexualidad, la dignidad y tranquilidad de las personas que la viven. Hasta hace muy poco la sociedad empezó a dejar de ver la violencia familiar como algo natural, normal y sin remedio. Hoy se sabe que la violencia se enseña, se aprende, se legitima y desafortunadamente se repite. También sabemos que se puede prevenir y que es posible salir de este círculo.

## 1.2 TIPOS DE VIOLENCIA

Como ya se ha mencionado anteriormente la violencia implica cualquier forma de maltrato o agresión, manifestándose, básicamente, en las siguientes formas:

- × *Abuso emocional* – Expresado a través de la hostilidad, indiferencia y desvalorización de algún miembro de la pareja respecto a sus opiniones (su cuerpo, las tareas que realiza, etc.) mediante burlas, ironías e insultos. El abuso emocional también se manifiesta por reproches, acusaciones, críticas constantes, indiferencia frente a sus estados de ánimo, entre otras formas más o menos sutiles.
  
- × *Abuso físico* – Constituye la forma de abuso más externa debido a que es la forma de agresión más visible. En este tipo de violencia, las manifestaciones se dan en diversos grados, desde empujones y golpes hasta agresiones con armas, heridas internas, y en casos extremos, la muerte por homicidio.

- × *Abuso sexual* – consiste en una serie de prácticas en las que se obliga al otro miembro de la pareja a participar en actos sexuales que son desagradables o denigrantes para éste, tales como realizar practicas sexuales que no se desean o que atentan contra la salud, este es el caso de la violación marital.

Es importante considerar que en la violencia de pareja pueden ocurrir actos de abuso que combinen la violencia física, emocional y/o sexual dependiendo del contexto y de la dinámica de pareja en particular. La violencia no es un fenómeno indiscriminado, adopta dos formas distintas (White, M. 1994):

- **La violencia agresión**, que se encuentra entre personas vinculadas en una relación de tipo simétrico, es decir, igualitaria. Aquí, ambos reivindican su pertenencia a un mismo status de fuerza y poder, independiente de la fuerza física, ya que quien domina en lo corporal puede no dominar en lo psicológico. Esposo y esposa aceptan la confrontación y la lucha. Por ejemplo, el marido puede pegarle a la mujer, pero ésta le arroja un objeto o lo insulta.
- **La violencia castigo**, es aquella que tiene lugar entre personas implicadas en una relación de tipo complementario, es decir, desigualitaria. Se manifiesta en forma de castigos, torturas o falta de cuidados. Uno de los miembros de la pareja reivindica una condición superior a la del otro. Por ejemplo, el hombre le pega a su mujer, la esclaviza, le quita su libertad, le impide todo contacto con el exterior y le niega su identidad. Según él, el castigo se justifica porque ha descubierto una "falta". A menudo, el receptor está convencido de que tiene que conformarse con la vida que le imponen.

Es importante destacar que en la violencia agresión se da una pausa complementaria, que comprende dos etapas diferentes: la aparición del sentimiento

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

de culpabilidad, que será el motor de la voluntad de reparación, y en la otra etapa, aparecen los comportamientos compensatorios como mecanismo de olvido y el negar cualquier responsabilidad, que sirven para mantener el mito de la armonía y buena familia. En la violencia castigo no hay pausa, el actor emisor considera que debe comportarse así; al no haber pausa la violencia permanece escondida y toma un carácter íntimo y secreto.

En muchos casos, la violencia se manifiesta de forma ritualizada: una cierta escena se repite de manera casi idéntica. Por lo general, se observa una anticipación e incluso una preparación de la secuencia violenta. Todos los participantes de episodios violentos pueden tomar parte en una especie de contrato rígido establecido dentro de las relaciones interpersonales, (Perrone y Nannini, 1997) el cual opera a nivel bipersonal pero tiene raíces individuales, ya que se apoya sobre la imagen negativa y frágil que cada uno tiene de sí. La noción de límite o frontera define todo lo que se puede hacer, con excepción de... Por ejemplo: "puedes pegarme dentro de la casa, pero no afuera", es decir establece "reglas de aceptación" para la ocurrencia de la violencia dentro de el círculo familiar.

La rigidez de los sistemas de creencias es un factor muy importante en la violencia: los actores de comportamientos violentos pertenecen a la categoría de personas que viven las diferencias como amenazas. En ciertas parejas resulta impensable que uno pueda decidir algo o tomar una iniciativa sin que el otro se sienta en peligro (Rage, E. 1997).

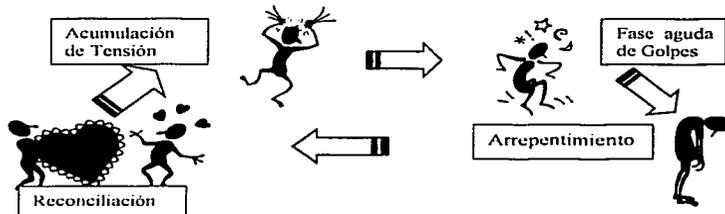
Según L. Walker, (citado en Vázquez Sánchez, 1995) la violencia marital se da en situaciones cíclicas que pueden ser referidas a tres fases, que varían en intensidad y duración según las parejas:

- × *Acumulación de tensión*, que es un período de agresiones psíquicas y golpes menores en el que la parte agredida niega la realidad de la situación, y el

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

agresor incrementan la opresión, los celos, la posesión, creyendo su conducta como legítima.

- × *Fase aguda de golpes*, cuando la tensión alcanza su punto máximo; se caracteriza por el descontrol y la recurrencia hacia los golpes.
- × *Fase de reconciliación*, se distingue por una conducta de arrepentimiento y afecto del hombre golpeador, y de aceptación de la mujer que cree en su sinceridad.



En los transcurso de los intercambios recurrentes, cada vez más tensos, emerge la violencia física en los momentos en que la relación de dominación / subordinación que se supone ejerce el hombre sobre la mujer, necesita ser reconfirmada (Masterman, 1998). La identificación de las distintas formas en que se manifiesta la violencia es otro aspecto indispensable para reconocerse dentro de un círculo de violencia, por lo tanto es necesario:

- Poner atención especial a lesiones físicas que no tienen una explicación congruente, es decir, dejar de justificar estas manifestaciones afirmando que es su estilo de vida.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- Tener en cuenta que muchos síntomas psicósomáticos pueden ser producto de una situación de violencia prolongada (colitis, gastritis, migrañas, dermatitis, etc.).
- Valorar manifestaciones que pueden catalogarse como problemas de salud mental (ansiedad, ataques de pánico, desórdenes del sueño y la alimentación, depresión, ideas suicidas, etc.). (Varela, M. 2001)

Estos puntos son algunos de los indicios que desencadena el participar en episodios violentos recurrentes dentro del círculo familiar y que pueden ayudar a diagnosticar un posible caso de violencia, el cual puede ser producido por múltiples causas, las cuales se exponen a continuación.

### 1.3 ORÍGENES DE LA VIOLENCIA

Dentro del contexto familiar la interacción o convivencia diaria de los miembros de la familia lleva implícita la aparición de diferencias entre ellos. Desde una perspectiva conductual – sistémica se estudian las conductas de la pareja dentro de un contexto relacional, lo cual no implica un rechazo de los procesos individuales, sino un énfasis complementario con los procesos de la pareja ya que actúan interactivamente. De este modo las conductas manifestadas por una persona son una expresión de las necesidades de esa persona pero desempeñan una función muy importante dentro de la relación de pareja, siendo así, según Navarro (1992) una relación interpersonal cuyo mantenimiento está sujeto a la regla general del intercambio de refuerzos en diversas áreas (amistades, tiempo libre, tareas domésticas, relaciones sexuales, etc.) que implica una interdependencia en el funcionamiento de cada miembro de la pareja, ya que el funcionamiento entre ellos repercutirá en su interacción.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

La intervención del psicólogo dentro de este ámbito en la actualidad, ha ganado terreno debido a la gran complejidad de situaciones que implica el vivir en pareja. De esta manera, un factor relevante es el cambio experimentado en tiempos recientes por la estructura familiar, lo cual ha alterado de manera significativa los papeles de los miembros de la pareja y facilitando la manifestación de confrontaciones entre ellos:

"La mujer comienza a tener acceso a la educación y al mundo del trabajo, cuestionándose así su rol de madre y exige condiciones de igualdad y respeto; habla ahora más de sus intereses y tiene una actitud más crítica e independiente ante su realidad. El hombre, por su parte, en la medida en que su papel comienza a ser cuestionado, sufre de algún modo esta situación" (Minuchin, 1994)

### 1.3.1 Etapas de la pareja y su problemática

Una explicación resumida acerca del origen de las relaciones y el desarrollo de los problemas de pareja la ofrecen Costa y Serrat (1998):

#### 1ª fase: *iniciación y constitución de la pareja.*

Al comenzar la relación (noviazgo) se suele dar una atracción mutua debido al poco conocimiento de la conducta del otro y al intercambio de refuerzos que en esta fase es muy elevado ya que la pareja:

- a) Interacciona en un marco restrictivo, ya que solo conviven pocas horas al día y en situaciones agradables.
- b) No tienen que tomar decisiones importantes.
- c) experimenta la novedad de la comunicación sexual.
- d) Se idealiza al otro y a la futura vida en común, creándose expectativas de refuerzo exageradas.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Por lo tanto en esta primera etapa se maximiza la tasa de refuerzo y se minimiza el castigo.

**2ª fase: *Desarrollo de los problemas de pareja.***

Al vivir juntos la pareja tiene que afrontar nuevas situaciones a las que ha de adaptarse apreciando entonces fuentes potenciales de problemas, como:

- a) El desajuste entre las expectativas y la realidad que se produce al convivir a diario.
- b) El aburrimiento, la rutina, que surgen al perder el valor reforzante de la relación después de un periodo más o menos prolongado de tiempo.
- c) Cambios significativos y/o imprevistos, el nacimiento de un hijo con necesidades educativas especiales, una situación económica desfavorable, pérdida del empleo, etc.
- d) El desacuerdo en temas importantes; grado de intimidad deseado o en la crianza de los hijos, etc.

Cuando se presenta alguno de estos problemas en las parejas, los miembros de estas pueden buscar soluciones mediante sus habilidades de comunicación, de resolución de problemas o solicitando ayuda. Pero también puede recurrirse a métodos más negativos como son el retiro de refuerzos o el castigo intentando conseguir la modificación de conducta no deseada. Todas estas condiciones determinan la dinámica familiar de la pareja, la cual en muchas ocasiones facilitan el conflicto entre ellos, manifestándose en un sin número de problemáticas como la violencia conyugal. La violencia conyugal es un fenómeno universal, de gran magnitud y relevancia. Estudios estadísticos y teóricos (Sarasua, y cols., 1996; Zubizarreta y cols., 1996; Medina, 1998) lo ubican como uno de los principales problemas de la familia contemporánea, que trasciende barreras culturales, socioeconómicas, políticas, educacionales y religiosas. Los estudios se basan

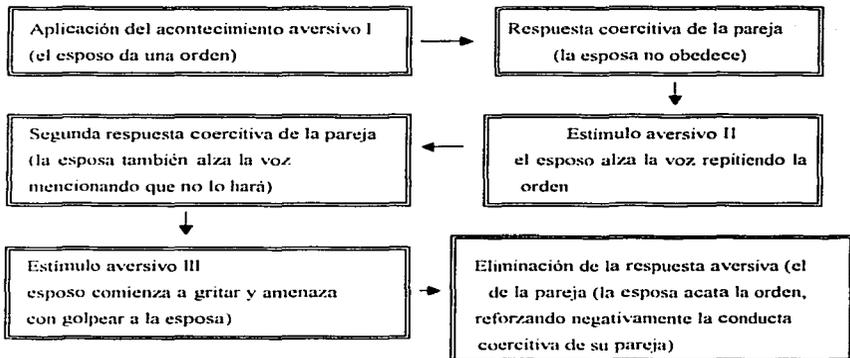
TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

principalmente en la violencia ejercida por parte del hombre hacia la mujer, debido a que estadísticamente es muy superior al fenómeno a la inversa.

### 1.3.2 Modelo explicativo sobre la génesis de los conflictos

Para ilustrar más gráficamente este punto, Caballo, V. (1991) propone un modelo desde la perspectiva cognitivo-conductual, para explicar este proceso, donde se resalta el papel del reforzamiento negativo en la intensificación y mantenimiento de las conductas coercitivas:

El reforzamiento negativo juega un papel esencialmente importante, ya que la conducta coercitiva de un miembro de la pareja se ve reforzada cuando da como resultado la desaparición de un acontecimiento aversivo que es aplicado a otro miembro de la pareja, y en ocasiones puede verse un aumento en la aparición de las conductas coercitivas hasta la eliminación de la respuesta aversiva de la pareja. El siguiente ejemplo ilustrará de manera clara esta teoría:



TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Si una pareja no pueden llegar a un arreglo en una discusión, en la mayoría de los casos el hombre cree que el uso de su fuerza para imponer su autoridad esta justificado, asegurándose de que ha logrado la última palabra. Este modelo trata de esclarecer una lucha de poderes dentro de la relación de pareja en la cual se ven involucrados algunos factores afectivos que operan como fundamentos del poder mismo, como por ejemplo una condición de dependencia – codependencia que insta a la pareja a mantenerse dentro de una relación destructiva. El hombre puede ser el miembro dominante de la pareja cuando su esposa depende en gran medida de él, tanto económica como psicológicamente ya que ella sufriría más que él si la relación fracasa, es decir se posee la creencia errónea de que como consecuencia de esa dependencia, si la relación de pareja termina la mujer no sería capaz de mantener el estatus de la familia debido a la carencia de los recursos necesarios para ello.

En relación con esto, a continuación se presentan las principales consecuencias que ocasionan los eventos violentos en las personas participantes dentro de un círculo familiar.

#### **1.4 CONSECUENCIAS DE LA VIOLENCIA INTRA FAMILIAR**

A pesar de la frecuencia de la violencia conyugal existen pocos datos que identifiquen las secuelas psicológicas específicas resultantes de esta relación violenta. Por lo general las consecuencias de la violencia intrafamiliar abarcan desde lesiones físicas hasta daño emocional las cuales se pueden categorizar en los siguientes rubros:

##### **a) Físicas**

En este rubro están ubicadas todas las lesiones a nivel corporal, desde un simple rasguño o raspón hasta lesiones severas que pueden causar la muerte de la víctima o el agresor, aunado a esto también se presentan diversos padecimientos o

alteraciones en el organismo como dolor de cabeza, trastornos del sueño, mareos, fatiga, etcétera, de la misma forma en esta categoría se incluyen los padecimientos psicosomáticos, que aunque como su nombre lo indica son de origen mental, sus manifestaciones son netamente físicas, tal es el caso de la úlcera gástrica y la gastritis nerviosa.

#### b) Psicológicas

Podríamos decir que las lesiones ubicadas en este rubro son las que persisten más tiempo en el desarrollo de la persona y las que causan más estragos a la misma. Estas se clasifican en:

*Cognitivas:* sentimiento de culpa, frustración, programaciones negativas erróneas, ideas suicidas y de incompetencia racional.

*Psicosomáticas:* padecimientos físicos de origen emocional como agotamiento psicofísico o la manifestación de trastornos mentales.

*Emocionales:* tanto la víctima como el agresor comienzan a experimentar confusión de sentimientos, pues sienten odio y resentimiento hacia su pareja, pero al mismo tiempo sienten que la siguen amando. La autoestima resulta severamente dañada. Por lo cual se presenta ansiedad, tristeza, miedo, sentimiento de culpa, etc.

*Conductuales:* aquí se engloban todas las conductas que la víctima manifiesta como el llanto, olvidarse del cuidado personal, permanecer en casa sin querer salir, aumentar sus actividades o por el contrario dejar de hacerlas. (Matamoros, V. 2002)

Hasta el momento son dos los diagnósticos que aparecen con más frecuencia en el grupo de víctimas : **la depresión mayor y el trastorno de estrés postraumático**, clasificados dentro de los trastornos por ansiedad.

En el caso de **la depresión mayor** se establecen algunos criterios, dentro del DSM-IV, que permiten afirmar que la víctima del maltrato experimenta un cuadro depresivo: en primer lugar el castigo aplicado por el agresor ante las respuestas

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

adaptativas de la víctima, tales como expresar miedo o intentar buscar ayuda, disminuye la probabilidad de que éstas se presenten en un futuro. En segundo lugar el agresor impide a la víctima que entable relaciones con sus familiares y amigos, produciendo una disminución en el refuerzo social y las actividades reforzantes. Como tercer factor aparece un refuerzo hacia conductas inapropiadas como la sumisión, las conductas pasivas y conciliadoras hacia la persona maltratada, apareciendo como síntomas importantes de la depresión la auto culpabilidad por el maltrato y la baja autoestima.

Recientemente se ha sugerido que el **trastorno de estrés postraumático** puede ser un diagnóstico apropiado para las víctimas de la violencia doméstica. Estas víctimas experimentan un suceso que está fuera del marco habitual de las experiencias humanas y que es marcadamente angustiante para casi todo el mundo, siendo este el primer criterio de diagnóstico del DSM-IV para este trastorno. En la situación del maltrato doméstico están presentes algunos factores que suelen ser predictores de este trastorno, entre ellos se encuentra: la larga duración del maltrato, las lesiones y la amenaza a la vida de la víctima, la pérdida de seres queridos, el bajo apoyo social y los problemas económicos (Zubizarreta, y cols., 1996)

### c) Sociales

El agresor a menudo impide que la víctima continúe estableciendo relaciones interpersonales con sus allegados, lo que produce un aislamiento social que propicia o favorece una mayor dependencia hacia el agresor como única fuente de refuerzo social y material. Es así como podemos observar que las consecuencias de la violencia intrafamiliar no solo estriban en las que se pueden detectar a simple vista sino que estas subyacen en los participantes a partir de la aparición de un acto violento, extendiéndose y manifestándose también en los hijos y familiares cercanos o personas allegadas.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

En cuanto al impacto en los menores, Varela, M, (2001) señala que la exposición constante a la violencia desde temprana edad impacta en sus capacidades cognitivas, emocionales y sociales; haciéndolos susceptibles a presentar síntomas psicosomáticos, estados depresivos y psicóticos, maltrato físico y emocional dentro del hogar, ser abusados sexualmente, presentar bajo rendimiento escolar, tener problemas de conducta y de adicciones, lo cual, entre otras graves consecuencias, puede convertir al menor en un infractor.

Hasta aquí, en este apartado, se ha mencionado las consecuencias que un acto violento dentro del núcleo familiar desencadena en la parte agredida, pero ¿qué hay con respecto al agresor? La LEY DE ASISTENCIA Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA FAMILIAR para el Distrito Federal considera que la violencia familiar es un asunto de orden público; establece las bases para asistir a receptores, es decir, las personas que sufren maltrato y para brindar atención especializada para la reeducación de generadores de violencia o sea, las personas agresoras. Cabe señalar que estos servicios se brindan en las Unidades de Atención a la Violencia Familiar UAVIF, que actualmente están operando en las 16 delegaciones del DF.

En 1996, la Asamblea de Representantes del Distrito Federal aprobó la Ley de Asistencia y Prevención de Violencia Intrafamiliar, siendo la primera ley específica sobre violencia doméstica en México. A fines de 1997, las Cámaras de Diputados y Senadores de la República aprobaron la Ley de Violencia Intrafamiliar - que sirve de base a las legislaciones locales -, la cual tipifica como delito la violencia física o moral dentro de la familia. En estas leyes se menciona:

✓ La violencia física y psicológica que se ejerce dentro de la familia es considerada un delito; Se considera la violencia contra la mujer como una causal de divorcio. Respecto a los menores que son sujetos de violencia se considera la pérdida de la patria potestad de los padres agresores;

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

✓ Se crea el tipo penal de violación en el matrimonio, destacando la creación del tipo penal de hostigamiento sexual, así como el de abuso sexual. Se estableció que sólo mujeres profesionales de la medicina podrán llevar a cabo las revisiones ginecológicas, se enuncian los derechos de la víctima y se prohíben las preguntas sobre la vida sexual de la mujer. Desaparecen los calificativos de "honestidad y castidad".

La Ley de Asistencia y Prevención de la Violencia Familiar contempla dos procesos de conciliación y de amigable composición o arbitraje. La conciliación se refiere a la resolución del problema por común acuerdo de las personas involucradas y la firma de un convenio. Si las partes no pueden conciliarse, las Unidades de Atención a la Violencia Familiar tienen la facultad de instrumentar el proceso de amigable composición o arbitraje en donde una autoridad recibe las pruebas sobre la violencia familiar para poder emitir una resolución. Cabe reiterar que la parte medular de este cuerpo de reformas, se dirige a proteger a la mujer y a los menores que integren el grupo familiar. (Varela, M., 2001) Los cambios producidos en México son en gran parte resultado del trabajo realizado, principalmente por grupos de mujeres, durante casi dos décadas. Su labor se abocó a hacer visible la violencia de género, al mismo tiempo de ayudar a sus víctimas.

#### **1.5 ASPECTOS SOCIALES VINCULADOS CON LA APARICIÓN DE LA VIOLENCIA EN EL NÚCLEO FAMILIAR**

De acuerdo con las investigaciones realizadas por Lagarde, (2000) se ha demostrado que la violencia no se transmite genéticamente, por el contrario, requiere de sofisticados sistemas pedagógicos y de reproducción social, cultural y política: se aprende, se enseña, se legitima, se le autoriza y se le convierte en valor, virtud y cualidad, en atributo de género, clase o edad, es decir cualquier grupo o categoría determinado con poder tiene legitimidad para la violencia. Berkowitz,

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

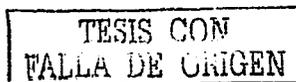
(1996) establece algunos factores que pueden dar pie a la aparición de la violencia doméstica clasificándolos en tres grandes bloques, entre los cuales destacan:

1. *Normas y valores sociales y comunitarios*

- **Dominio masculino en la pareja y en la sociedad** – la concepción social del hombre como cabeza de familia es un importante factor contribuyente en el maltrato de las mujeres debido a un sistema patriarcal que defienden al dominio masculino.
- **Dependencia femenina** – como se señaló anteriormente, por lo general una mujer es dependiente del hombre en el aspecto económico y psicológico.
- **Diferencias de poder** – el hombre posee la percepción de que es en gran medida superior a la mujer y que esto le da derecho de atacar a los miembros más débiles de su familia cuando no cumplen sus deseos.

2. *Entorno familiar y disposiciones personales*

- **La violencia engendra violencia** – esto hace referencia a la transmisión intergeneracional de la violencia ya que la mayoría de los agresores fueron agredidos durante su infancia
- **Presencia de violencia parental** – las historias de algunos hombres violentos sugieren ciertamente que habían estado expuestos a modelos agresivos durante su infancia.
- **Clase social** – las personas cuyas ocupaciones, educación y/o ingresos son bajos en la escala social presentan más posibilidades de comportarse agresivamente que las personas pertenecientes a niveles superiores.



(1996) establece algunos factores que pueden dar pie a la aparición de la violencia doméstica clasificándolos en tres grandes bloques, entre los cuales destacan:

1. *Normas y valores sociales y comunitarios*

- **Dominio masculino en la pareja y en la sociedad** – la concepción social del hombre como cabeza de familia es un importante factor contribuyente en el maltrato de las mujeres debido a un sistema patriarcal que defienden al dominio masculino.
- **Dependencia femenina** – como se señaló anteriormente, por lo general una mujer es dependiente del hombre en el aspecto económico y psicológico.
- **Diferencias de poder** – el hombre posee la percepción de que es en gran medida superior a la mujer y que esto le da derecho de atacar a los miembros más débiles de su familia cuando no cumplen sus deseos.

2. *Entorno familiar y disposiciones personales*

- **La violencia engendra violencia** – esto hace referencia a la transmisión intergeneracional de la violencia ya que la mayoría de los agresores fueron agredidos durante su infancia
- **Presenciar violencia parental** – las historias de algunos hombres violentos sugieren ciertamente que habían estado expuestos a modelos agresivos durante su infancia.
- **Clase social** – las personas cuyas ocupaciones, educación y/o ingresos son bajos en la escala social presentan más posibilidades de comportarse agresivamente que las personas pertenecientes a niveles superiores.

- **Consumo de alcohol** – Straus (1990) realizó un estudio piloto acerca de la relación entre el consumo de alcohol y la conducta violenta encontrando un vínculo estrecho entre estos dos elementos

### 3. *Estrés y afecto negativo como factores contribuyentes a la violencia familiar*

- **Estrés económico y vital** – por lo general un factor importante dentro de cualquier familia es el bienestar económico, el presentarse una crisis en este aspecto puede predeterminar la aparición de conductas violentas.
- **El tiempo y la contaminación** – en este aspecto podemos hacer referencia a temperaturas incómodamente altas y a estresores sociales.

Las causas que determinan la violencia en la pareja son múltiples y se interrelacionan. No podemos hablar de una única forma de violencia ni de un estereotipo de agresor, sino de diferentes formas y diferentes personas que requieren diferentes intervenciones terapéuticas. Es necesario la búsqueda de alternativas que persigan la eliminación del problema en un futuro como la reeducación y resocialización del individuo violento. Así pues Medina (1998) establece dentro del perfil de los afectados los aspectos de personalidad siguientes:

**El que Ejerce Violencia:** No existe en él reflexión entre el estímulo de "rabia" y su reacción violenta. Justifica sus actos culpando al afectado y logra convencerlo de su responsabilidad. Presenta doble fachada: no parece a primera vista un agresor y muchas veces sólo es violento con su pareja.

**El que Sufre Agresión:** Presenta anestesia emocional, por lo que minimiza las agresiones. Se ha acostumbrado a su situación. Se siente culpable de las agresiones. Por la vergüenza y la culpa se aísla y desarrolla enfermedades psicósomáticas, como depresiones, colon irritable o úlcera.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Hasta el momento hemos revisado algunas generalidades acerca del fenómeno de la violencia (conceptualización, tipos de violencia, su ciclo, causas que pueden propiciar su aparición dentro de la familia, y las secuelas que esta acarrea para los participantes) así pues a continuación se presentan algunas instituciones que están dedicadas al control de este fenómeno (CORIAC, CIAM y PIAV) mencionando algunos principios básicos que presenta su programa de intervención.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## CAPITULO II

### Algunas instituciones dedicadas al control de la violencia en México

Instituciones de apoyo  
contra la Violencia  
Intrafamiliar



FIAV

1997-2000

Coriac

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



## CAPITULO II INSTITUCIONES EN MÉXICO DEDICADAS AL CONTROL DE LA VIOLENCIA INTRA FAMILIAR

---

---

*Todos los seres humanos formamos una unidad; todos estamos conectados los unos a los otros. Lo que daña a uno nos daña a todos, y lo que sana a uno nos sana a todos...*

*Linus Pauling*

Como podemos observar en lo expuesto en el capítulo anterior, la violencia intra familiar es un fenómeno que ha trascendido a través del tiempo y que por sus consecuencias, representa uno de los mayores problemas que se puede presentar en la interacción familiar.

En México existen instituciones donde su principal objetivo es la erradicación, tratamiento, control o prevención de la violencia intra familiar, las cuales cumplen diversas funciones según el enfoque con el que se trabaje, es decir, algunas están dedicadas exclusivamente a dar orientación legal a las víctimas de violencia, otras más tratan de auxiliar a superar las consecuencias que este fenómeno acarrea para todos los participantes, y otras más que trabajan en pro de la resolución de conflictos de maneras no violentas, es decir tratan de prevenir la aparición de la violencia dentro del núcleo familiar.

En este apartado se describen algunas de ellas, mencionando su manera de trabajo, orientación teórica y objetivos a seguir.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



Colectivo de Hombres por Relaciones Igualitarias A.C.

## **2.1 COLECTIVO DE HOMBRES POR RELACIONES IGUALITARIAS A. C. (CORIAC)**

### **Antecedentes**

El Colectivo de Hombres por Relaciones Igualitarias (CORIAC) es una organización que nace en febrero de 1993 en la Ciudad de México como un espacio de reflexión y transformación para hombres interesados en mejorar sus formas de vida. Desde entonces, ha desarrollado iniciativas que apoyan los cambios personales y colectivos de los hombres hacia relaciones igualitarias con las mujeres, otros hombres y el entorno.

CORIAC está a favor de la resolución no violenta de los conflictos y el diálogo; promueve la democracia en la vida íntima y pública, así como la no-discriminación de las personas por su género, orientación sexual, etnia, nacionalidad, clase social o edad. Apuesta al cambio personal, cultural y social de los hombres para desarrollar un potencial humano de empatía, sensibilidad y solidaridad para construir una sociedad más equitativa y justa.

### **Misión**

CORIAC es creado por hombres que trabajan por cambiar las formas tradicionales de masculinidad que empobrecen nuestras vidas y resultan opresivas para las mujeres. Investigan, promueven y realizan acciones de cambio personal, institucional y social tendientes a la generación de formas constructivas, creativas y afectivas de ser hombre. Contribuyen al desarrollo y fortalecimiento de una cultura basada en la equidad y el respeto en los ámbitos público y privado.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## **Objetivos**

- ✓ Generar espacios grupales para la reflexión y acción con y entre hombres, así como fortalecer la cooperación y organización de hombres por relaciones igualitarias en México.
- ✓ Sensibilizar, formar y capacitar sobre el impacto de la violencia doméstica y la paternidad en la construcción de la masculinidad para vida de los hombres.
- ✓ Producir y difundir conocimientos teóricos y metodológicos sobre las vidas de los hombres y las relaciones de género.
- ✓ Contribuir a la generación de políticas y acciones públicas que propicien la equidad y el pleno desarrollo de mujeres y hombres.
- ✓ Promover y difundir una cultura del respeto y la equidad entre hombres y mujeres.

## **Estrategias**

### **Con quiénes trabaja**

CORIAC trabaja con hombres de diversas posiciones sociales, origen étnico, nacionalidad y/o culturas, interesados en construir formas diferentes de ser hombre desde un punto de vista crítico y propositivo. Considera necesario abordar la problemática de las masculinidades en espacios laborales, informativos, educativos y familiares.

### **Como trabaja**

CORIAC organiza espacios de reflexión para hombres, así como también imparte talleres y conferencias a grupos mixtos. Para ello desarrollan metodologías participativas de reflexión y aprendizaje. También realiza procesos de formación y capacitación para el trabajo con hombres desde una perspectiva de género.

Complementariamente cada año impulsa campañas de sensibilización y difusión hacia hombres a través de medios de comunicación y actividades públicas. CORIAC como institución que esta enteramente dedicada al control y la prevención de la violencia doméstica, plantean diversos programas para lograr este fin:

### **I. Programa Hombres y Violencia Doméstica**

#### **Objetivo General**

- Que los hombres que participan en el programa construyan un compromiso permanente con la no-violencia en la relación de pareja.

#### **Objetivos Específicos**

Que los hombres que participan:

- Asuman una actitud de responsabilidad por la violencia ejercida y por sus consecuencias.
- Disminuyan su conducta violenta con su pareja y sus hijos.
- Sean capaces de iniciar un proceso de cambio de sus creencias de superioridad frente a su pareja.
- Tengan capacidad de reconocer y expresar las experiencias emocionales de manera asertiva.
- Aprendan a negociar con respeto y equidad las diferencias y conflictos con la pareja.
- Aprendan a satisfacer las propias necesidades de manera independiente y autónoma.
- Aprendan a convivir con la pareja y la familia en forma cercana, respetuosa, con afecto y apoyo.

### **Enfoque del Programa**

Los conceptos que en el plano teórico guían el trabajo de CORIAC son los de género, masculinidad hegemónica, identidad y crisis de la masculinidad. En el plano metodológico son los de perspectiva de género, grupos de reflexión y los principios psicoeducativos.

#### **2. Capacitación en el Proyecto de Hombres Renunciando a su Violencia (PHRSV):**

El PHRSV es un modelo de intervención para trabajar con grupos de hombres que desean reflexionar sobre el ejercicio de su violencia en el hogar. Cualquier hombre interesado en los objetivos del PHRSV puede capacitarse y reproducir el modelo de CORIAC. Para ello brindamos herramientas teórico-conceptuales y prácticas para trabajar con la violencia masculina en cursos de capacitación y seguimiento.

En la capacitación se toman en cuenta los siguientes aspectos:

- El trabajo con la violencia masculina en el hogar, requiere sensibilidad y conocimiento sobre la problemática de violencia de género que viven las mujeres, las niñas y los niños, y los hombres.
- Al iniciar el trabajo sobre violencia masculina es importante iniciar un proceso de reflexión personal donde se cuestionen los propios roles de género que se han asumido, y las forma en que se demandan a la propia persona, la pareja y los demás.
- El trabajo desde la propia experiencia permite encontrar otros hombres que también se cuestionan sobre su forma de ser y relacionarse con la pareja. Por ello iniciar este proceso significa no solo relacionarse de una nueva forma con los demás, también con uno mismo.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

CORIAM ofrece capacitación en varios niveles:

*A nivel de sensibilización:*

Ofrece el manejo teórico sobre las temáticas de género, violencia de género, violencia familiar, violencia hacia las mujeres y masculinidad en talleres.

*A nivel de capacitación*

Ofrece que la persona ingrese al Modelo de Reproducción del PHRSV donde obtendrá los conocimientos teóricos acerca de la violencia masculina en el hogar, los antecedentes de los grupos de reflexión de CORIAM y las herramientas para el manejo de grupos. Y los más importante: se capacitará en el manejo de todas las herramientas del PHRSV. Además, ofrece seguimiento y retroalimentación continua de CORIAM, así como invitaciones a sus diversas actividades. El objetivo general de este programa es que los hombres que participan en el grupo reconozcan que su violencia es aprendida y decidan dejar de ejercerla.

### **3. Investigación**

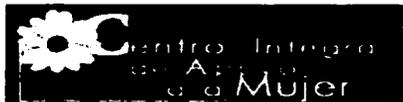
El Programa de Hombres y Violencia Doméstica realiza actualmente investigación en dos campos:

- Investigación sobre violencia masculina en el hogar con el Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias (CRIM) de la Universidad Nacional Autónoma de México y la Organización no Gubernamental Salud y Género (SALYGEN). El Proyecto se denomina "Factores asociados a la violencia de los hombres hacia las mujeres" y tiene el objetivo de concientizar al conjunto de hombres que participan en los programas de reflexión y educación de CORIAM y SALYGEN, para que identifiquen el tipo y nivel de violencia que ejercen, las razones por las que se acercan y permanecen, así como las fases por las que transcurre su proceso personal de cambio.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- Investigación con jóvenes sobre la violencia de género que, como parte de la campaña en el año 2000, se realizaron grupos focales para explorar la problemática de la violencia entre los jóvenes.

Para CORIAC las actividades de investigación son una necesidad creciente, pues el trabajo directo con hombres adultos y jóvenes requiere de una mayor reflexión sobre el tema de las masculinidades, y ello demanda la complejización teórica y de modelos de intervención. (CORIAC, 2002). Así pues CORIAC es una de las instituciones de mayor relevancia en cuanto al tratamiento del fenómeno de la violencia se refiere. Es una de las pocas instituciones que enfoca todo su plan de trabajo hacia la parte masculina de la pareja que, como ya se mencionó anteriormente, es con mayor frecuencia la parte agresora en un episodio violento.



## 2.2 SISTEMA DE CENTROS INTEGRALES DE APOYO A LA MUJER (CIAM)

El Sistema está formado por un Centro en cada una de las 16 demarcaciones territoriales del Gobierno del Distrito Federal.

### Qué son los CIAM?

Los Centros integrales de Apoyo a la Mujer (CIAM) son espacios de encuentro, formación, reflexión y participación que tienen la finalidad de promover acciones afirmativas de y para las mujeres, con la intención de impulsar el empoderamiento de las mujeres que habrá de reflejarse en el mejoramiento de sus condiciones de vida individual y colectiva, a partir de los siguientes principios:

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

El CIAM está concebido de manera flexible para permitir su adecuación a las necesidades, demandas y diferentes características de las Delegaciones y las mujeres de cada demarcación. Su trabajo se orienta hacia las mujeres de todo tipo de organización, edad, creencia religiosa y posición política.

La promoción de una cultura de No Violencia ausente de imágenes estereotipadas que denigren a las mujeres, es un pilar en el trabajo de los Centros. Es función de los Centros orientar a las mujeres para que como personas formadas e informadas, tengan la capacidad de interlocución con las instituciones, asumiendo su corresponsabilidad en el desarrollo del trabajo para mejorar su calidad de vida y promover la equidad de género.

Se concibe como fundamental el potenciar el desarrollo de la capacidad personal y colectiva de la mujer para que logre transformar su entorno familiar, social y político. Así como fomentar el conocimiento, ejercicio, protección y divulgación del marco jurídico vigente y propiciar la revisión y actualización de la legislación civil, penal, laboral, política, de seguridad social, educación, cultura y recreación, procuración y administración de justicia.

Los CIAM promueven los procesos de organización de las mujeres para la identificación de necesidades y elaboración de propuestas. Particularmente, se proponen generar mecanismos de información y sensibilización para que las mujeres participen y accedan a estructuras de representación y toma de decisiones. Estos centros proponen atraer a su espacio de trabajo los aportes de personas profesionales especializadas, Organizaciones no Gubernamentales e Instituciones Gubernamentales, para hacer confluir una red de recursos humanos y materiales que contribuya a enriquecer y complementar los esfuerzos de las mujeres de las delegaciones.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## ¿Para qué son los CIAM?

Son lugares donde se brinda APOYO a las mujeres, para impulsar la igualdad de oportunidades, a través de asesoría, orientación, talleres y reflexiones, que fomentan su desarrollo integral, participación económica y laboral, así como el ejercicio pleno de sus derechos humanos y su participación ciudadana.

Para el logro de sus objetivos los CIAM cuentan con seis áreas para instrumentar los proyectos hacia la comunidad, las cuales están integradas por personal altamente capacitado para el trabajo con mujeres:

- **Construcción de Cultura Ciudadana (CCC)**

Fomenta la participación ciudadana de las mujeres, ya sea de manera individual o colectiva, también promueve la organización de las mismas en torno a intereses comunes.

- **Desarrollo Personal y Colectivo (DPC)**

Fomenta y fortalece en las mujeres conocimientos y habilidades individuales y sociales para hacer posible su desarrollo personal y social.

- **Asesoría Jurídica y Orientación Integral (AJOI)**

Promueve el conocimiento y reconocimiento de los derechos de las mujeres a través de la asesoría y atención integral.

- **Desarrollo Económico y Trabajo (DET)**

Defiende y promueve el empleo femenino, impulsa proyectos productivos, capacitación y acceso a recursos, favoreciendo la autoorganización de las mujeres para fortalecer sus iniciativas productivas.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- **Círculo Infantil (CI)**

Apoya a las mujeres usuarias en la atención y cuidado de sus hijos e hijas mientras ellas acuden al Centro; asimismo se encarga de la difusión de los derechos de los niños y las niñas. (SCIAM, 2002)

El sistema CIAM es un programa creado por el Gobierno del Distrito Federal para el tratamiento de la Violencia Dómicista, fue fundado en 1990 y desde el inicio su volumen de casos ha ido en aumento; por ejemplo en el segundo semestre de 1993, un total de 4,055 casos fueron atendidos: de los cuales 90% eran mujeres, sus edades fluctuaban entre 21 y 40 años, 42% eran amas de casa, el cónyuge fue el agresor en el 81 % de los casos. En 1995 atendió 18 mil 646 personas, con un promedio diario de 51.08 personas, para 1996 la cifra aumentó a 19 403, con un promedio de atención diaria de 53.01 (Valdez. R., 1997)



### 2.3 **PROGRAMA INTERDISCIPLINARIO PARA LA ATENCIÓN DE LA VIOLENCIA (PIAV)**

En México, la violencia representa un serio problema de salud pública, debido a su alta incidencia. Se estima que en nuestro país más de 80 000 personas son víctima de ella al año. Se ha demostrado que la violencia produce un sin número de secuelas físicas, psicológicas y sociales que alteran el desarrollo integral de las

**TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN**

víctimas y de sus familiares. A partir de estos razonamientos y debido al compromiso que tiene la Universidad Nacional Autónoma de México de atender a través de sus funciones sustantivas, a las demandas concretas de la Sociedad, se crea en la UNAM Campus Iztacala en 1987, el **Programa Interdisciplinario para la Atención de la Violencia Sexual y los Estudios de Género** el cual contiene un amplio y comprensivo proyecto que presenta tres niveles:

a) *Investigación* – en este rubro el PIAV presenta dos líneas de investigación que hacen referencia a la **violencia sexual** y los **estudios de género**. Los objetivos del proyecto de investigación sobre Violencia Sexual son: revisar, actualizar y generar información sistemática para evaluar el estado actual de la Violencia Sexual en México, vertida en cinco subniveles: a) Teórico Conceptual, b) Epidemiológico, c) Tratamientos de Rehabilitación, d) Prevención y e) Estudios sobre Agresores Sexuales. Los objetivos del proyecto de investigación en Estudios de Género son: 1.- Acopiar información, 2.- Crear conocimientos acerca de las razones de la subordinación en las relaciones entre los géneros y 3.- Estructurar propuestas psicosociales para modificarla positivamente.

b) *Docencia* - El trabajo docente tiene objetivos fundamentales: el estudio, la reflexión y la transmisión de la problemática de la violencia sexual y las relaciones entre los géneros; así como el análisis de la transformación del área de estudio, desde múltiples enfoques disciplinarios y distintas perspectivas teórico – metodológicas, a través de un proceso de aprendizaje crítico y continuo.

c) *Servicios comunitarios* – en este rubro se integran los esfuerzos del PIAV para el control de la violencia, los cuales están dados en los siguientes rubros:

#### ✧ NIVEL ASISTENCIAL

Los objetivos centrales en el nivel de atención a la comunidad son:

1.- Proporcionar servicio psicoterapéutico integral e interdisciplinario, desde un enfoque de género, a las personas en estado de crisis emocional y las supervivientes de violencia sexual.

2.- Estructurar la oferta de atención académico-asistencial de los servicios psicoterapéuticos (PIAV – PUEG), a otras áreas de atención psicológica y a los servicios medico-legal y de servicio social de la Clínica Universitaria de Salud Integral CUSI Iztacala.

3.- Canalizar a la población que lo requiera a la red de servicios de las instituciones de atención pública con quienes se sostienen convenios

• **Atención a supervivencia de violencia sexual**

La finalidad de las terapias de apoyo para las personas víctimas de violencia sexual es que éstas resuelvan la crisis provocada por el asalto, integrándolo a su estructura de vida y facilitar su disposición para enfrentar el futuro.

Por su parte, el objetivo de la terapia especializada para agresores sexuales es que el individuo busque alternativas personales y sociales readaptativas en su vida, que le permitan una reeducación de valores, actitudes y comportamientos para sí mismo y su medio social.

A través del Programa Interdisciplinario de Atención a Personas Violadas (PIAV) se brinda:

- Atención psicoterapéutica especializada en víctimas de violencia sexual.
- Atención psicológica a familiares.
- Atención psicológica especializada a los agresores sexuales.
- Servicio de Trabajo Social
- Atención Médica.
- Asesoría Legal.

Así los principales receptores de estos servicios son las víctimas de violencia sexual que han sufrido un ataque recientemente o que en algún momento de su vida hayan sido víctimas de ataques sexuales como son: agresiones físicas y verbales de

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

contenido sexual, hostigamiento sexual, abuso sexual infantil, incesto, maltrato doméstico, tentativa de violación o violación.

▪ **Atención a personas en crisis traumática.**

Está dirigida a personas que estén viviendo o hayan vivido situaciones de crisis debidas a pérdidas, separaciones, enfermedades, resentimientos o dificultades para perdonar y se encuentra dentro de un proceso de crecimiento y desarrollo personal en el contexto de la figura de género (talleres de estudios de género, Terapia para supervivientes de violencia sexual o en proceso jurídico).

Los objetivos de esta atención psicoterapéutica son:

- 1.- Clarificar tareas, crisis y creencias que nos atrapan e impiden armonizar nuestro mundo interno con la sociedad en que vivimos.
- 2.- Valorar la comunicación con un recurso personal que favorece el desarrollo del potencial humano.
- 3.- Explorar algunos caminos para afrontar los conflictos implícitos en la ruptura de las limitaciones que impone la cultura de género.

✳ **NIVEL DE INFORMACIÓN**

Los objetivos son informar concientizar y promover el reconocimiento real del problema de la violencia sexual y la cultura de género y elevar el grado de conciencia, compromiso y participación de la ciudadanía, ante su responsabilidad de prevenir y brindar apoyo a la población en riesgo o que han sido victimizadas.

Se imparten conferencias en foros sobre Violencia Sexual y Estudios de Género.

Van dirigidas a instituciones y empresas desde el nivel preescolar hasta universidades, en clínicas, hospitales, centros escolares y empresas públicas y privadas, a grupos de familias y profesionistas de diversas disciplinas.

Se participa continuamente en eventos académicos, científicos socio-culturales entre otros, para difundir las investigaciones y servicios del Programa de Violencia Sexual y Estudios de Género.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## ✳ NIVEL DE FORMACIÓN

Este nivel esta compuesto por tres puntos esenciales:

### ▪ Cursos de formación

Los objetivos son promover y brindar conocimientos y habilidades profesionales para que beneficien y protejan a sus comunidades de Violencia Sexual, ofreciendo un servicio capacitado y sensible.

Se imparten talleres y cursos de información, capacitación sensibilización a personal de instituciones públicas y privadas, respecto a la problemática de Violencia Sexual y los Estudios de Género como:

- Manejo Terapéutico a Personas Violadas. Dirigido a Psicólogos para que en el ejercicio clínico de su profesión puedan atender de manera capaz y sensible a personas que recurran a ellos, proporcionando intervención en crisis y terapia especializada para personas que presentan síndrome post-violación o en un estado de crisis emocional por alguna situación altamente estresante.
- Sensibilización para profesionistas que están en contacto con la población. Dirigido a educadores, pedagogos, médicos, abogados, trabajadores sociales, policías judiciales, maestros, psicólogos, entre otros; para que conozcan las condiciones reales en las que se presentan los ataques así como las consecuencias y el trato que es necesario brindar a dichas personas.
- Funcionamiento de PIAV. Dirigidos a personas que deseen llevar a cabo un servicio como éste en su institución, el curso se complementa con el Manejo Terapéutico a Personas Violadas.
- Género y Desarrollo Humano. Dirigido a profesionistas interesados en el análisis de la problemática producto de la construcción social de lo masculino y lo femenino, así como en la construcción de estrategias alternativas para transformarlas positivamente en beneficio del desarrollo humano de ambos géneros.

#### ▪ **Talleres preventivos**

Los objetivos son que a partir de la aplicación o impartición de los talleres preventivos, las personas que lo reciben pueden reconocer y manejar exitosamente situaciones potenciales de Violencia Sexual (abuso sexual al menor, incesto, hostigamiento sexual y violación entre otras).

Aumentan las habilidades de la población para prevenir y reducir los índices de violencia sexual a corto, mediano y largo plazo en México.

Brindar a la población asistente la oportunidad de hablar y contar situaciones de violencia sexual que hayan vivido o estén viviendo y pedir ayuda.

Se imparten dichos Talleres para la Prevención de la Violencia Sexual a través de técnicas de dinámica y apoyos audiovisuales.

Dirigidos a niños, adolescentes y adultos a nivel institucional o particular, desde preescolar hasta universidades, en el Sector Salud, a grupos de familias y profesionistas de diversas áreas (educadoras, médicos, pedagogos, maestros, etc.)

#### ▪ **Talleres de crecimiento personal**

Los objetivos son desarrollar habilidades en los participantes para mejorar sus relaciones interpersonales, logrando un crecimiento personal al explorar y explotar su potencial humano. Se imparten talleres de crecimiento personal como: Autoestima, Desarrollo de la Personalidad Femenina, Asertividad, Comunicación y Manejo de Conflictos, así como Talleres de Relaciones Humanas. Dirigido a diversas poblaciones interesadas en desarrollar su potencial humano (mayores de 15 años). (PIAV, 2002)

En el siguiente apartado se presenta una revisión de los elementos esenciales de la Programación Neurolingüística para así introducir paulatinamente al lector al desarrollo de la propuesta de intervención para el control de la violencia que se presenta en este escrito tomando como referencia a la PNL.

### CAPITULO III

## Fundamentos básicos de la Programación Neurolingüística (PNL)

#### Fundamentos básicos

- Presuposiciones



- Estructuras



- Modelos



- Técnicas

Programación  
Neurolingüística  
(PNL)

#### ¿Qué es la PNL?

- Es la ciencia de cómo el cerebro funciona.
- El lenguaje de los procesos neurobiológicos y sus efectos.



#### Definición

**Neuro:** toda conducta es resultado de procesos neurológicos.

**Lingüística:** representación de los procesos neurológicos a través del lenguaje.

**Programación:** procesos de organización de información orientados a obtener resultados específicos



## CAPITULO III FUNDAMENTOS BÁSICOS DE LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA (PNL)

---

*Si deseas que cambie tu vida, cambia tu primero.  
cualquier cambio que hagas en el exterior procederá de  
tu interior. . .*

En este apartado se trabaja acerca de la historia y el desarrollo de la PNL, inicialmente se exponen algunas conceptualizaciones básicas sobre ella, su historia y algunas figuras notables dentro del mundo de la PNL que contribuyeron en gran medida a el surgimiento de la misma, para así finalizar con las estructuras, modelos y técnicas más utilizados en la metodología de la Programación Neurolingüística.

### 3.1 ¿QUÉ ES LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA?

Al conversar con las personas allegadas a mi, acerca del desarrollo de este proyecto, la mayoría de ellos, me cuestiona sobre que es o a que se refiere la PNL, muchos de ellos, suponen que se trata de una nueva técnica para compensar las deficiencias que los niños con necesidades educativas especiales puedan presentar en el ámbito de la adquisición del lenguaje, dando a la programación Neurolingüística propiedades erróneas, o simplemente desconocen por completo sobre el tema; es por ello que para mi es de gran importancia dar a conocer lo que realmente es, hace y como se aplica esta nueva tecnología.

Mucho hemos oído de la nueva moda de la Programación Neurolingüística pero en realidad son pocos quienes la conocen a fondo o más aún que la han

aplicado en sus vidas. La PNL estudia todo lo que sucede cuando pensamos ya que nuestros pensamientos tienen consecuencias mayores en nuestro entorno de las que conscientemente nos percatamos. En la manera en que mejoramos nuestra manera de pensar, aprendemos a comunicarnos mejor, a planear mejor y a lograr más generando mayores éxitos en nuestra vida. Los conceptos de la PNL así como su práctica es muy sencilla, y así se pueden lograr resultados sorprendentes.

La Programación Neurolingüística es un conjunto de poderosas técnicas diseñadas para producir en la persona cambios permanentes a corto plazo. La PNL es una disciplina de vanguardia que ofrece fórmulas prácticas para hacer cambios que se aplican de inmediato a cada persona con resultados que perduran toda la vida. Es un modelo revolucionario de cómo la gente aprende piensa, se comunica y cambia. Sintetiza los más recientes avances de neuro-psicología, lingüística, cibernética y ciencias computacionales.

El objetivo principal de la PNL es ayudar a las personas a desenvolverse mejor en todo lo que hacen, se concentra en el rendimientos basándose en una serie de principios, algunos de los cuales son:

- Una buena actuación se puede modelar (analizar) y transferir de una persona a otra.
- Un alto rendimiento requiere el desarrollo de ciertas habilidades, pero también el desarrollo del correspondiente estado físico y mental.
- Los estados físico y mental se pueden descomponer en pequeños y diferentes elementos, y modificarse para alcanzar los estados deseados. (Harris, C. 1998)

### 3.1.1 Definición

La PNL es una disciplina que se ocupa de la estructura de la experiencia subjetiva; no aspira a ser una teoría, sino que posee el carácter de un modelo, esto es, consiste en una serie de procedimientos cuyo valor ha de medirse por su utilidad y no por su verdad. (Grinder, 1980; citado en Zambrano 2000)

Debido a esta naturaleza, cada persona percibe diferentes cosas en la PNL y se benefician de distintas maneras. Las definiciones son por lo tanto numerosas y variadas, y pueden incluir lo siguiente (Harris, C., 1998):

- ❖ Una guía para la mente
- ❖ Software para el cerebro
- ❖ Una nueva ciencia de realización
- ❖ El estudio de la excelencia humana
- ❖ Una manual para el uso estructurado de la creatividad, etc.

La PNL es un marco de referencia sistemático para dirigir nuestro propio cerebro. No es magia. Enseña cómo manejar nuestros estados y comportamientos y los de los demás, nos ayuda a mejorar nuestra comunicación con otras personas, y más importante aun, con nosotros mismos. El nombre de Programación Neurolingüística, intenta definir la estructura de los procesos cognitivos del cerebro humano y su influencia en el comportamiento, de la siguiente manera:

“*Neuro*” representa la tesis de que todo comportamiento es el resultado de procesos neurofisiológicos. “*Lingüística*” alude a que a través del lenguaje y los sistemas de comunicación, los procesos nerviosos son representados, ordenados y secuenciados en forma de modelos. “*Programación*” hace referencia al proceso de organización de los componentes del sistema (representaciones sensoriales) con el fin de obtener resultados específicos.

Para decirlo de un modo simple, la PNL ayuda a las personas a identificar su estado actual (como piensan y sienten, que hacen y que resultados consiguen), a considerar sus deseos (lo que verdaderamente les gustaría en lugar de lo que tienen), y luego a desplazarse de un lugar a otro.

### **3.1.2 Características**

La PNL tiene unas características muy específicas, que quizá podamos hallar en otras disciplinas, pero la combinación de todas ellas es lo que hace la singularidad de este modelo:

✓ **Se basa en un enfoque holístico**

La PNL considera que todas las partes de una persona están relacionadas entre sí y que los cambios de una parte se reflejan en todas las demás. Este punto de vista supone que se tienen en cuenta las consecuencias totales de cualquier proceso de cambio.

✓ **Trabaja con micro detalles**

En contraste con su punto de vista holístico, la PNL se ocupa a menudo de los pequeños detalles. Un ejemplo de esto es la forma en que trabaja con elementos específicos de los procesos ideativos, tal como la forma en que las personas visualizan y utilizan el diálogo interno.

✓ **Se basa en la competencia y en la formación de modelos**

La PNL se ocupa de las habilidades y capacidades individuales, siendo su base el <<modelado de las personas efectivas>>, tratando de descubrir precisamente cuales son los elementos de sus actuaciones que contribuyen al éxito y luego enseñar a otros a actuar de manera similar.

✓ **Se centra en los procesos mentales**

Aunque gran parte de la PNL se refiere a la conducta, también se ocupa en gran medida de cómo los pensamientos influyen en el rendimiento de las personas, la PNL ofrece formas para modificar los patrones mentales y ayuda a modificarlos con el fin de que sea posible mejorar la vida de las personas.

✓ **Utiliza patrones de lenguaje específicos**

La utilización de patrones específicos de lenguaje proporciona técnicas sólidas para relacionarse con otras personas y producir cambios.

✓ **Trabaja con la mente consciente e inconsciente**

El término "inconsciente" se aplica por lo general a estados de sueño, la anestesia o el desmayo, pero también se puede emplear para nombrar estados que están fuera de la conciencia, por ejemplo el tener un hábito del cual la persona no es consciente o reaccionar ante algo de una manera automática sin tener conciencia del motivo por el cual sucede (Fonseca, C. 2001)

Reconocer la influencia que tienen los procesos inconscientes en el diario comportamiento del hombre, representa un punto trascendental para la PNL, ya que si bien ésta también es aplicable a los estados conscientes, es considerablemente más efectiva al integrar ambos estados (conscientes e inconscientes) y sus respectivos procesos a la aplicación de este modelo.

✓ **Sus procesos y resultados son rápidos**

Esta es una de las más importantes características de la PNL, que se pueden llevar a cabo en cuestión de minutos y observar resultados exitosos de ello. Esto esta en contradicción con muchos enfoques tradicionales de psicoterapia que sostienen que para modificar ciertas conductas son necesarios los tratamientos de larga duración.

✓ **Tiene un enfoque neutral**

La PNL es un instrumento y no una receta. La forma en que se utiliza depende por completo del terapeuta y del cliente. Existen muchas formas de utilizar la PNL, tantas como las personas que trabajan con ella.

✓ **Es respetuosa**

Algo interesante en la PNL es que uno de sus principios supone el respeto por los demás, teniendo en cuenta así lo que en PNL se denomina como *ecología* que implica prestar atención a las necesidades y deseos de la persona con que se trabaja y tener en cuenta su punto de vista y situación, así como las propias ideas acerca de lo que es deseable para una situación dada.

### **3.2 HISTORIA DE LA PNL**

La PNL surge en la Universidad de Santa Cruz, California en Estados Unidos en 1974 y, como podemos observar, hoy en día presenta gran fuerza a nivel internacional, por sus novedosos métodos y extraordinarios resultados. Durante este año Richard Bandler, estudiante de psicología; y John Grinder, doctor en lingüística, comenzaron a investigar algunos patrones que seguían las personas de excelencia, enfocándose en tres grandes personajes, (los cuales se estudiarán a detalle en un apartado posterior) que hicieron aportaciones de gran importancia, continuando su vigencia a la fecha.

Gracias a las investigaciones realizadas por estos dos personajes, nació la PNL ya que, tras una observación de las intervenciones terapéuticas de Virginia Satir, Fritz Perls y Milton Erickson, comprobaron que la clave de su éxito residía en el empleo de unos procedimientos y patrones de comunicación específicos. Basados en dichas estrategias Bandler y Grinder elaboraron un sistema cuya

eficacia ha podido corroborarse a lo largo de estos años y lo denominaron como Programación Neurolingüística o PNL (De la Parra, 2002)

Inicialmente Bandler y Grinder no tenían intención alguna de fundamentar una nueva escuela terapéutica, simplemente deseaban identificar los patrones empleados por los mejores terapeutas y divulgarlos, por lo que no adentraron sus investigaciones en las teorías ni técnicas que cada uno de los modelos propone, solamente se enfocaron en los patrones de ejecución empleados para así poder depurarlos, practicarlos y enseñarlos.

Así pues, los descubrimientos iniciales de Bandler y Grinder fueron escritos en cuatro libros que fueron publicados entre 1975 y 1977 (Estructura de la Magia Vols. 1 y 2; Patrones Vols. 1 y 2) y desde entonces la bibliografía acerca de la PNL ha ido en aumento. (O'Connor y Seymour, 1995). A partir de esto la PNL comenzó a desarrollarse en dos grandes áreas:

- a) Como un proceso para descubrir los patrones necesarios para sobresalir en cualquier campo, y
- b) Como formas efectivas de pensar y de comunicarse y, que de alguna forma, son utilizadas por las personas sobresalientes.

De esta manera los fundadores comenzaron a difundir este modelo, mediante la realización de seminarios por todo E. U., obteniendo gran éxito y permitiendo a la programación ganar adeptos y crecer rápidamente, a tal grado que hoy en día podemos ver cursos, seminarios y asociaciones que tienen como temática central a la PNL en la mayor parte del mundo, incluyendo países como Francia, Alemania, Centroamérica, Suiza e Inglaterra; y, debido a la gran flexibilidad que presenta la programación como característica propia, es posible generar nuevas ideas y

aportaciones a la misma, adaptándola a las necesidades y características propias de la comunidad a la que es aplicada.

### **3.3 PERSONAS QUE CONTRIBUYERON AL SURGIMIENTO DE LA PNL**

A continuación se enumeran algunas de las personas que fueron de gran importancia en la aparición de la Programación Neurolingüística, haciendo hincapié en que no son los únicos que han realizado aportaciones de trascendencia para su establecimiento, ya que existen muchos más que por cuestiones de espacio no han sido mencionados, y que también merecen el reconocimiento por ello.

#### **3.1.1 Richard Bandler y John Grinder**

Como ya se ha mencionado, estos dos hombres son considerados los padres de la Programación Neurolingüística. Muchas de las ideas y principios de la PNL provienen o están basados en las ideas y escritos de estos autores.

#### **3.1.2 Noam Chomsky**

Chomsky era un profesor de lingüística cuyo trabajo fue fundamental para el desarrollo de la PNL. Su trabajo sobre la semántica general fue la base sobre la cual se estableció el modelo de transformación del lenguaje, con sus conceptos de estructura profunda y estructura superficial, los cuales están presentes en la aproximación de la PNL para lograr precisión en el lenguaje.

#### **3.1.3 Gregory Batelson**

Batelson fue un antropólogo y autor británico que tuvo gran influencia en algunos de los defensores de la PNL. Batelson afirmaba que las personas deberían actuar y pensar sistémicamente, permitiendo que los procesos inconscientes y

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

conscientes den forma a sus decisiones y desarrollando una congruencia en las diferentes partes de la mente, este pensamiento sistémico ha sido una parte vital del trabajo de la PNL.

#### 3.1.4 Albert Ellis

Un psicoterapeuta, escritor y conferencista que influyo enormemente a los que trabajan con PNL, especialmente con Dilts y DeLozier. Ellis afirmaba que la terapia tradicional era demasiado prolongada y desarrolló un método más activo, la Terapia Racional Emotiva (TRE).

#### 3.1.5 Virginia Satir

Satir fue una de las primeras y más conocidas personas cuyo método de trabajo fue un modelo para el análisis y desarrollo de muchos principios de la PNL. Era una trabajadora social, interesada especialmente en los sistemas familiares y desarrolló un método para la terapia familiar al que denominó "Terapia familiar Conjunta".

Uno de los métodos de Virginia Satir fue denominado <<representación de las partes>> en la que se suponía que los clientes representarían las características de las diferentes facetas de la personalidad. Un modelo que se asocia con ella es su análisis de cinco diferentes patrones de comunicación (conocidos como *categorias Satir*), que ella denominó como acusador, conciliador, perturbador, ordenador y nivelador, y cada uno de ellos posee posturas y modos de comunicación característicos; estos modelos fueron publicados en su libro *Peoplemaking* publicado en 1972 (Harris, 1998)

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Virginia Satir era muy innovadora en sus métodos y utilizaba juegos y ejercicios, audio, video, cámara de Gessel y demostraciones; métodos que desde entonces han sido de uso cotidiano, pero que en su época eran técnicas muy innovadoras. Se dice que hasta los diez años era sorda, de modo que, como Erikson, con una minusvalía sensorial desarrolló su capacidad de observación hasta niveles extraordinarios. Virginia Satir murió en 1988.

### 3.1.6 Milton Erickson

Milton Erickson, médico psiquiatra que también forma parte del trío de modelos notables a imitar de la PNL, nació en 1901 en Aurun, Nevada. Era disléxico, daltónico, carecía del oído musical y padecía una arritmia cardíaca. No aprendió a hablar hasta los cuatro años, y a causa de su forma de respirar y de su audición poseía un tono de voz poco común. Sufrió dos ataques de polio, el primero cuando tenía 17 años y el segundo cuando tenía 51, aunque se recuperó casi completamente de la parálisis total que le produjo el primer ataque, el segundo lo dejó gravemente paralizado y con frecuentes dolores que aliviaba con ejercicios diarios de hipnosis.

Erickson fue un personaje muy ilustre dado que realizó trabajos de importancia como director de investigación y formación psiquiátrica en el hospital de enfermería en Michigan, para posteriormente ser presidente fundador de la Sociedad Americana de Hipnosis Clínica y editor del Diario Americano de Hipnosis Clínica. Sin embargo esta fama se acrecentó en gran medida en los últimos años de su vida, ya que fue públicamente reconocido por su trabajo con la hipnosis.

Erikson proporciono gran parte de lo que se conoce hoy como **modelo Milton** en PNL, realizó un uso particular de los patrones de lenguaje indirectos y las

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

formas para conseguir un buen vínculo con sus pacientes. Erickson murió en marzo de 1980.

### **3.1.7 Fritz (Frederick) Perls**

Al igual que Satir y Erickson, Perls fue otro de los modelos de importancia para la creación de la PNL. Es conocido como el fundador de la Terapia Gestalt, aunque existen más personas involucradas en su fundación. La escuela psicológica de la Gestalt data de 1912 siendo Fritz Perls quien la introduce al terreno terapéutico, la palabra Gestalt se refiere a un patrón de partes que forman un conjunto y esta postura indica que no es suficiente el estudio de las partes para llegar a la comprensión y que se debe tomar en cuenta el conjunto.

Nacido en Berlín en 1893, Perls realizó un doctorado en Psicología, rechazando las ideas psicoanalíticas, ya que el establecía que el presente era más importante que el pasado. A menudo Perls animaba a sus pacientes a analizar sus respuestas emocionales a través de procesos que incluían situaciones difíciles, mediante las cuales una persona podía intercambiar modelos desplazándose a un asiento diferente desde el que podía representar un papel diferente. (Zambrano, 2000)

Así Fritz Perls, fue fundador de diversos institutos con la Gestalt como enfoque terapéutico principal, tal es el caso del Instituto de Nueva York para la Terapia Gestaltica en 1952, y el Instituto Gestalt de la Columbia Británica en 1969. Perls falleció en 1970.

## **3.4 POSTULADOS BÁSICOS**

A continuación se expone una revisión de los postulados básicos de la PNL, con la finalidad de establecer una visión más amplia de lo que es la programación, que herramientas usa y cuales son las técnicas básicas a usarse tomando como objetivo principal el producir cambios que beneficien la ejecución de la persona en todos los ámbitos de su vida.

#### **3.4.1 Presuposiciones**

Otra de las características importantes de la PNL son sus presuposiciones, las cuales hacen alusión a afirmaciones que no necesariamente son verdaderas pero se emplean como presunciones que influyen en gran medida la conducta y las respuestas de quien utiliza la PNL:

- ✓ **La experiencia tiene una estructura.** Existen patrones para la forma en que reflexionamos/organizamos nuestra experiencia, y si cambiamos dichos patrones, nuestra experiencia también se modifica.
- ✓ **El mapa no es el territorio.** Para la PNL las percepciones de las personas son muy subjetivas, lo que se percibe es selectivo y no necesariamente verdadero. Cada persona ve lo que, según su experiencia, le permite ver en una misma situación.
- ✓ **El cuerpo y la mente son un solo sistema.** Todas las acciones de nuestra mente y nuestro cuerpo están relacionadas, es decir que si pensamos en un estímulo o experiencia positiva, esta tendrá efectos visibles en nuestra fisonomía corporal.
- ✓ **Si algo es posible para una persona, lo es también para todas las demás.** Esta presuposición se refiere a que todas las personas poseemos el mismo potencial para realizar cualquier actividad, considerando que para

algunas de ellas es necesaria una rigurosa preparación, o un proceso de aprendizaje para poder conseguir las.

- ✓ **Todas las personas poseen los recursos que necesitan.** Todos poseemos en nuestro interior un gran cúmulo de habilidades y atributos que, bajo las condiciones ideales podemos ejecutar.
- ✓ **No existen los errores, solamente se obtienen retroalimentaciones de nuestra ejecución.** Si al realizar una acción cualquiera, no se obtienen los resultados esperados, esto se puede utilizar como una información útil que sirve como base para ejecuciones similares posteriores.
- ✓ **Si lo que se hace no funciona, existe la posibilidad de ejecutar otro método.** La flexibilidad es un punto clave dentro del modelo de la PNL para lograr la efectividad de nuestros actos, ya que si se modifica la forma de realizar las cosas en una situación en la que no obtuvimos resultados deseables, consecutivamente cambiarán los resultados que obtengamos.
- ✓ **Las decisiones tomadas ante una situación, son las más indicadas para ese momento.** Aunque sin duda al mirar atrás existen situaciones en las que hubiéramos querido actuar de otra forma a la que se eligió, las decisiones que se toman en ese momento son siempre acertadas ya que se basan en las mejores conjeturas del momento.
- ✓ **Cada una de nuestras conductas tiene una intención positiva.** Incluso la conducta más negativa se realiza con un propósito positivo. Esta es una presuposición de gran utilidad cuando se trata de entender el proceder del otro, analizar sus necesidades reales y, posiblemente encontrar alternativas.

- ✓ **El significado de la comunicación es la respuesta que arroja.** La vivencia del receptor es la que va a determinar la efectividad de una interacción y no la intención del emisor.
  
- ✓ **No puedes no comunicarte.** Como es bien sabido el transmitir información implica la utilización de palabras, calidad de voz entonación (elementos verbales) posturas, gestos, expresiones, etc. (elementos no verbales). Estos últimos son de mayor preponderancia en el proceso comunicativo y, aunque los elementos verbales no se manifiesten, aquellos no dejan de aparecer en todo momento, lo que nos permite comunicarnos en cualquier momento sin la utilización de los elementos verbales.

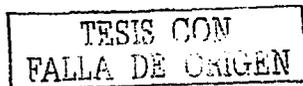
Lo valioso de cada una de las presuposiciones es que capacitan a las personas para que amplíen sus puntos de vista y puedan percibir oportunidades y beneficios en las situaciones por las que pasan, ya que al actuar *como si* las presuposiciones fueran verdaderas, es sorprendente los que se puede conseguir (Harris, 1998)

Una vez detalladas cada una de las presuposiciones de la PNL, a continuación se hace referencia a las estructuras, modelos y técnicas propias de la programación. Las estructuras y los modelos no son explicaciones completas de la realidad pero actúan como útiles guías para conocer como funcionan las personas. Las técnicas no se pueden utilizar aisladamente; pueden ser útiles, pero debe tomarse en cuenta el contexto de la persona y, en conjunto, la situación.

### 3.4.2 Estructuras

#### ORDEN EXPERIENCIAL

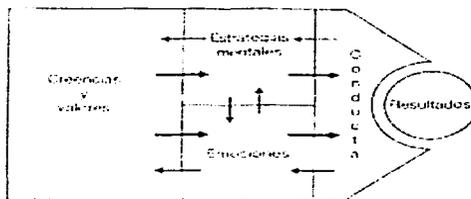
El orden experiencial fue desarrollado en 1987, con la finalidad de intervenir directamente en el área de creencias, y básicamente posee dos aplicaciones básicas:



el cambio personal y modelado; y el perfeccionamiento del rendimiento, utilizando como áreas de inmersión los resultados, las conductas, las estrategias mentales, las emociones y las creencias que una persona posee y que influyen para su desempeño en situaciones cotidianas. Cada uno de estos elementos se relaciona con los demás, de modo que cualquier cambio en alguno afecta directamente en los otros. (Mohl, A. 1998)

El siguiente diagrama ilustra estas relaciones y el grado de influencia que posee uno sobre el otro, (ilustrado con el tamaño relativo de las flechas y su dirección). Para entender a que hacemos referencia cuando se habla de orden experiencial, se utiliza el siguiente ejemplo, dos individuos que laboren en la misma empresa, bajo condiciones de trabajo idénticas pueden tener patrones de pensamiento totalmente diferentes sobre el mismo evento, conductas, sentimientos y aspirar a objetivos diferentes; esta concepción estará influenciada en sobremanera por las experiencias y concepciones propias del individuo. Así pues esta estructura ilustra como es que una persona obtiene resultados determinados en un área en particular, haciendo énfasis en que estos resultados están influenciados en gran medida por la concepción individual de la persona.

1



<sup>1</sup> Ilustración 1: Orden Experiencial Tomado de Harris, C. (1998)

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

### NIVELES LÓGICOS

Este es un enfoque de la PNL, cuyo objetivo es la coherencia personal, ya que un individuo es más eficiente si todas sus partes cooperan entre sí y trabajan al unísono para lograr algún objetivo. Postulado inicialmente por Robert Dilts, los niveles lógicos se plantean como una jerarquía de seis niveles que muestran un marco de referencia para determinar el lugar exacto en donde se encuentra un problema (Valadez, S., 2003) , los niveles lógicos en orden progresivo son:

- *Entorno*: donde y cuando suceden las cosas, así como los obstáculos y oportunidades que se le presentan al sujeto.
- *Conducta* : lo que hace una persona ante una situación específica, acciones y reacciones.
- *Capacidad*: como actúa una persona, es decir, que habilidades o estrategias emplea al comportarse.
- *Creencias* : el por que una persona hace una determinada cosa y que es lo que le parece agradable o desagradable
- *Identidad* : quien cree ser una persona, es decir el sentido de sí mismo y de la misión personal.
- *Espiritualidad* : las razones por las que una persona hace algo, incluyendo familia y comunidad, es decir en este rubro se encuentra lo que esta más allá de si mismo.

### LÍNEAS DEL TIEMPO

Esta estructura hace referencia a como las personas se perciben a si mismas en relación con el tiempo. Esta teoría incluye el concepto de que las personas

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

reorganizan el tiempo de diferentes modos y reaccionan frente al tiempo de distintos modos. Para ilustrar esto Harris (1998) utiliza el siguiente ejemplo:

"Es posible imaginar una línea en el suelo, uno de los extremos representa el futuro y el otro el pasado, el tiempo presente se encuentra en algún lugar entre ambos. Así nos es posible pararse sobre la línea en el punto que corresponde al tiempo presente y poder mirar hacia el futuro e imaginar como podría ser, y del mismo modo ver hacia el pasado y visualizarse como actuaba uno entonces. Con esta visualización es posible aclarar los propios sentimientos sobre ciertos sucesos y situaciones". (Pp. 82)

El concepto de líneas del tiempo, es realmente una forma metafórica de trabajar con este concepto que supone un método excelente para analizar diversos asuntos, conseguir diferentes perspectivas y desarrollar un mayor control personal.

### 3.4.3 Modelos

Un modelo se puede definir como una representación de un sistema o un proceso que muestra las partes que lo componen y la forma en que se relacionan entre sí. <<Modelar>> es un término muy utilizado en PNL y probablemente la descripción más común de él es la de un proceso por el cual alguien analiza o copia (o ambos) la forma de ser de otra persona, sus patrones de conducta, pensamiento o reacción.

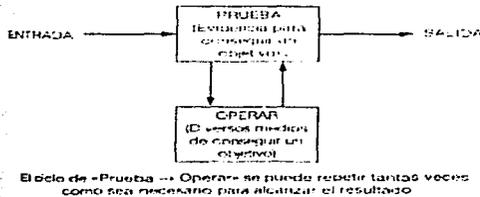
#### TOTE

Este modelo muestra un mecanismo de información que se puede utilizar como ayuda para resolver problemas, fomentar la creatividad y el desarrollo, utilizando tres elementos básicos: T = Prueba, O = Operar, T = Prueba y E = Salir.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Este proceso supone un objetivo o resultado, y diversas formas de conseguirlo, mediante la aplicación de diversas opciones. El TOTE ayuda a evaluar lo que las personas hacen permitiéndoles más flexibilidad con el fin de conseguir mejores resultados. El siguiente diagrama ilustra este modelo.

2



#### ROLE

Ayuda a identificar como piensan las personas y consecuentemente como se comportan, para ello considera cuatro factores:

- *Sistemas de representación.* Canal sensorial más utilizado.
- *Orientación.* Hace referencia a la orientación externa o interna que la persona presente.
- *Conexión.* Como se establece la secuencia entre los pasos de la estrategia a seguir.
- *Efecto.* Cual es el resultado que la aplicación de la estrategia originó.

Al considerar cada uno de estos elementos es posible configurar la estrategia de pensamiento de una persona para mejorar la creatividad y efectividad.

#### SCORE

<sup>2</sup> Ilustración 2 TOTE: tomado de Hamis, C. (1998)

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Se ocupa de resolver creativamente los problemas y toma en cuenta cinco elementos que se relacionan entre si y se pueden evaluar y gestionar de diferentes modos para alcanzar soluciones:

- S = síntomas ( las condiciones más evidentes que un problema acarrea en la persona)
- C = causas ( los elementos responsables de la aparición y el mantenimiento de lo síntomas)
- O = resultados ( estados u objetivos deseados que ocupan el lugar de los síntomas)
- R = recursos (elementos responsables de transformar las causas y síntomas y de crear y mantener los resultados o efectos)
- E = efectos ( resultados derivados de la consecución de los objetivos planteados)

#### MODELOS DE LENGUAJE

En PNL se utilizan básicamente dos modelos de lenguaje con características propias:

##### ❖ Meta modelo

El meta modelo tiene como principal objetivo el recuperar la información que se pierda al conversar , ya que cuando se esta hablando sobre una situación específica, se presenta la acción de tres filtros que nos hacen omitir cierta información, filtros que a continuación se describen:

- a) Eliminación – este ocurre cuando la información que se da no es completa, es decir se omiten ciertos detalles, un ejemplo claro de esto es el decir <<es que no me comprende>> en esta oración se esta aplicando el filtro de la eliminación al omitir al sujeto de la acción.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- b) **Generalización** - este filtro hace referencia a que, debido a posibles experiencias pasadas, se conforma una concepción totalitaria y absoluta sobre algo específico, por ejemplo en el predicado <<todos los hombres son iguales>>
- c) **Distorsión** - como su nombre lo indica este filtro modifica el contenido de la vivencia, exagerando o cambiando en su totalidad lo que realmente paso.

Además de rescatar y complementar la información que se nos esta proporcionando por un paciente el meta modelo cuestiona acerca de la veracidad de tales concepciones, con la finalidad de que sea el propio cliente quien se vuelva consciente sobre la posibilidad de que no siempre nuestra interpretación es del todo correcta. A continuación un ejemplo de la aplicación del meta modelo:

**Afirmación:** todos tienen problemas para hablar en público

**Pregunta del meta modelo:** ¿Absolutamente Todos?

**Objetivo:** demostrar que la afirmación es una generalización y permitir que la persona que la ha dicho puede volver a pensar en ello.

❖ **Modelo Milton**

El modelo Milton también se ocupa del lenguaje, y básicamente es la parte contraria del Meta modelo ya que mientras este se centra en la precisión y en la claridad, el modelo Milton se interesa en el lenguaje general e indirecto para ejercer influencia sobre la persona. En este caso podemos cuestionarnos acerca de la cabida de este modelo que es un antagonístico del primer modelo, ya que nos hace reflexionar acerca de su función o veracidad.

El punto central del modelo Milton estriba en que hay ocasiones en que no ser específico permite el uso de la imaginación que conduce al pensamiento creativo y permite acceder a la mente inconsciente y desde ahí influenciar el actuar de un individuo. (Valadez, S., 2003)

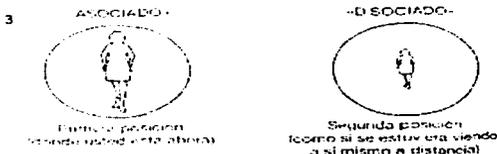
TESIS CON  
 FALLA DE URGEN

### 3.4.4 Técnicas

Ahora nos ocuparemos de algunas de las técnicas más utilizadas en la PNL, con el fin primordial de promover cambios benéficos para el individuo.

#### POSICIONES PERCEPTUALES

A menudo las personas exclaman <<si yo estuviera en su lugar yo no actuaría así>>. En PNL eso es posible utilizando esta técnica la cual nos permite analizar una situación desde el punto de vista del otro participante, tomando en cuenta la percepción que yo poseo de esa misma situación. Es decir, si una persona se encuentra en *primera posición* esta muy apegada a su propia percepción de las cosas y experimenta sensaciones muy intensas. En contraste si una persona se encuentra en *segunda posición* es capaz de estar separado de la escena y verse a sí mismo desde una perspectiva diferente. En PNL el estar en primera persona se le denomina estar asociado al evento, y el estar en segunda posición se le llama estar disociado, tal y como ilustra el siguiente diagrama:



#### ANCLAJE

El anclaje supone asociar un estímulo disparador a una respuesta, de modo que, por ejemplo al tocar el hombro de una persona se pueda lograr que en un futuro se sienta bien cada vez que se le toca de esta forma. Los anclajes pueden utilizar

<sup>1</sup> Ilustración 3 Posiciones perceptuales: tomado de Harris, C. (1985)

estímulos disparadores diversos, como son un sonido, un movimiento, una imagen, los cuales deben ser significativos e individuales para cada persona. Esta técnica presenta gran utilidad cuando se desea permanecer en un estado emocional positivo y son constantemente empleados en situaciones terapéuticas.

#### SISTEMAS REPRESENTATIVOS Y SUS SUB - MODALIDADES

Este termino hace referencia a los canales por los cuales recibimos información, o percibimos el mundo que nos rodea, esto es nuestros canales sensoriales o sentidos mediante los cuales conocemos cada elemento del contexto en el que vivimos. Cada uno de nuestros sentidos posee sub-modalidades específicas que nos permiten acceder a los detalles de cada elemento de nuestro entorno, así las sub-modalidades para nuestro canal visual, serian la luminosidad, distancia, color, movimiento, tamaño, etc.

De manera que cada uno de nuestros sentidos posee sus subdivisiones, y la PNL utiliza cada uno de ellos para que al manipularlos se puedan establecer diferencias significativas en la interpretación de las situaciones vividas por el paciente, produciendo así efectos en términos de conducta.

#### PREFERENCIAS SENSORIALES

Como detalle en el apartado anterior cada persona posee canales sensoriales por los que recibe la información de su entorno, sin embargo cada uno de nosotros posee un canal preferencial el cual se utiliza con más frecuencia y por lo tanto es más especializado que los otros. Esto no implica que los otros canales dejen de funcionar, simplemente este canal preferencial (que puede ser el visual, el auditivo o el kinestesico dependiendo de cada individuo,) es más agudo.

#### CLAVES DE ACCESO OCULAR

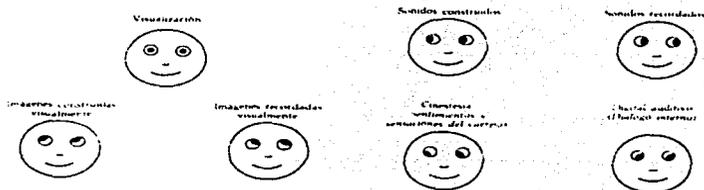
La programación Neurolingüística establece que todas las personas poseen una predisposición para mover los ojos en direcciones diferentes de forma

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

sistemática de acuerdo con lo que se está pensando. Estos movimientos se denominan como pistas o claves de acceso ocular por que son señales que nos dejan ver como accede la gente a la información. Hay una conexión neurológica innata entre los movimientos del ojo y los sistemas representativos, los cuales se presentan en la mayoría de las personas (O'Connor, S., 1995).

Estos movimientos que se realizan mientras pensamos son totalmente inconscientes, y cada uno de ellos corresponde a una acción específica, para ilustrar esto observemos el siguiente diagrama:

4



### EMPATÍA

Esta técnica permite a las personas establecer y mantener buenas relaciones interpersonales, consiste en reproducir los estados de ánimo de otra persona para experimentar en cierto grado lo que está pasando en el otro y así al estar los dos dentro del mismo canal sensorial y bajo las mismas condiciones emocionales se produce un estado empático entre ambos.

### TRASLADARSE AL FUTURO / GENERACIÓN DE UNA NUEVA CONDUCTA

Este es un proceso por medio del cual una persona se imagina en un futuro realizando acciones específicas, con la finalidad de observar cuales serian sus

\* Ilustración 4 Claves de acceso Ocular: tomado de O'Connor (1995)

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

posibles resultados. Esta técnica es muy útil en las relaciones terapéuticas, ya que permiten al paciente poner en práctica todas las posibles opciones de solución de problemas o generación de alternativas.

Hasta aquí hemos revisado los elementos básicos de la Programación Neurolingüística, así como su historia. Las personas que de algún modo fueron de gran relevancia para su creación y algunas de las técnicas más utilizadas en ámbito terapéutico. Tomando en cuenta todos estos elementos y las características específicas del fenómeno de la violencia, en el siguiente capítulo se presenta una propuesta de intervención para controlar la violencia intra familiar desde el punto de vista de la PNL.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## CAPITULO IV

### Propuesta de intervención para el control de la violencia desde el modelo de la (PNL)

**Control de las emociones e identificación de estrategias**

El control de las emociones y la identificación de estrategias, en un primer momento, presenta una gran dificultad en la discriminación de los puntos críticos ya que frecuentemente un desequilibrio en estos desordenada episodios de crisis.



Áreas de incidencia del proceso terapéutico



**TESIS CON FALLA DE ORIGEN**

**La comunicación de los sentidos**

En segundo momento de intervención, se propone una comunicación efectiva y un fortalecimiento de las capacidades críticas.




## CAPITULO IV PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA EL CONTROL DE LA VIOLENCIA DESDE LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

---

*Existe al menos un rincón en el universo  
que con toda seguridad puedes mejorar, y ese  
eres tu mismo. . .*

*©John Grinder*

En este capítulo se retoman los puntos revisados con anterioridad, los cuales hacen referencia a las causas de la violencia intrafamiliar, así como los conceptos básicos de la PNL, ya que a partir de estos a continuación se elabora una propuesta de intervención para el control de este fenómeno.

Dentro del tema es necesario definir algunas interrogantes básicas. Con respecto a la definición del problema, se argumenta que debe ser hecho por los pacientes y no por el terapeuta, entendiéndose la percepción del problema desde ambos, hombre y mujer, para luego evaluar en conjunto la gravedad de la situación.

El trabajo tiene por objetivo que el agresor se sienta comprendido (para no motivar sentimientos negativos que le harían reaccionar desfavorablemente) y que confíe en la terapia como un esfuerzo por entenderle. Luego, se procede a revisar creencias personales, familiares y culturales donde podría haber bases respecto al uso de la violencia; es decir se han encontrado causas como vivencia de impotencia,

fantasías de dominación vs. desintegración, intenciones de intensificar la relación o la distancia en ella o como una expresión de culturas familiares discordantes, que argumentan el uso de la violencia. Luego se revisan las consecuencias y los costos de los actos violentos y se trabaja en la responsabilidad de quien ha cometido algún acto violento. Finalmente se revisan las alternativas que permitan mantener la relación de la pareja y hacer desaparecer el uso de la violencia como patrón de interacción entre los cónyuges cuando se encuentren en situaciones de conflicto. En general, dado que cada caso es único, cada pareja determinará lo que es dañino para ella, y si existiera algún ofendido, él mismo determinará la concesión del perdón (Zubizarreta, Sarasua, y Cols. 1998).

Luego de definido el problema como parte de la interacción, se trata de inmediato de frenar la violencia física, destacando la peligrosidad de ésta, y estableciendo alternativas para controlarla. El temor de los involucrados a la desintegración de su relación de pareja por agentes externos, los empuja a una negación de su peligrosidad. La gran tarea terapéutica consistirá en encontrar explicaciones favorables para la pareja: si ambos quieren mantener la relación y lo que quieren destruir es la violencia, habrá que traer a la mano una construcción que sea contingente a sus historias que les valide su relación y que los una en la evitación de la violencia.

Algunos autores, como Sauza (1996) plantean que es esencial la exploración conjunta de los costos o consecuencias de la violencia como modo de resolución de problemas, ya que atenta justamente contra aquello que ellos quieren preservar: su relación. El objetivo es poner en un primer plano las consecuencias de las propias acciones en el otro y en uno mismo, e impedir la negación de estas consecuencias. Cada cual se considerará responsable de su propia conducta y no habrá explicación que valga para justificar un acto violento.

Sobre este punto vale mencionar que en la mayoría de las situaciones de familias que presentan episodios violentos existe una "coresponsabilidad" en los participantes de la conducta violenta, ya que no solo es causada por la parte agresora sino que también la parte agredida mantiene o refuerza el uso de la misma debido a su permisividad a su ocurrencia, es decir este permite ser violentado con actitudes de sumisión y obediencia.

De acuerdo con lo anterior mi propuesta de tratamiento al problema de la violencia intrafamiliar está dada en función del trabajo conjunto de las personas que intervienen en los eventos violentos, con el objetivo central de terminar con la violencia, independientemente de se es emocional, física o sexual, dentro de la familia o pareja. Se buscara el cumplimiento de este objetivo trabajando de manera grupal ("Taller contra la violencia intrafamiliar") ya que favorece la superación de los típicos comportamientos compensatorios debido a que el agresor se da cuenta de que su caso no es el único y suele repercutir de manera positiva en su grado de colaboración, además de que la mayoría de las personas que son violentas con sus parejas no asistirían jamás por iniciativa propia a una cuestión de este tipo ya que por lo general no reconocen por si solos la existencia de un problema.

Como ya mencione en el párrafo anterior, mi propuesta establece como método de aplicación la modalidad de curso - taller ya que además de presentar el propósito de disminuir la aparición de situaciones violentas en el contexto familiar, se llevará a cabo un entrenamiento introductorio acerca de los elementos del modelo de la PNL, con el propósito de que estos puedan ser aplicados no sólo en el control de la violencia sino, si así se desea, en las otras áreas de la vida de los participantes , como pueden ser el trabajo, otras relaciones sociales, o la superación personal. La forma en que los pacientes serán convocados a la asistencia al taller será por medio de carteles y con asistencia totalmente voluntaria, ya que las personas que asistan

por iniciativa propia tendrán parte del proceso ganado, ya que existe en ellos una conciencia de la existencia del problema y lo más importante un deseo por cambiar.

Propongo que la aplicación de este taller se realice mediante una o dos sesiones semanales, las cuales tendrán una duración de 120 minutos, para dar oportunidad a los participantes de externar sus opiniones en cada sesión de trabajo y resolver las posibles dudas. La duración total del taller dependerá totalmente del ritmo de trabajo de los participantes, sin embargo, tentativamente su aplicación implicaría de entre 15 y 20 sesiones.

Antes de iniciar cualquier programa de tratamiento es necesario fijar algunas "reglas practicas" que favorecen cualquier realización de una intervención en problemas de pareja, estas son propuestas por Bornstein, P. y Bornstein, M. (1992):

- Se recomienda que no haya contactos individuales entre el cónyuge y el terapeuta fuera de las sesiones de tratamiento programadas.
- No debe haber relaciones extra conyugales durante el proceso de tratamiento
- Los cónyuges deben comprometerse a no recurrir a ningún tipo de castigo hacia la pareja fuera de la sesión por información revelada dentro de las sesiones del tratamiento.
- Toda la información que surja a lo largo del proceso terapéutico debe ser tratada confidencialmente
- Debe informarse a las parejas que deben realizar las tareas para casa que se les han asignado en cada sesión y con las que se han mostrado previamente de acuerdo
- La realización de estas reglas por ambas partes, pacientes y terapeuta, llevara a una ejecución exitosa de la intervención dentro de los problemas de pareja.

#### **4.1 Primera Fase: Introducción al taller**

*Objetivos Generales:* Dar a conocer en términos generales el programa y propósitos del taller a los participantes.

Conceptualizar y sensibilizar a los participantes con respecto al problema de la violencia.

Mi propuesta de trabajo implica la aplicación de una etapa evaluatoria que se llevará a cabo una al inicio y al final de la intervención, con la finalidad de obtener datos acerca de la efectividad de su aplicación, estas evaluaciones consisten en la aplicación de un cuestionario que dará cuenta de las preconcepciones que los participantes tienen acerca del uso de la violencia así como la frecuencia con que se recurre a su uso (cuestionario anexo). Esta evaluación se verá reforzada con la elaboración de una bitácora en la que cada participante registrara el número y características de los eventos que impliquen violencia durante el desarrollo del programa de intervención (formato anexo).

La área de incidencia posterior a la primera evaluación y presentación del programa, la denomino como **Etapas de Conceptualización**, en la que por medio de dinámicas grupales se introducirá a los asistentes al tema de la violencia intrafamiliar, mencionando sus tipos, causas, ciclo de presentación y las consecuencias que acarrea, para esto se hará uso de una parte de la información que presento en el primer capítulo de este trabajo, utilizado en la exposición las técnicas grupales de el debate, la discusión en grupo y exposición frente al grupo, las cuales dan cabida a la expresión de los puntos de vista de los participantes.

Esta parte será de corta duración ya que el propósito de este programa no es el dar un amplio marco de referencia sobre el problema, sino presentar alternativas para sustituir o controlar los episodios violentos en el contexto familiar, así mismo se realizará una nivelación de expectativas entre los facilitadores y las parejas

asistentes con la finalidad de indagar acerca de las metas planteadas por la pareja al asistir al tratamiento, los motivos que los llevaron a tomar tal decisión y que expectativas poseen del taller.

Cabe destacar que el propósito fundamental de esta primera fase es llegar a una conceptualización conjunta del problema elaborada por los miembros de la pareja, para lograr esto, es necesario hacer hincapié en el área de comunicación y evitar caer en las acusaciones acerca de lo que el otro hace o dejó de hacer, concentrándose en las posibles causas que dieron por resultado la aparición de la violencia en la pareja.

La siguiente área de incidencia esta dada por la **sensibilización de los participantes hacia el uso de la violencia**, que como su nombre lo indica pretende lograr un cambio de actitud hacia las conductas violentas, denotando su carácter destructivo con respecto a las consecuencias que la violencia implican para el miembro de la pareja agredido, para esto se utilizará la técnica de “*cómo si ...*” y los cambios de “*posición perceptual*”, tomados desde el modelo de la PNL. En la técnica de posiciones perceptuales se instruirá inicialmente a los participantes en el proceso de ponerse en el lugar del otro y de un tercero para analizar una situación o evento dado, para que al extrapolar esto a una situación violenta puedan analizar o experimentar como es que se vive esa situación desde el punto de vista del otro y así crear conciencia acerca del recurrir a la violencia para solucionar conflictos.

En el ejercicio de “Como si...”, la instrucción inicial es: “en el siguiente ejercicio se cambiarán los papeles y la persona agredida actuara “como si” el fuera el agresor y viceversa, esto dentro del marco de una escenificación de un episodio violento que será descrito por la pareja, para posteriormente comentar las impresiones que el experimentar el papel del otro implican. Otra herramienta a utilizar en este proceso será el psicodrama e incluso la técnica de la *silla vacía* que

permitirá a los participantes (parte agredida y agresora) experimentar al máximo todas las emociones presentadas ante una situación violenta.

En esta fase es de gran importancia rescatar estas sensaciones o impresiones nuevas hacia la violencia que lo ejercicios de sensibilización producen, ya que son un punto clave para el proceso de cambio de actitud.

Una vez que estas fases concluyan la primera actividad que se realizará será el establecimiento de las reglas básicas mencionadas por Bornstein, P. y Bornstein, M. (1992), ya que el objetivo primordial es detener o aminorar cualquier episodio violento, comprometiendo a los participantes a acatarlas por su beneficio propio en relación con la aplicación del programa; esto se llevará a cabo mediante la técnica de debate y exposición frente al grupo, quedando como tarea para casa el anexas a la bitácora cualquier situación que se pueda dar dentro del proceso que tenga que ver con la violación o respeto de las reglas.

#### **4.2 Segunda fase: "La comunicación de los Sentidos"**

*Objetivo General:* Empatar los canales de percepción sensorial de los participantes para una comunicación efectiva.

El siguiente paso consiste en "limar las asperezas" del proceso de comunicación entre los participantes de la familia, esto se realizará mediante el emparejamiento de los canales preceptuales que cada persona posee, de acuerdo con la programación neurolingüística.

Inicialmente se dará una introducción acerca de lo que el concepto hace referencia, y mediante ejercicios prácticos se identificará el canal preferencial de cada participante, con el fin de utilizar esta información para que el proceso de comunicación sea efectivo y se evite la confrontación o la lucha de poderes entre los

miembros de la pareja al presentarse una situación conflictiva. También se ofrecerá el entrenamiento suficiente para poder detectar el canal preferencial del otro y poder comunicarse utilizando este último.

Lo anterior, el empatamiento de los canales sensoriales, para mí es de gran relevancia ya que a menudo los conflictos o situaciones violentas se presentan debido a una comunicación deficiente. Después del entrenamiento básico acerca de los canales perceptuales, se aplicará el siguiente ejercicio en el que se trabajara por parejas, uno de ellos realizará un monólogo acerca de cualquier situación o evento (sus actividades de fin de semana, que es lo que realiza en su trabajo, etcetera) con el fin de que el que está escuchando identifique los predicados correspondientes al canal preferencial de la persona, para posteriormente realizar el ejercicio a la inversa y comentar lo obtenido.

La comunicación es lo que construye o destruye nuestras relaciones, los malos entendidos tienen lugar por que lo que pasa en nuestras cabezas es invisible para los demás; de modo que una buena comunicación significa dos cosas:

- a) Compartir las propias expectativas, creencias y valores, explicar las propias experiencias para que el otro pueda entenderlas. Todos esperamos que los demás naveguen por nuestro mundo, pero a menudo guardamos el mapa bajo llave detrás de nuestros párpados.
- b) Hacer preguntas para poder entender las expectativas y valores de nuestra pareja para poder tener una visión de su mapa y no tener que viajar a ciegas por su mundo (O'Connor, J.: Prior, R., 2001)

#### **4.3 Tercera Fase: Cambio de creencias**

*Objetivo General:* Detectar y corregir las creencias de los participantes acerca del uso de la violencia y la condición de género

Otra de las áreas de incidencia con gran relevancia en este proceso terapéutico es la **Detección y corrección de creencias acerca de la violencia y la condición de género**. Justificar es hacer justo lo que no lo es, sobre esto cuantas veces hemos escuchado este intento acerca del uso de la violencia ya sea para la corrección de la conducta de los niños, o para hacer saber “quien es el que manda” en la relación, (“si no le pego nunca me va a tener respeto”, “yo decido como y a donde ir, y se respeta esa decisión”) y ni hablar de la discriminación o menosprecio debido al género (“para que estudias si las mujeres se casan y las mantienen”; “tengo que hacerme respetar por cualquier medio, yo soy quien debe sostener la casa”).

Todas estas afirmaciones no son más que creencias, la gran mayoría falsas, que se crean y refuerzan en el transcurso de la vida de cada persona, influyendo en su formación, su educación, su entorno social, y sobre todo en las experiencias que se le presentan. En muchas situaciones son estas creencias las que dan pie al uso de la violencia, ya que por lo general son reforzadas por resultados inmediatos pero increíblemente negativos. Así pues mi propuesta dedicará tiempo a la detección y cambio de estas creencias por medio de ejercicios vivenciales que implican la concientización de la veracidad de tales creencias y las consecuencias que el mantenerlas implican, ya que muchas veces confundimos las creencias con los hechos.

Para la identificación de creencias, inicialmente se expondrá un marco general acerca de lo que es una creencia – una creencia es una generalización sobre relaciones causales y sobre significados de ciertas relaciones y sobre límites – para que a partir de esta conceptualización se proceda a la realización del ejercicio de detección de creencias acerca de la violencia y la condición de género. En éste los participantes tendrán que pensar en una situación violenta o en la que se presente

discriminación debido al género. Una vez que se tiene localizado este evento se procede a contestar un cuestionario (formato anexo) sobre las creencias o pensamientos que se presentaron al momento de recordar o vivenciar esa situación.

Antes de comenzar con el proceso de cambio de las creencias detectadas, es muy importante asegurarnos de que realmente existe una convicción por querer cambiar tales creencias ya que las creencias de otra persona no se cambian por consejos, suplicas o castigos. La técnica de cambio de creencias implica tres pasos básicos:

- 1º. Identificar la creencia que se desea cambiar, que es el proceso que se ha descrito en los párrafos anteriores.
- 2º. Analizar los componentes y el origen de la creencia, muchas de las creencias implican componentes diversos como, en este caso los resultados que a otra persona le dio el utilizar la violencia y el propio valor que yo como persona le agrego.
- 3º. Cambiar el contenido de la creencia, una vez identificados el origen y los componentes de la creencia, podemos realizar un proceso confirmatorio de su veracidad, es decir lo que una persona piensa acerca de eso que el otro dijo o se dio por resultado en una situación particular.

En este proceso de cambio es de primordial utilidad la aplicación del metamodelo del lenguaje, que implica el obtener la mayor información posible sobre un aspecto concreto (en este caso las creencias) con el fin de dar al paciente un marco de referencia más amplio acerca de eso que el afirma con toda certeza. Al cuestionar a una persona acerca de una creencia que presenta, es posible hacerla reflexionar sobre su veracidad y así darse cuenta de lo que esta siendo afectado por esta creencia.

#### 4.4 Cuarta fase: La Inteligencia Emocional

*Objetivo General:* Fomentar en los participantes el control de sus emociones, en especial la Ira.

El Control de las emociones, o la denominada *Inteligencia Emocional*, presenta un papel trascendental en mi propuesta de intervención, ya que por lo general un mal manejo de las emociones, o el dejarse dominar por determinada sensación desencadena episodios violentos, esto es primordialmente debido a que culturalmente la expresión de la Ira o el enojo es más aceptado que la aparición del miedo o la tristeza, lo que implica que al experimentar cualquier emoción que no es "bien vista" frecuentemente es disfrazada por el enojo.

Este punto se revisó a profundidad en el primer capítulo, con los aspectos sociales que dan pie a la aparición de la violencia; socialmente a un niño no se le permite expresar dolor o miedo ya que, como frecuentemente aparece en los círculos familiares, existe un estereotipo acerca de cómo debemos comportarnos de acuerdo con nuestro género, lo cual reprime la manifestación de cualquier emoción que no implique el mostrar poder o fuerza sobre el otro, esto particularmente en el caso de los varones.

La inteligencia emocional podría ser definida como esa parte de la inteligencia que nos permite ser conscientes de las emociones: percibir las, identificarlas, comprenderlas, manejarlas y expresarlas del modo más adecuado, en función del lugar, momento y personas implicadas (Carrión, S., 2001). Por tanto una persona emocionalmente inteligente es una persona consciente de sí misma y de los demás a tal grado que no permite que la presentación de sus emociones o de las de otros destruya o altere su equilibrio, ya que asume plenamente la responsabilidad de

ESTA TESIS NO SALE  
DE LA BIBLIOTECA

sus actos presentando como objetivo primordial la valoración de si mismo conociendo sus flaquezas y fortalezas.

El principio fundamental de la Inteligencia Emocional está dado por el manejo conscientemente de las emociones antes de que las emociones manejen a la persona. Son innumerables las alteraciones que se producen en nosotros cuando nos encontramos a merced de las emociones debido a que éstas provocan cambios radicales en los estados mentales, modifican los pensamientos, los recuerdos y la imagen que tenemos de las cosas, llevándonos a actuar de manera impulsiva e inconsciente, pero sobretodo dañina para nosotros mismos y para otros.

En el desarrollo de esta propuesta se pretende llevar al participante a ser consciente de sus emociones y que aprenda a expresarlas adecuadamente por medio de técnicas vivenciales que implican la utilización del modelo de la PNL. Salovey y Mayer (citados en Martín, D., y Boeck, K., 2002) acuñaron por primera vez el concepto de inteligencia emocional y concretaron cinco capacidades que llevan implícito el desarrollo de la misma, los cuales se tomaran en consideración para fomentar el manejo emocional en los participantes:

- ✓ **Reconocer las propias emociones.** Implica hacer una apreciación de los propios sentimientos y poder darle nombre a cada uno de ellos.
- ✓ **Saber manejar las propias emociones.** Nadie de nosotros esta exento de experimentar emociones tanto negativas como positivas, pero lo que afortunadamente está en nuestro poder es el manejar o modular la forma en que estas nos afectan o desequilibran.
- ✓ **Utilizar el potencial existente.** En este tercer paso está implícito el usar todos los recursos disponibles para poder acceder al manejo y conocimiento de nuestras emociones.

- ✓ **Saber ponerse en el lugar de los demás.** Este paso implica el desarrollo de la empatía ante los demás para poder admitir e identificar las emociones de los demás para comprenderlas.
- ✓ **Crear relaciones sociales.** El éxito del trato con otra persona depende, entre otras cosas, de percibir y encontrar el tono adecuado de los estados de ánimo del otro.

Salovey y Mayer defienden la tesis de que las cualidades emocionales por ellos descritas pueden aprenderse y desarrollarse realizando un esfuerzo por percibir las propias emociones y las de los demás. Los ejercicios que se proponen utilizar para la fase de reconocer las propias emociones implican inducciones hipnóticas que la PNL utiliza, en las que por medio de la visualización y el recuerdo se reviven situaciones molestas, con la finalidad de que el participante realice una auto observación de lo que estas situaciones están produciendo en él sin censura alguna (emociones, sensaciones corporales, mecanismos fisiológicos) y así propiciar el conocimiento de sus propias emociones, las manifestaciones de cada una y el detonante para ellas.

Posteriormente se realizarán ejercicios de la misma naturaleza para modificar las sensaciones negativas que en ese momento se presenten, las cuales pueden ser la distorsión o el alejamiento de la imagen, o incluir a la situación una melodía agradable, todo esto utilizando la inducción hipnótica. En el caso del control de las emociones se pondrán en práctica ejercicios de autocontrol a través de la respiración los cuales se detallan más adelante en este mismo capítulo. Para el uso de todo el potencial disponible, la automotivación positiva y la práctica de actividades físicas tienen un papel preponderante ya que son dos de los rubros que este apartado incluye. Así pues el establecer relaciones sociales y la práctica de la empatía son dos aspectos que van juntos inevitablemente ya que al sentir empatía por otro y por sus emociones fomenta el buen establecimiento de relaciones interpersonales, al llegar a

este punto se trabajan los medios de expresión adecuados de las emociones, utilizando procesos de inducción hipnótica, la práctica de actividades físicas que propicien la salud física y emocional y la meditación.

El ejercicio base para ello es la educación o la reproducción de los estados del otro, por parejas uno de ellos muestra a su compañero cuatro expresiones faciales, que el mismo elegirá, sin emitir ningún sonido indicándole con señales la número uno, la dos, etcétera, posteriormente las vuelve a realizar en un orden distinto y su compañero debe adivinar que de que número de expresión se trata, para después realizarlo a la inversa, el que adivinó ahora reproduce los estados de ánimo mientras el otro trata de identificarlas. Como se puede ver este ejercicio trabaja primariamente con aspectos físicos pero posteriormente debe traspasarse a actitudes o emociones.

#### 4.5 Quinta Fase: ¿Cuál es mi estrategia para ...?

*Objetivo General:* Identificar y potencializar en los pacientes estrategias de ejecución eficientes para el autocontrol

Aunado al desarrollo de la inteligencia emocional de los participantes se realizará una técnica propia de los procesos terapéuticos de la PNL y que esta dado por la **identificación y el desembalaje de las estrategias** que ellos utilizan al recurrir a la utilización de métodos coercitivos, con el fin de, una vez identificadas, poder replantear esas estrategias o programar una nueva que implique el autocontrol o el uso de métodos socialmente adecuados.

Una Estrategia es una secuencia ordenada de estímulos que ocurren en los tres canales perceptuales (Visual, Kinestesico y Auditivo) al realizar alguna actividad. Cada comportamiento, al ser realizado, sigue una estrategia determinada, de la cual no solemos ser concientes, pero que fácilmente puede ser descifrada

mediante un proceso de atención conciente. La PNL describe una forma sencilla de descifrar las estrategias que utilizamos cotidianamente ya que se codifican los estímulos en términos de los canales perceptuales, por ejemplo en el caso de la estrategia para fumar un cigarrillo tendríamos:

*Me veo fumando un cigarro, y revivo el sabor y el efecto relajante (aquí se habla de un estímulo netamente visual interno < me veo> y Kinestesico al experimentar los efectos del mismo) tomo el paquete y saco uno de ellos lo pongo entre mis labios, enciendo un cerillo y lo acerco al cigarro mientras inhalo para encenderlo (estos estímulos son enteramente kinestesicos ya que expresan movimiento) así pues la estrategia para fumar un cigarrillo estaría dada por:*  
*Ví - K → Respuesta*

Al proceso anterior se le denomina *desembalaje*, que implica la codificación de las estrategias en términos de los canales perceptuales. De esta manera se realizara un ejercicio donde los propios participantes, con instrucción anticipada, llevarán acabo la identificación y desembale de su propia estrategia para ponerse de mal humor, perder el control de sí mismos y llegar a hacer uso de actitudes violentas. Para realizar el cambio o instalación de nuevas estrategias se utilizara la metáfora, lo que implica los siguientes pasos:

- I. Identificar las estrategias en una situación dada que sean opuestas, es decir, en el caso de la estrategia para molestarse será necesario obtener y desembalar la estrategia para enojarse y para mantener la calma. Estas últimas deberán ser las utilizadas por cada participante, ya que según la PNL, una persona no puede ir en contra de sus propias estrategias.
- II. Elaborar una metáfora en la que se presente la misma secuencia de la estrategia positiva, en el mismo orden de aparición de los diferentes tipos de estímulos (Visuales, auditivos o kinestesicos). La metáfora debe

manejar al menos tres veces la estrategia a implantar para asegurar la efectividad de la técnica, así mismo ésta se debe adaptar necesariamente a las características y necesidades de la persona con la que se trabajará.

- III. Se expone la metáfora al paciente y se permite que a partir de ella, sea él mismo quien elabore sus propias conclusiones y soluciones, es decir se presenta la metáfora y se finaliza sin agregar ningún comentario sobre su intención, permitiendo que el participante tome de la metáfora lo que le sea de utilidad.

El conocer y codificar las estrategias implica un avance considerable, es una herramienta de mucha utilidad para efectuar cambios de conductas molestas o inaceptables que desean perderse, ya que la identificación del tipo de estímulos que se dan en una estrategia da pie para su utilización en la implantación de una nueva estrategia o la corrección de una anterior.

#### **4.6 Sexta Fase: Formulación de metas y Anclaje de un estado de excelencia**

*Objetivos Generales:* Que el paciente elabore metas en términos de “que es lo que quiero lograr y que es lo que necesito para hacerlo”

Dotar al paciente de los recursos necesarios para la consecución de sus objetivos por medio de un ancla

En este punto de la aplicación del programa, se pretende haber logrado ya un cambio gradual en la forma de proceder de los asistentes, por lo que se hará un paréntesis para dialogar lo que hasta el momento se ha logrado, ya que partimos del postulado inicial de que el modelo de la PNL presenta resultados inmediatos, por lo que desde el primer ejercicio se presentarán efectos en los participantes. Además de recapitular lo hasta aquí logrado se aplicarán ejercicios de formulación de metas, sin dejar de lado los puntos que al respecto dicta el modelo de la programación ( las

metas deben de ser claras, en presente, en primera persona y utilizando un lenguaje positivo) para que posteriormente se discuta acerca de los recursos necesarios que según la percepción de los participantes hacen falta para alcanzar una meta.

Una vez definidos se procederá a buscar situaciones en las que ese recurso se desplegó o identificar algún modelo que posea el recurso con la finalidad de hacer un anclaje de esos recursos y de un estado de excelencia y autocontrol. Un ancla, desde el modelo de la PNL, es cualquier representación (provocada interna o externamente) que desencadena otras representaciones o series de representaciones internas, es decir es un estímulo, que puede ser de cualquier tipo (visual, auditivo o Kinestésico; interno o externo) que esta asociado a alguna capacidad o habilidad, y que al presentarse tal estímulo despliega eso a lo que está asociado.

Así pues, de acuerdo con lo anterior, **el anclaje de un estado de excelencia** permitirá a los participantes desplegar las habilidades de autocontrol cuando sean necesarias, con la finalidad de dar a los participantes una herramienta para afrontar efectivamente las situaciones conflictivas sin hacer uso de recursos violentos o coercitivos. El establecimiento de un ancla implica los siguientes pasos:

- a. Inducir a los participantes a un estado de relajación
- b. Pedirles que identifiquen un momento de excelencia, autocontrol o tranquilidad
- c. Elaborar un ancla, darle una forma o significado a esas sensaciones (puede ser un color, signo, sensación, o movimiento; la cual debe ser de significado único para la persona y muy discreto) para asociarlo con el estado de excelencia
- d. Regresar al estado de conciencia (es necesario realizar este procedimiento un número de veces considerable para que la asociación del estímulo con el recurso sea más sólida y estable)

#### 4.7 Séptima fase: Curación del Pasado

*Objetivo General* : Reconstruir la manera en que los participantes han experimentado cada evento de violencia.

Necesariamente en este programa, antes de ser concluido debe incluirse una última área de incidencia, pero no por eso la menos importante, y que comprende la **Curación del pasado**. Nuestro pasado es una parte importante en cada uno de nosotros ya que influye en gran medida en nuestro proceder por la vida, nuestros sentimientos, actitudes y percepción de las cosas, determina si nos sentimos felices o infelices. Si queremos dar una forma positiva a nuestro presente y a nuestro futuro debemos atender a nuestro pasado, ya que casi se podría decir que somos nuestro pasado.

En el caso de esta propuesta para el control de la violencia, creo que es de suma importancia no sólo detener los episodios violentos, o cambiar las actitudes acerca del uso de la violencia, ya que como se menciona en la introducción cada evento que se presenta durante nuestro pasar por la vida deja una huella en quienes somos, más aún si ese evento es de carácter negativo, daña la integridad de cada persona. Por ello es por lo que decidí incluir esta fase, para sanar las heridas que la violencia causa en sus participantes y restaurar de alguna forma la confianza que una relación familiar implica, si es que así se desea.

Inicialmente se debe producir en el participante la sensación de que la totalidad de nuestros recuerdos se construye nuevamente cada vez que los traemos a la memoria a partir de asociaciones y fragmentos de recuerdos centrales, y que estos recuerdos no son una verdad absoluta, ya que muchos de los cambios que se producen durante la reconstrucción van en busca de nuestro bienestar. Por lo que los participantes deben estar concientes de que absolutamente nadie les impide

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

reestructurar su vivencias de manera que puedan ofrecer diversas posibilidades y curen las heridas emocionales que se produjeron durante ellas.

Debo recalcar que esta fase no pretende borrar por completo cada uno de los eventos desagradables en la vida de la persona, ya que como es bien sabido es muy difícil realizar esto, además de que al reprimirlos estos se transpolan al inconsciente y entorpecen cualquier proceso de recuperación.

Lo que se pretende con esta fase no es modificar los sucesos pasados, sino reestructurar la forma en como se ha vivido cada uno de ellos para poder percibirlos de manera diferente, lo que presentara una influencia positiva en la vida presente y futura de quien decida realizarlos. En esta etapa se utilizarán los procedimientos de "Cambiar la Historia Personal" y "El Arte del Perdón" (Schwarz, A.; Schweppe, R., 2001) que la PNL propone y que hacen referencia a lo siguiente:

#### *Cambiar la historia personal*

Este método pretende completar experiencias pasadas, que influyen en el comportamiento actual, con nuevas experiencias, e implica los siguientes pasos:

- a. Anclar los recursos que el participante exprese como faltantes, es decir cuales serian para cada persona las habilidades o conductas ideales para enfrentarse eficazmente ante la situación pasada.
- b. Establecer la línea del tiempo de la persona y determinar en donde se ubica la situación molesta
- c. Ir desde el punto presente hacia atrás en dirección al pasado
- d. Tratar el primer recuerdo del sentimiento/situación molesta de forma disociada, desde la segunda o tercera posición perceptual.
- e. Cargar al participante con recursos ante la situación
- f. Regresar a la línea del tiempo inicial hasta el presente

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- g. Utilizar el estímulo del anclaje al llegar al punto del presente. Volver al aquí y al ahora.

De entrada cuesta aceptar que se puedan modificar los recuerdos. Sin embargo el cerebro no hace nada distinto cuando suaviza imperceptiblemente el recuerdo de un suceso horrible hasta conseguir que sea soportable.

### *La magia del perdón*

¿Qué pensaría de alguien que cargara un saco lleno de chácharas tras una persona a partir del momento en que esta le causo algún daño? Aquel que carga el costal se quejaría del peso, mientras que el que va delante de él no valoraría en nada ese proceder, y al contrario no estaría del todo cómodo. Quizá esto sea no más que un ejemplo simple, pero ilustra a la perfección la dinámica del no perdonar que sucede tan a menudo.

Muchas personas cargan con rencores tras personas que les han causado daño, aunque esto sea absolutamente absurdo, debido a que no ayuda a nada ni a nadie. Muy por el contrario, perdonar resulta más sencillo de lo que se cree, y si se perdona a alguien se quita un gran peso de encima y seguramente se preguntara por que ha llevado a cuestras tanto tiempo esa carga.

Las dos técnicas anteriores presentan un marco de referencia para desarrollar la curación del pasado, pero existen muchas otras técnicas que pueden ser aplicadas para este propósito y que su utilización esta determinada por las características individuales del participante y sus necesidades específicas. Para concluir este capítulo se mencionará una última área de incidencia que tiene que ver con el Autocontrol y autoconocimiento a través de la meditación y la relajación. La utilización de estas técnicas presenta varios propósitos como el uso de procesos auto regulatorios, como la respiración, para el control de las emociones y las reacciones

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

impulsivas; en el caso de la meditación y los ejercicios que implican visualización e introspección permite trabajar con ambos hemisferios cerebrales y los diferentes niveles de conciencia, con la finalidad de presentar resultados más efectivos al trabajar de manera conciente e inconsciente con los mismos procesos cerebrales.

Esta última área se trabajará durante toda la duración de la aplicación del programa, con el propósito de que se establezca una herramienta de sencilla aplicación y excelente dominio para la confrontación de situaciones violentas, además de que permite reafirmar lo visto en cada sesión mediante una técnica más significativa y efectiva que el solo exponer el tema, ya que estos procesos trabajan directamente con el hemisferio derecho, encargado de lo procesos creativos e inconscientes. El desarrollo del autocontrol contribuye en gran medida a la disminución de los episodios violentos en cualquier relación interpersonal, ya que le permite a la persona controlar sus impulsos por dentro y así no desencadenarlos en actitudes violentas. Aunque el ejercicio de autocontrol que aquí se propone utilizar esta centrado en la respiración, también es conveniente la practica de algún deporte, la caminata, lectura, la caminata o simplemente convivir con las personas allegadas.

#### *Instrucciones*

Inicialmente se pide a lo participantes que se coloquen en un posición que les sea sumamente cómoda, de acuerdo a las posibilidades de espacio en donde se de la instrucción. El terapeuta deberá guiar este proceso inicialmente hasta que sea el propio paciente quien lo realice sin instrucción alguna. Con los ojos cerrados el paciente debe concentrarse exclusivamente en su respiración, dejando su mente en blanco o repitiendo para si mismo frases positivas como "Mi mente se siente bien, mi cuerpo esta tranquilo" o "Controlo mi organismo y controlo mis emociones".

Respirando suave y profundamente el terapeuta induce al participante a imaginar y experimentar las situaciones agradables que este proceso le está

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

produciendo con cada respiración, relajándose cada vez más profundamente. Este proceso centrado en la respiración tiene una duración de entre 15 y 20 minutos, siendo el terapeuta quien debe cerrar el ejercicio, induciendo que al abrir los ojos el paciente percibirá una grata sensación de descanso, para así pedirle que a su ritmo abra los ojos, al finalizar se recomienda la práctica constante del ejercicio para obtener resultados eficaces (Barragán, L.; Cruz, B.; Fulgencio, M.; Barragán, N.; Ayala, H., 1998). Como observación final acerca de la meditación y los ejercicios de autocontrol, se pueden llevar a cabo siendo el facilitador quien induzca el proceso o bien se puede utilizar medios prefabricados para el mismo fin (cintas de audio).

Hasta aquí he presentado de manera general algunas técnicas que desde el modelo de la PNL y con su aplicación correcta podrían contribuir al control de la violencia en el círculo familiar, obviamente es necesario mencionar que ésta es solo una aproximación de tratamiento y que si se pretende aplicar a una situación real concreta es necesario una planeación didáctica más escrupulosa en donde se debe considerar desde el lugar en el que se llevará a cabo, los materiales requeridos para el buen desarrollo, el tiempo de duración de todos y cada uno de los ejercicios antes expuestos, hasta las propias características, necesidades y demandas de la población a quien será aplicado, ya que muchas veces nos encontramos con la necesidad de establecer un trabajo conjunto y multidisciplinario para poder controlar variables que están fuera de nuestro alcance como psicólogos, tales como la medicación o el tratamiento de las consecuencias físicas que la violencia acarrea, o tal vez puede ser también necesario la implementación de programas contra el abuso de sustancias ya que en algunos casos la aparición de la violencia en casa esta asociada con el consumo de alcohol o drogas. Todo esto se debe de tomar en consideración antes de la aplicación de cualquier programa ya que son las características de la población lo que dictaminara las técnicas y los procedimientos a seguir en un programa de tratamiento.

## CONCLUSIONES

---

*Siempre tenemos ante los ojos los vicios  
ajenos, y los nuestros a la espalda. . .*

*Luis C. Hernández*

Al estar tratando de redactar las palabras que darían por terminado este trabajo tenía una pregunta fija en mi mente que era ¿qué fue lo que me dejó el hacer un trabajo sobre la violencia en las familias? Luego de pensarlo detenidamente me di cuenta de que la mayor ganancia de esto es el darme cuenta de mis propias preconcepciones, si bien no como persona violenta, pero sí como terapeuta acerca de lo que este fenómeno dentro de las familias implica. No sólo se trata de alguien quien reprime la conducta inapropiada de un niño, o alguien que después de estar sometido a una gran cantidad de estrés busca un poco de calma interior al levantar la voz o romper objetos, sino que la violencia encierra un sinnúmero de variables que se deben considerar para que evitar su presencia en las relaciones humanas.

Luego de leer algunos libros y artículos sobre la violencia dentro del círculo familiar, creo que hay muchas reflexiones por hacer, sobre los temas que son de gran trascendencia al momento de estudiar la violencia.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Primero que todo, creo que es necesario enfocar este problema con una mirada amplia, ya que podemos darnos cuenta a través del trabajo que no basta con estudiar al individuo en su interacción, ya que si bien éste se constituye como un ser en sus relaciones con los demás, y va cambiando de acuerdo a sus interacciones, no debemos olvidar que antes de ser familia, es persona, con su historia propia, con sus miedos, con características particulares, con necesidades personales, y pienso que todos estos factores tienen que ser atendidos antes de comenzar con un tratamiento en conjunto.

Tal como cada individuo es un ser único, con creencias, características e historia personal, la pareja también lo es. Es por esto que, para mí, el trabajo terapéutico debe adaptarse a la realidad y características de cada pareja.

Para mí los factores sociales y culturales no tienen menos relevancia en este fenómeno, ya que gran parte de lo que somos se debe a lo que nos han ido inculcando a lo largo de nuestra vida, gran parte de nuestras creencias tienen su origen en el proceso de socialización. Así, el hecho de que a la mujer se le enseñe a llorar y a expresar sus sentimientos, y a los hombres a contenerlos para ser "más hombres", reviste una gran importancia al analizar este fenómeno. En general, son más aceptadas las expresiones de rabia en los niños que en las niñas, a éstas se les enseña a ser más pasivas que a los hombres.

Este hecho, a mi parecer, es una puerta de entrada en un mundo estereotipado que propicia los actos de violencia en contra de las mujeres. Además de las cada vez menores posibilidades de comunicarnos, de atender realmente lo importante y a nuestras necesidades, ya que esto es cada vez más exigido para un buen funcionamiento en la vida moderna en sociedad.

TESIS CON  
FALLA DE CUBRILLO

A mi parecer todos estos factores que están implicados dentro del contexto en el que vivimos no están separados de los crecientes casos de violencia en la familia sin olvidar los continuos mensajes violentos exhibidos por los medios de comunicación, los cuales tienen un gran efecto en la persona que los recibe. También existe una cada vez mayor competencia social de todo tipo, competencia laboral, económica, competencia por el poder, lo que lleva a las personas que se perciben a sí mismas como "perdedores" directo a la frustración, y de ahí, a un paso de la violencia, más aún si sumamos a esto el gran estrés resultante.

En fin, si se trata de enumerar factores sociales que están influyendo en los actos de violencia, creo que se podría seguir interminablemente. El fenómeno de la violencia debe ser mirado en forma muy amplia, considerando todos los factores individuales, relacionales y contextuales que están implicados, ya que no se reduce a ninguno de ellos.

Es de especial cuidado el decidir la forma del tratamiento, ya sea individual o de grupo, debido a que si bien en general se ve como óptimo un tratamiento en conjunto, tiene también varios inconvenientes que considerar, como por ejemplo, que la parte agresora no este dispuesta a participar en el proceso terapéutico y se recurra a la utilización de amenazas u otros tipos de violencia para evitar que el otro también participe, por lo que es necesario considerar esto como terapeutas y dotar al paciente de habilidades para enfrentar estas situaciones y evitar el fracaso del programa.

En caso de que exista disponibilidad de ambas partes, uno de los aspectos más importantes a la hora de comenzar con un tratamiento en conjunto, es el plantear el problema como de la familia, y no culpabilizar al agresor, ya que esto provoca un alejamiento que dificulta la terapia. Sin dejar de lado el hacer ver las responsabilidades individuales en el conflicto.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

El modelo de la Programación Neurolingüística es una gran herramienta al trabajo con familias, ya que trabaja a partir del cambio interior de un individuo y presentando como consecuencia la modificación integral de su entorno y las relaciones de las que ese individuo es protagonista, ampliando así nuestra área de influencia en la aplicación de un tratamiento, siendo el trabajo a nivel individual el comienzo de un tratamiento colectivo.

Posterior al trabajo individual creo que es de absoluta necesidad el reflejarse en el otro a partir del problema, ya que cuando las personas se encuentran con dificultades en una relación tienden a culpar a su pareja. Ven claramente cual es el cambio que necesita hacer el otro para que la relación funcione, pero les es muy difícil ver que es lo que ellas hacen para generar los problemas. Esto es lo que implica el reflejarse en el otro a partir de una situación problema, aceptar la responsabilidad de lo que YO como parte de esa relación debo hacer o dejar de hacer para mejorar la situación en que vivo.

"Es muy diferente aclarar los conflictos que surgen en una relación con la actitud de revisar que es lo que pasa en mí, que enfrentarlos con enojo pensando que el problema es que me estoy relacionando con la persona equivocada" (Bucay, J.: Salinas, S., 2001)

Así pues, algo que quisiera retomar de la parte introductoria de este trabajo, es en relación de las expectativas que se tienen al establecerse cualquier tipo de relación interpersonal, ya que por lo regular al presentárenos la oportunidad de relacionarnos con alguien, inconscientemente posemos un estereotipo ideal de lo que el otro debería ser o de las condiciones ideales de esta nueva relación, lo que nos hace a menudo esperar en exceso o a predisponernos acerca de lo que la relación

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

debería de darnos. Estas expectativas, que generalmente son muy altas o exigentes, al no cumplirse nos hacen caer en conflictos, exigiendo eso que hace falta que sea entregado.

Mi propuesta de trabajo implica comenzar a pensar nuestras relaciones interpersonales desde el lugar de lo posible y no desde lo ideal. Para que nuestras relaciones prosperen es menester que las veamos desde otra perspectiva; como una serie de oportunidades para ampliar nuestra conciencia, descubrir una verdad más profunda y volvernos humanos en el sentido más pleno (Bucay, J.; Salinas, S., 2001)

Una de las partes que considero más relevantes dentro del plan de trabajo que propongo, es el autoconocimiento de lo que verdaderamente deseo, de lo que verdaderamente soy, de lo que deseo lograr, y el darme cuenta de que el único obstáculo soy yo mismo, siendo así uno de los retos a vencer el convertirme en mi propio aliado, para mi beneficio y el de los que me rodean, sintiéndome como una persona plena de recursos a utilizar, pero sobre todo como una persona dependiente de mi mismo, aceptándome tal como soy y aceptando al otro tal cual es. Esto es lo que se planea lograr con cada participante de este plan de trabajo

Por último, creo que es importante dejar de ver a la violencia como un fenómeno lejano a nosotros. Como vimos a lo largo del trabajo, la violencia no sólo se da en el plano físico sino también a nivel psicológico, la que si bien no constituye un riesgo de vida, sí constituye un riesgo emocional no menos relevante. Además, es importante el hecho de que este tipo de violencia es mucho menos sabida, pero no por eso menos frecuente.

Y frente a esto, ¿cuántas familias se pueden considerar excluidas de este tipo de violencia?, ¿cuántas personas se creen incapaces de cometer violencia psicológica ya sea con su pareja o con sus hijos?, ya que en el caso de la violencia

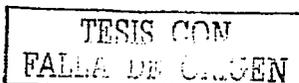
TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

en las familias tanto el hombre como la mujer son responsables de su ocurrencia, uno por recurrir a ella y el otro por dejarse someter y permitir que la violencia ocurra, o en su defecto responder con violencia emocional. En fin, este trabajo me sirvió mucho para darme cuenta de la complejidad del fenómeno de la violencia, y para ampliar mi visión hacia una consideración individual, relacional y social.

Para finalizar creo que no sólo debemos centrar nuestra atención en cómo frenar la violencia en las familias o en reparar los daños causados por esta a sus participantes, sino también una vez que de algún modo se ha conseguido la disminución de los eventos que impliquen el uso de métodos coercitivos, se debe crear conciencia en los padres de familia para que eviten a toda costa el que los niños se desarrollen dentro de un ambiente hostil, ya que un niño que crece con este tipo de relaciones, es muy seguro que aprenda a expresarse de la misma forma convirtiéndose así en una persona violenta, quien por medio de la agresión expresa su sentir, dando pie a la formación de un círculo vicioso, el cual está en nuestras manos romper por nuestro propio bienestar.

Ante este panorama, es necesario unir esfuerzos, gubernamentales y no gubernamentales, para profundizar en el conocimiento sobre el tema, sus características en diferentes zonas y sectores del país, sus impactos y consecuencias, (a corto, mediano y largo plazo) en los actores directos: mujeres, hombres y menores, y en la sociedad en su conjunto, sirva este trabajo para este propósito,

Es necesario insistir en la urgencia de legislar (a nivel federal y estatal) a favor de las víctimas de la violencia familiar, esto representaría un gran avance para evitar consecuencias fatales, como el homicidio y suicidio; sin embargo, no hay que perder de vista el desarrollo de estrategias preventivas las cuales deben incluir a la población de jóvenes de ambos sexos, la sensibilización al personal de salud y prestadores de servicios judiciales y legales, información sobre el tema en las



escuelas a diferentes niveles, la implementación de programas de rehabilitación para hombres golpeadores paralelos a los servicios de atención a mujeres maltratadas. Y por último enfatizar la importancia de incluir en la currícula de diferentes carreras a nivel superior (psicología, medicina, trabajo social, derecho, etc.) estos temas, para poder diagnosticar e intervenir adecuadamente en este tipo de casos.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

**BIBLIOGRAFÍA**

- 
- ❑ Barragán, L.; Cruz, B.; Fulgencio, M.; Barragán, N.; Ayala, H., (1998) Manual de Autocontrol del Estrés UNAM – Facultad de Psicología, México D. F.
- ❑ Berkowitz, (1996) Agresión, Causas, consecuencias y control Ed. Desclée De Brouwer Bilbao, España Pp. 259 – 290.
- ❑ Bornstein, P., y Bornstein, M. (1992) Terapia de pareja: enfoque conductual - sistémico Ed. Pirámide Madrid, España. Pp. 61 - 86.
- ❑ Bucay, J.; Salinas, S. (2001) Amarse con los ojos abiertos Ed. Océano, México D. F.
- ❑ Caballo (1991) Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta Ed. Siglo XXI editores México. Pp. 445 – 455 y 794 – 799.
- ❑ Carrión, S. (2001) Inteligencia Emocional con PNL Ed. EDAF México, D. F.
- ❑ CORIAC, (2002) "Quiénes somos" antecedentes y plan de trabajo en: [www.coriac.org.mx](http://www.coriac.org.mx)
- ❑ Costa y Serrat (1998) Terapia de parejas Madrid España Ed. Psicología Alianza Pp. 19 – 22.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- ❏ De la Parra, E. (2002) ¡Despierta tu excelencia! Ed. Panorama, México Pp. 20 – 30.
- ❏ Fonseca, C. (2001) Cambios mágicos con PNL Ed. Paz México Pp, 21 – 16.
- ❏ Harris, C., (1998) Los elementos de PNL, Ed. EDAF Madrid, España, Pp. 17 – 49.
- ❏ Lagarde, M.(2000) “Prologo” en: Ramírez, F. Violencia masculina en el hogar Ed. Pax México Pp. XI – XIX.
- ❏ Martín, D. y Boeck, K., (2002) EQ: Qué es Inteligencia Emocional Ed. EDAF Madrid, España.
- ❏ Masterman, (1998) Sistemas Familiares Ed. Fondo de cultura económica México Pp. 47 –56.
- ❏ Matamoros, V. ( 2002) Elección de pareja como prevención de la violencia conyugal Tesis de Licenciatura UNAM – FES Iztacala Pp. 33 – 40.
- ❏ Medina, (1998) “Perfil psicosocial y tratamiento del hombre violento con su pareja en el hogar” en : Echemburua E. Personalidades Violentas Ed. Pirámide Madrid España Pp. 153 – 167.
- ❏ Minuchin, S. (1988) Caleidoscopio familiar Ed. Paidos Barcelona España Pp. 69 – 82.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- ❑ Minuchin, (1994) La recuperación de la familia Barcelona, España: Ed. Paidós; Pp. 36 – 41.
- ❑ Mohl, A. (1998) El aprendiz de brujo Ed. Sirio Madrid, España.
- ❑ Navarro (1992) Técnicas y programas en terapia familiar Ed. Paidós Ibérica, Madrid España Pp. 191 – 208.
- ❑ O'Connor y Seymour (1995) Introducción a la Programación Neurolingüística Ed. Urano Madrid, España.
- ❑ O'Connor, J.; Prior, R. (2001) PNL y Relaciones humanas Ed. Paidós Barcelona, España.
- ❑ Perrone y Nannini, (1997). Violencia en la familia Ed. Paidós. Buenos Aires, Argentina, Pp. 57 – 69.
- ❑ PIAV, (2002) "Programa interdisciplinario para la atención a la violencia" en: <http://www.iztacala.unam.mx/piav/introduccion.html>
- ❑ Rage, E. (1997) Ciclo vital de la pareja y de la familia Ed. Plaza y Valdez México Pp. 115 – 136.
- ❑ Ramírez, F. (2000) Violencia masculina en el hogar Ed. Pax México Pp. 1 – 16.
- ❑ Sarasua, Zubizarreta, Echiburua, y Corral (1996) "Perfil psicológico del agresor a la mujer en el hogar" en: Echiburua E. Op. Cit.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- ❏ Sarquis, (1995) Introducción al estudio de la pareja humana. Ed. Paidós Buenos Aires Argentina.
- ❏ Sauza, M. (1996) Dinámica y evolución de la vida en pareja Ed. Manual moderno México Pp. 43 - 50
- ❏ SCIAM, (2002) “¿Qué es el sistema CIAM?” en: <http://www.inmujer.df.gob.mx/sisciam/index.html>
- ❏ Schwarz, A.; Schweppe, R., (2001) Guía fácil de PNL, Ed. Robin Book, Barcelona, España.
- ❏ Straus (1990) “violencia física en las familias americanas: los factores de riesgo, una adaptación a violencia en 8145 familias” en: Journal of family violence, num. 4 Pp. 161 – 180.
- ❏ Valadez, S. (2003) Material didáctico de los módulos I – IV del diplomado “Programación Neurolingüística” UNAM – FES Iztacala.
- ❏ Varela, M.( 2001) “Sanciones de la Violencia Familiar” programa transmitido el día 22 de mayo del 2001 en canal 11 Diálogos en confianza, sinopsis disponible en: [www.oncctv.ipn.mx](http://www.oncctv.ipn.mx)
- ❏ Vázquez, S. (1995) (1995) La violencia en la pareja (tesis de licenciatura) UNAM – FES Iztacala.
- ❏ White, M. (1994) Guía para una terapia familiar sistémica Ed. Gedisa Barcelona, España. Pp. 167 - 174

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- ❑ Zambrano, J., (2000) PNI para todos, el modelo de la excelencia Ed. Alfaomega México Pp. 69.
- ❑ Zubizarreta, Sarasua, y cols.,(1996) "Consecuencias psicológicas del maltrato domestico" en: Echemburua E. Op. Cit

# ANEXO

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

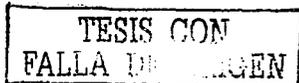
# PAGINACIÓN DISCONTINUA

## CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

Este cuestionario tiene como propósito general el indagar acerca de tus opiniones sobre la violencia te pedimos contestes de la manera más sincera posible. Todas tus respuestas se conservaran de manera anónima y confidencial. Gracias por tu cooperación.

1. ¿Para ti qué es la violencia?
2. ¿Qué tipos de Violencia conoces?
3. ¿Te consideras una persona violenta? SI NO ¿Por qué?
4. ¿En alguna ocasión dentro de una relación interpersonal se llevo a presentar alguna escena violenta? ¿De que manera?
5. En caso de que tengas esta situación en el presente ¿Con que frecuencia se presentan episodios violentos en tus relaciones?
6. ¿Cuál es tu opinión acerca del uso de la violencia para resolver conflictos dentro de las relaciones interpersonales?

Agradecemos tu colaboración



**FORMATO DE BITÁCORA**

Semana del _____ al _____ de _____			
Fecha	Características de la situación	Proceder real	Proceder ideal

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

**CUESTIONARIO PARA DETECTAR CREENCIAS****Ejercicio de detección de creencias**

- I. Recuerda una situación en la que se haya presentado un episodio violento o en la que experimentaste algún tipo de discriminación de género
- II. Una vez que tengas ubicado ese evento contesta las siguientes cuestiones:
  - a) ¿Qué ideas respecto a la violencia te fueron inculcadas por tu padre?
  - b) ¿Y que ideas a este respecto te inculco tu madre?
  - c) ¿Cómo se comportaba su madre cuando se enfadaba? ¿Cómo sabía él que estaba enfadada?
  - d) ¿Cómo se comportaba su padre cuando se enfadaba? ¿Y sus hermanos? ¿Y él mismo?
  - e) ¿Qué mensajes recibió de sus padres en relación a la expresión de la ira? ¿Era aceptado algún tipo de violencia?
  - f) ¿Son las mismas ideas que poseen tus hermanos en caso de tenerlos?
  - g) ¿Qué ideas acerca del uso de la violencia te fueron transmitidas por tus amigos?
  - h) ¿Cuáles de estas actitudes y creencias continuas manteniendo en la actualidad?
  - i) ¿Realmente estas de acuerdo con ellas?

Anota aquí las creencias que detectaste con este ejercicio con respecto a la violencia

---

---

---

---

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN