



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO.

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA.

“VIOLENCIA DEL HOMBRE A LA MUJER EN LA RELACIÓN DE PAREJA”

TESIS PROFESIONAL
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A N:
BEATRIZ LÓPEZ MARTÍNEZ
MARISOL LIRA VILLA

DIRECTOR DE TESIS:

LIC. JUAN ANTONIO VARGAS BUSTOS

SINODALES:

LIC. ÁNGEL ENRIQUE ROJAS SERVÍN
LIC. MARCO VINICIO VELASCO DEL VALLE



TLALNEPANTLA, EDO. DE MÉXICO. SEPTIEMBRE, 2004.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

Dedico este trabajo:

A DIOS:

Por ser mi pastor y guiarme en cada momento de mi vida

A MIS PADRES:

Por su gran apoyo, comprensión y amor durante este proceso tan importante en mi vida, sin ustedes no lo hubiera logrado. Los amo mamá y papá.

A MIS HERMANOS ARTURO, MIGUEL Y VANESSA:

Por ser mis compañeros de viaje durante todos estos años, gracias por cada momento que compartimos de felicidad, tristeza, enojo y situaciones difíciles que nos ayudaron a crecer y madurar individualmente para ser lo que hoy somos.

Los amo.

A MI QUERIDO SOBRINO AYAX ALEJANDRO:

Por ser un hermoso regalo que Dios nos envió para iluminar nuestras vidas y por enseñarnos con tus sonrisas, besos y abrazos lo sencillo que es dar amor.

A MIS TÍOS BEATRIZ Y POLI:

Por todo su apoyo y amor no sólo para mí sino para toda mi familia, gracias por ser parte de nuestras vidas.

A SAMANTHA:

Por tu amistad en todos estos años, tu cariño, consejos, comprensión y sobre todo ser mi luz en los momentos de oscuridad. Gracias amiga, te quiero mucho.

A MARIBEL:

Gracias por ser una persona maravillosa. Tu cariño, comprensión y apoyo me han ayudado a seguir adelante. Te quiero mucho, nunca olvides lo importante que es tu amistad en mi vida.

A NOEMÍ Y MARGARITA:

Por compartir todos estos años el proceso de ser psicóloga y por su amistad muchas gracias.

A CLAUDIA:

Por ser una buena amiga durante más de diez años y por enseñarme que aun cuando nos separamos nuestra amistad sigue siendo fuerte y hermosa como el primer día que nos conocimos.

A MIGUEL MONDRAGÓN:

Por tu compañía en mi proceso terapéutico y por enseñarme que el ser psicóloga es un compromiso de amor, responsabilidad y ética. Gracias.

A TODOS AQUELLOS QUE A LO LARGO DE MI VIDA ME ENSEÑARON COSAS MARAVILLOSAS COMO SEGUIR CREYENDO QUE LA VIDA ES UN BELLO REGALO DE DIOS, GRACIAS POR SU COMPAÑÍA Y AMOR:

A MARISOL:

Por ser mi cómplice en la elaboración de este proyecto, gracias por todos estos años de amistad. “Lo logramos”. Felicidades.

A JUAN ANTONIO VARGAS:

Por compartir conmigo tus conocimientos y permitirme tener una visión más amplia acerca de ser psicóloga. Gracias.

A VÍCTOR MANUEL MARTÍNEZ MIRANDA:

Por ser mi compañero en el final de este proyecto, gracias por alentarme a seguir adelante cuando en mi desesperanza creí no poder terminar. TE AMO y espero que estemos juntos en muchos otros proyectos ya que sé que tú también lo lograrás.

A TI “MILAGRO INESPERADO”.

Por venir a darme una nueva luz a mi vida, esta ilusión de esperar tu llegada me da la fuerza a continuar y ser mejor persona. Te amo y aún no te conozco, con todo mi amor esperaré tu llegada.

CON AMOR, BEATRIZ.

A MI MAMÁ:

Por tu amor, apoyo y comprensión. Que con tu ejemplo y tus valiosos consejos me formaste como la mujer que soy. Sin tu esfuerzo no hubiera sido posible, te quiero mucho.

ALEJANDRO, MARISELA Y AMÉRICA:

Por la enseñanza, apoyo y cariño que me brindan en las buenas y en las malas. Los quiero mucho.

A ISMAEL:

Por tu gran amor, paciencia, apoyo y compañía. Gracias por estar conmigo siempre que te necesito. Te amo.

A MI HIJO ISAAC:

Por su cariño incondicional y mostrarme lo fácil que es dar amor.

A MARCOS:

Por ser mi mejor amigo, con el cual aprendí muchas cosas. Te guardo un cariño muy especial por que estuviste conmigo en los momentos más importantes de mi vida. Te quiero mucho.

A MARIBEL:

Por tu amistad, tus consejos y tú cariño. Por ser una persona íntegra e incondicional, te quiero.

A MIS AMIGAS PATY, CARMEN Y VERÓNICA:

Que forman parte importante de una etapa de mi vida. Gracias por su amistad y su cariño.

A NOEMI Y MARGARITA:

Hemos compartido muchos años de amistad, que ha perdurado aún después de nuestra formación, las quiero.

A JOSÉ LUIS, MICKY Y JESÚS:

Por los momentos que vivimos, sus consejos y su cariño. Los quiero mucho.

A JUAN ANTONIO VARGAS:

Gracias por tu paciencia y tu apoyo. Por haber dedicado tu tiempo y tus conocimientos para la terminación de este ciclo de mi vida.

A TODOS AQUELLOS QUE DE ALGUNA MANERA YA NO ESTAN, PERO QUE FUERON IMPORTANTES EN MI VIDA.

CON CARIÑO, MARISOL.

ÍNDICE

ÍNDICE.....	X
RESUMEN	X
INTRODUCCIÓN	IX
<u>CAPÍTULO 1. HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA.....</u>	26
1.1. ANTECEDENTES DE LA PSICOLOGIA.....	26
1.2. DEFINICIÓN DE PSICOLOGÍA.....	42
<u>CAPITULO 2. MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL.....</u>	45
2.1. ANTECEDENTES DEL MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL.....	45
2.1.1. DEFINICIÓN DEL MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL.....	50
2.2. EL MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL EN LA PSICOLOGÍA CLÍNICA ACTUAL.....	55
<u>CAPITULO 3. RELACION DE PAREJA.....</u>	57
3.1. ANTECEDENTES HISTÓRICOS.....	57
3.2. CONCEPTO DE PAREJA.....	61
<u>CAPITULO 4. VIOLENCIA DE LAS PERSONAS EN LA PAREJA.....</u>	70
4.1. DEFINICIÓN DE VIOLENCIA.....	70
4.2. ASPECTOS BIÓLOGICOS Y SOCIALES.....	72
4.3. ASPECTOS COGNITIVOS Y CONDUCTUALES.....	77
<u>CAPITULO 5. VIOLENCIA MASCULINA EN LA PAREJA.....</u>	83
5.1. VIOLENCIA DEL HOMBRE A LA PAREJA.....	83
5.2. LA FUNCIÓN DE LAS CREENCIAS EN LOS MIEMBROS DE LA PAREJA.....	91
CONCLUSIONES	95
BIBLIOGRAFÍA	99

RESUMEN

La psicología ha abarcado muchas áreas de estudio en las que se involucra al ser humano. Una de estas áreas ha sido las relaciones que los individuos establecen constantemente entre ellos, las cuales dependen de múltiples factores. Dichas relaciones pueden ser de trabajo, amigos, familiares o pareja.

El término de pareja es utilizado para referirse a la unión de dos personas que comparten espacios, intereses, u objetivos, dentro de la cual la parte fundamental son los acuerdos que se establecen entre los miembros de la misma, delimitando la manera en que dirigirán y experimentarán su relación.

En la mayoría de las investigaciones se ha definido a la violencia en la pareja de forma peyorativa, viéndola como un hecho malo por sí mismo. Además de resaltar el papel de la mujer como víctima, y el del hombre como victimario, olvidando que la violencia también se genera de la mujer al hombre, así como en personas del mismo género; y sobre todo ésta no necesariamente tiene que ser aversiva, ya que su interpretación dependerá de la función para cada integrante de la pareja.

Es por esto que la violencia se ve, no como un problema, sino como una forma de convivencia en la relación de pareja.

INTRODUCCIÓN

Históricamente, el estudio de la psicología comienza por la admiración que siente el hombre ante dos realidades que llaman poderosamente su atención: el mundo de los objetos materiales y su propia conciencia, dos realidades que se le presentan inabarcables y desorganizadas. La primera labor de la conciencia es poner orden en el mundo; para ello el hombre, según la expresión bíblica, da nombre a los objetos que se presentan ante él. De esta clasificación y categorización de los fenómenos de acuerdo con sus regularidades aparece la forma más primitiva de ciencia física.

Un problema distinto surge cuando el hombre se enfrenta a su propia conciencia, es entonces cuando se descubre como parte del mundo y al mismo tiempo distinto del mundo. Ante un fenómeno tan extraño y tan novedoso, el hombre necesita dar una explicación que encontrará en la mitología o en la reflexión filosófica. En los griegos aparecen los primeros de estos momentos históricos.

La idea de un alma como ente substancial residente de un cuerpo con capacidad de existencia independiente comenzó a ser considerada a partir de Pitágoras, al final del siglo V a. C. Platón desarrolló esta concepción, distinguiendo en el alma las funciones nutritiva, sensitiva y racional, y asignando el alma nutritiva a las plantas, la sensitiva a los animales, y la racional a los hombres. Estas funciones representan una jerarquía evolutiva pues cada nivel superior incluye los inferiores.

Platón presenta la actividad del alma como constitutiva de las funciones básicas del hombre, lo mismo que la noción de que las actividades más simples evolucionan hacia actividades más complejas. Por otra parte el alma absolutamente perfecta en sí misma, se encuentra en el cuerpo como una cárcel, a través del cual va reconociendo el mundo que le rodea (reminiscencia). Las cosas son un reflejo de las ideas, porque su ser consiste en su participación en ellas.

Platón establece la necesidad de que exista algo permanente y algo mudable, algo que permanece para siempre y algo que muere. Por otro lado el conocimiento requiere el uso de categorías con qué ordenar lo sensible, lo que captan los sentidos. Une las ideas del ser y del no ser, de lo idéntico y de lo diverso en aquellas categorías que ofrece el alma, pues no hay para estas categorías ningún órgano especial como para aquéllas, sino más bien que el alma por sí misma contempla lo que es común en todas las cosas (García, Montoya y Rodríguez, 1992).

Posteriormente, Aristóteles se separa de la concepción que Platón tiene del alma. El alma, de acuerdo con Aristóteles, es una entelequia del cuerpo; esto es, lo que da unidad a las distintas funciones del cuerpo. El énfasis en la unidad del alma y del cuerpo y la importancia de considerar el organismo como un todo.

Aristóteles sigue la tradición de los filósofos estoicos, concibiendo la mente como una tabula rasa, donde no hay nada escrito en acto: todo conocimiento viene de la experiencia como fruto del aprendizaje. Lo aprendido se acumula en la memoria, que tiene la virtualidad de hacer que imágenes presentes se refieran a objetos del pasado.

Aristóteles parte del análisis de la realidad concreta y, por inducción, llega a la existencia de potencias o facultades que radican en un alma o forma sustancial del cuerpo.

Lo importante de la concepción de la ciencia de Aristóteles es que intenta establecer dependencias causales entre eventos con contigüidad espacio-temporal, lo que exige del filósofo establecer relaciones de necesidad entre causa y efecto, es decir, que los hechos observados no pueden ser de otra manera de como suceden, dándose entre ellos una relación esencial. Con esto se intenta analizar las esencias de las cosas o, con otras palabras, qué son de verdad las cosas. La esencia no se da directamente a los sentidos sino a la inteligencia, los sentidos solamente pueden captar los accidentes, las apariencias sensibles, pero la inteligencia puede extraer de estos elementos la esencia de las cosas, con lo cual se hace posible la ciencia.

Aristóteles distinguió claramente entre los aspectos cognitivos y motivacionales del alma. Por una parte, señaló una serie de funciones cognitivas que van desde la sensación a la razón; y por otra, una serie de aspectos motivacionales que van desde la simple necesidad al deseo y la voluntad. A partir de los aspectos motivacionales, Aristóteles derivó una psicología dinámica, en la que el deseo fundamental del hombre es conseguir la felicidad, en la que se reúnan el placer y la verdadera vida moral (García, 1992).

En el siglo XIII apareció el “escolasticismo”, el cual estuvo arraigado teológica y religiosamente. En este periodo Santo Tomás es quien desempeña el papel sobresaliente en la tradición psicológica.

La psicología de Santo Tomás abarca no sólo el conocer y el hacer del hombre, sino también los de Dios y, por supuesto, de los ángeles, intermedios entre los dos; el saber de Dios aunado a su voluntad es la causa de todas las cosas. La psicología tomista está dominada completamente por la doctrina de la espiritualidad parcial del hombre. Ejemplo de esto es la transformación tomista de la doctrina aristotélica del hombre comprendido como animal altamente especializado que razona, recuerda, siente y se mueve. Pero aunque el ser humano es espíritu sólo en parte, es esta parte la que posee la máxima importancia. Para Santo Tomás, es fundamentalmente la parte corpórea del hombre la que lo limita en lo tocante al conocimiento, la voluntad y la perfectibilidad general del ser.

Santo Tomás parte del dualismo alma-cuerpo, argumenta que como Aristóteles dice que el principio intelectual puede actuar separadamente del organismo, la psique no es una forma del cuerpo. Además, si el alma es la forma del cuerpo y el cuerpo no puede existir sin una forma, entonces, puesto que el cuerpo existe, tiene su forma única. Por lo tanto, este compuesto que es el hombre consiste en un cuerpo más un alma, por lo que es un ser doble. Para Santo Tomás el alma espiritual no espacial es un rasgo inevitable de la constitución del hombre. Para él el alma es: “el espíritu o aliento que se deriva directamente de Dios y a cual, por ser incorruptible, regresa a su dador cuando perece el cuerpo corruptible” (Kantor, 1990).

Posteriormente, una de las aportaciones más importantes para el desarrollo de la psicología moderna es la que hizo Rene Descartes en el siglo XVII. Fue el primero en ofrecer un acercamiento al problema mente-cuerpo en el terreno físico-psicológico. Al hacer esto centró el estudio de la mente en las operaciones que ésta lleva a cabo. Los métodos de investigación se trasladaron desde el campo metafísico al campo objetivo y de la observación.

Mente y cuerpo, según Descartes, son dos entidades distintas, que no tienen nada en común. La materia y el cuerpo son entidades extensas, que operan de forma material y que se explican desde los principios físicos y mecánicos. La mente es inextensa, libre e insustancial o carente de sustancia. Pero lo nuevo es que la mente y el cuerpo, a pesar de ser completamente distintos, pueden interactuar en el organismo humano. La mente puede influir en el cuerpo y el cuerpo en la mente, de donde surge la idea del interaccionismo mente-cuerpo (García, 1992).

Durante esa época se explicó el problema de la relación entre alma –cuerpo mediante el interaccionismo, paralelismo psicofísico, monismo materialista y monismo espiritualista. En tanto que en el siglo XIX, uno de los más grandes impactos en la psicología fue el desarrollo de los principios evolucionistas en biología, geología y demás ciencias afines. Los psicólogos tomaron las ideas de los biólogos para reforzar la noción de la psicología como ciencia natural y, de tal modo, la doctrina de la evolución se convirtió en uno de los instrumentos que utilizaron en sus intentos de naturalizar el alma.

El establecimiento de la teoría de la evolución, de Charles Darwin, fue uno de los eventos de mayor importancia no sólo para la psicología, sino para toda nuestra cultura. Esta teoría sugirió un retorno a la biopsicología científica de Aristóteles. A lo largo de este periodo predominó la creencia de que tenía que existir alguna diferencia absoluta entre los animales –que existen mecánicamente –y el hombre, con su alma divina e inmortal. En este momento la doctrina del alma se debilitó relativamente.

Los psicólogos evolucionistas sustituyeron el alma por procesos psíquicos; a pesar de ello, este cambio de la interpretación dio lugar a un mejoramiento científico de la tradición psicológica. La doctrina de la evolución sacó a la superficie que todos los animales tenían alma o ninguno la tenía, los psicólogos prefirieron la segunda variante; el resultado de esta inclinación fue que al final todos opinaron que el alma era realmente conducta.

Con esta teoría se afirmó que los eventos psicológicos y los biológicos están íntimamente relacionados, en el sentido de que el evento psicológico no puede producirse antes de la terminación de la prolongada evolución biológica, la cual proporciona algunos de los factores indispensables. Toda conducta psicológica consiste en las actividades de los organismos y, de tal modo, las características del evento psicológico dependen parcialmente del desarrollo biológico anterior, tanto de la especie como del individuo (Kantor, 1990).

Después del periodo filosófico la psicología se institucionaliza y la consecuencia fue una nueva generación de psicólogos experimentales. En 1875 un grupo de científicos y filósofos dirigidos por Wilhelm Wundt se interesa en aplicar métodos científicos al estudio de la mente humana en donde buscaban los elementos básicos de la conciencia, la forma en que estos elementos se juntaban y las leyes de esa conexión.

A Wundt se le considera el fundador de la nueva ciencia experimental por establecer el primer laboratorio en la Universidad de Leipzig, Alemania, en 1879, en donde afirmó que los estados mentales conscientes podían estudiarse a través de la manipulación sistemática de variables antecedentes y se les podían analizar mediante técnicas de introspección cuidadosamente controladas ya que su objetivo consistía en analizar la experiencia consciente en busca de sus sensaciones y sentimientos elementales.

Posteriormente uno de los líderes del movimiento para concentrar la psicología hacia el estudio de la conducta fue J. B. Watson, quien creía que la esencia de la ciencia debería ser que su material fuese públicamente observable y mensurable.

Según Watson el dominio de la psicología debía ser el de las relaciones entre las respuestas (movimientos musculares y mensurables de un organismo) y los estímulos (cambios en la energía física de ciertos aspectos del ambiente). No tomaba en cuenta la conciencia, los sentimientos, las imágenes y todos los procesos mentales por no ser observables (Mckeachie y Lackner, 1970).

De esta manera surgió una nueva clase de psicología conocida como conductismo, el cual daba énfasis en el papel del aprendizaje (condicionamiento) siendo esto una de las áreas centrales de investigación en la totalidad de la psicología. Las teorías conductuales del aprendizaje se denominan teorías estímulo –respuesta (E-R) debido a su intento por analizar toda la conducta con base en unidades estímulo-respuesta sin que importe qué tan compleja sea la conducta (Gross, 1998).

Por lo que el centro de interés de la psicología se enfocó hacia el aprendizaje incluyendo en mayor o menor medida de contenidos referentes al interior del organismo que aprende. La conciencia es por lo tanto, estéril como medio y como principio de explicación y queda reducida a la integración de procesos fisiológicos. Lo relevante es que una vez dado el estímulo, la psicología debe predecir la respuesta; o de manera inversa, una vez dada la respuesta, la psicología debe especificar la naturaleza del estímulo (Watson, 1913, en Caballo, Buela-Casal y Carboles.,1995).

A partir de esto varios investigadores orientaron sus esfuerzos hacia el estudio de dos procedimientos: el condicionamiento clásico y el condicionamiento operante.

El condicionamiento clásico investigado por Pavlov, se interesa por los estímulos que evocan respuestas automáticamente. Se consideran estímulos en el medio ambiente como: un ruido, un choque, una luz y el sabor de la comida, que provocan respuestas reflejas; a estos estímulos se les llama incondicionados. A las respuestas reflejas producidas por estos estímulos se les denomina respondientes o respuestas incondicionadas, y se les considera como involuntarias o automáticas porque no se encuentran bajo el control del individuo. Pensó que el condicionamiento consistía esencialmente en modificaciones efectuadas en los

centros cerebrales “superiores”, de hecho, tomó al sistema nervioso como la base del aprendizaje y del condicionamiento (Kantor, 1990).

Por otra parte, en el siglo XX el conductismo influenciado por Skinner consideraba las consecuencias ambientales como controladoras de la conducta; también hizo una distinción entre conducta respondiente y operante. La conducta respondiente se basa en el modelo E-R, llamado asociación de estímulos, mientras que la conducta operante está controlada por sus consecuencias y es aprendida, es decir, la conducta puede ser moldeada, fortalecida, mantenida o debilitada por sus consecuencias. Al procedimiento mediante el cual la conducta está en función de sus consecuencias le llamó condicionamiento operante (R-E). Definió a la conducta como “el movimiento de un organismo o de alguna de sus partes en un marco de referencia provisto por el mismo organismo o por varios objetos externos o campos de fuerza (Skinner, 1938, en Serrano, 2001).

Skinner planteó el análisis experimental de la conducta, estableciendo relaciones funcionales del organismo y su medio ambiente teniendo como características su objetividad, funcionalidad y la descripción de la conducta.

A partir de la teoría del condicionamiento, conocida como modificación de conducta, las aproximaciones terapéuticas del comportamiento se caracterizaron por su énfasis en el incremento o decremento de patrones conductuales tipificados como problema.

Debido a la restricción conceptual de la teoría del condicionamiento en lo que se refiere a las conductas no observables apareció la llamada “revolución cognitiva”, en donde existe un elemento de suma importancia para el estudio del comportamiento humano: la cognición, la cual se refiere a “la serie de procesos mediante los cuales la información sensorial que ingresa al organismo se transforma, reduce, elabora, almacena, recobra o utiliza” (Neisser, 1967, en Serrano, 2001).

Los psicólogos cognoscitivos mantienen un enfoque de procesamiento de información, e intentan comprender la “mente” y sus habilidades en fenómenos como la percepción, el aprendizaje, el pensamiento y el uso del lenguaje. Este enfoque a diferencia del conductual,

toma en cuenta los eventos privados. Su estudio se centra en la estimulación sensorial vista como información; dicha información entra en el individuo, se procesa, transforma, recupera y usa en analogía a lo que sucede con una computadora digital.

El mérito de introducir los aspectos cognitivos se debe a Tolman, el cual realizó estudios sobre aprendizaje utilizando laberintos como situaciones experimentales. Colocando ratas privadas de comida en sus laberintos, se dio cuenta de que con el paso de los ensayos los sujetos cada vez cometían menos errores y, por ende, menos tiempo tardaban en llegar a la comida. En su estudio, Tolman sugirió que a lo largo del aprendizaje un mapa del entorno se establecía en el cerebro de sus ratas, comparando sus resultados con los de aquellos que sugerían de la conducta solamente la correlación observable entre dos eventos (Serrano, 2001).

A partir de estas dos teorías: la teoría de la modificación de la conducta y la teoría cognitiva, surge el modelo cognitivo conductual. De acuerdo con Mahoney (1974, en Serrano, 2001), la mezcla cognitivo conductual surgió como resultado de no considerarse, dentro del análisis experimental de la conducta, el papel de los eventos privados: los sentimientos y los pensamientos.

Kazdin (1989), señala que este modelo se desarrolla a partir de la insatisfacción de las explicaciones restringidas a E-R y resaltando el poder de los procesos cognitivos en la modificación de la conducta desadaptativa. A partir de esto, se busca la manera de constituir un modelo que reúna por un lado el análisis de la conducta y por otro su aplicación colocando su interés en la conducta manifiesta y los acontecimientos ambientales que la influyen.

El modelo cognitivo conductual resalta la interdependencia de los múltiples procesos que están envueltos en los pensamientos, sentimientos y conductas del individuo, así como en las consecuencias ambientales (Avia, 1983).

Mahoney (1979) sugiere que la perspectiva cognitivo–conductual presenta amplias posibilidades clínicas, ya que los procesos cognitivos son factores permanentes e influyen en la actividad del sujeto.

La mayor parte de las técnicas cognitivas centran su atención en la percepción y en la interpretación que el individuo hace de los acontecimientos externos, más que en la influencia directa de sus circunstancias ambientales.

Los procedimientos de intervención están basados en los siguientes principios:

- a) El organismo humano responde a las representaciones cognoscitivas del medio, no al medio propiamente dicho.
- b) Las representaciones cognoscitivas están relacionadas con el proceso de aprendizaje.
- c) La mayor parte de aprendizaje humano se comunica cognoscitivamente.
- d) Los pensamientos, los sentimientos y las conductas son causalmente interactivas (Mahoney, 1979).

Se agrupan una variedad de técnicas cognitivo-conductuales que pueden utilizar los psicólogos como: técnica de habilidades de afrontamiento, resolución de problemas, el entrenamiento auto-instructivo y los diversos procedimientos de autocontrol. Las características que tienen en común es que usualmente son activas, de tiempo limitado y considerablemente estructuradas. Están diseñadas para ayudar al individuo a identificar, hacer pruebas de realidad y corregir los conceptos distorsionados e inadecuados y las creencias irracionales.

Dentro de estas técnicas se encuentran:

1. Entrenamiento en la resolución de problemas. Consiste en clarificar y comprender la naturaleza específica del problema, la valoración inicial del problema que va a implicar la respuesta inmediata de la persona ante un problema no definido. Después de definir y

formular el problema se da la generación de alternativas, que es hacer que estén disponibles tantas soluciones como sea posible, con el fin de llegar a la mejor solución.

2. Desensibilización sistemática. Fue creada y desarrollada por Wolpe, a partir de trabajos experimentales, donde utilizaba la aproximación gradual introduciendo al individuo al fenómeno de habituación, que consiste en la disminución progresiva de una respuesta ante la presentación repetida del estímulo.

3. Entrenamiento asertivo. Es atendido por una más de las habilidades sociales que un individuo debería poseer en su repertorio mediante autorrefuerzo y mejores relaciones con las personas de su entorno. Su objetivo es saber expresar adecuadamente ideas que van dirigidas a los demás. Las conductas asertivas verbales las dividen en tres grupos: a) establecer, mantener y terminar conversaciones, b) habilidades de relación adicional y c) habilidades de protección.

4. Autocontrol. Su objetivo es enseñar al individuo estrategias para modificar su conducta en distintas situaciones con el propósito de alcanzar metas a largo plazo.

5. Reestructuración cognitiva. Su objetivo es modificar la manera de pensar del individuo. Primero se presenta la idea fundamental, se repasan los supuestos irracionales, se analiza el problema desde el punto de vista racional- emotivo y por último se le enseña a la persona a modificar sus autoafirmaciones internas.

6. Terapia racional emotiva. Intenta resaltar la participación de la persona en cuanto a la formación de habilidades de afrontamiento, minimizando sus trastornos emocionales y conductas auto derrotistas. Se ocupa de las conductas, emociones y cogniciones. Emplea métodos cognitivos, emotivos y conductuales de una forma integral. Sus técnicas son: a) Cognitivas: Debate filosófico –refuta las creencias irracionales, interpretaciones y consecuencias- para interpretar un cambio cognitivo al estar envuelto en la situación. b) Emotivas: Ejercicios de ataque de vergüenza –ayuda a al paciente a ver que cuando otros desapruaban su conducta ellos no tienen por que aceptar tales veredictos y mantener su

propio placer-, ejercicios de correr riesgos –se arriesga al paciente a actuar en situaciones en las que normalmente no lo haría teniendo presente tanto el cambio conductual como el cognitivo- , desensibilización in vivo –ayuda a tolerar formas de extrema ansiedad antes de ayudarles a reducirla. c) Conductuales: Autocontrol, reforzamiento, castigo (Avía, 1983).

La multiplicación de los estudios psicológicos condujo al desarrollo de numerosas especializaciones. Destacan entre éstas, la intensificación de los estudios sobre animales y las comparaciones entre las conductas de las diferentes especies (psicología animal y comparada). La teoría evolucionista realzó el interés de los médicos en la conducta y las características de los niños, de manera que surgió la psicología infantil. Se desarrolló la psicología fisiológica, la social y la psicolingüística. Así también las exigencias de la vida llevaron a primer plano la especialidad de la psicología anormal y la profesión del psicólogo clínico.

Con respecto a la psicología clínica, se considera que se desarrolló a partir de que Lightner Witmer inauguró la Clínica Psicológica en la Universidad de Pensilvania en 1896, y acuñó además el término psicología clínica. Su enfoque sobre la conducta, en oposición a los procesos internos inferidos, se refleja en su definición del diagnóstico psicológico como una interpretación de la conducta observable de los seres humanos (Haller, 1973).

En sus inicios la psicología clínica se ocupó específicamente del desarrollo y administración de los test mentales. No progresó mucho antes de que se introdujera la prueba de inteligencia, ya que no puede haber duda de que fue la escala de Binet el factor más poderoso en el desarrollo y expansión de la psicología clínica.

Es importante mencionar que el movimiento de pruebas no fue el único factor importante en el desarrollo histórico del trabajo clínico en psicología, sino que existían otros acontecimientos que tuvieron también una importancia decisiva. Por mencionar algunos se encuentra: La evolución del movimiento de higiene mental en 1908, la primera clínica de orientación infantil para trabajar con niños delincuentes en 1909 (en sus inicios las clínicas tenían como principal preocupación la delincuencia pero más tarde fueron ampliando el

ámbito de sus actividades hasta incluir casi todo tipo de problemas de adaptación), el estudio y tratamiento de los problemas mentales desarrollándose la psicología anormal., siendo así la aplicación de las técnicas psicológicas y el estudio de los desórdenes de la personalidad el precursor natural de la psicología clínica.

Otro antecedente histórico que vale la pena mencionar, es el desarrollo del psicoanálisis, que llevaron a cabo Sigmund Freud y sus seguidores, el cual insistió en la importancia que tienen los factores psicológicos en la etiología y tratamiento de la neurosis, así como los determinantes inconscientes del comportamiento.

A partir de la Segunda Guerra Mundial fue cuando revolucionó el entrenamiento y el ámbito trabajo clínico dentro de la psicología a causa del número cada vez mayor de individuos que necesitaban cuidado psicológico y rehabilitación y del número tan limitado de médicos disponibles para este tipo de trabajo, el papel del psicólogo recibió un impulso extraordinario.

A partir de esto a la psicología clínica se le reconoció como un área distinta de especialización dentro de la psicología profesional. Además se establecieron programas específicos de entrenamiento con docentes y el grado de Doctorado en Psicología Clínica (Garfield, 1979).

Actualmente la psicología es una disciplina sumamente útil para resolver problemas en las relaciones humanas; quizás el aspecto más estudiado tanto a nivel teórico como en el práctico ha sido el área clínica. El psicólogo clínico se ocupa de la investigación, de la evaluación individual y del tratamiento; lo que constituyó su labor fue su actitud clínica, la idea no sólo de aprender acerca de la conducta (en especial de la que presenta problemas) sino de hacer algo al respecto. Si bien no todos los psicólogos clínicos se dedican a todas estas actividades, es la combinación de investigación, evaluación e intervención necesaria para entender en términos psicológicos la conducta humana y los conflictos internos, respetando a la persona en su individualidad e intentando ayudarla en sus necesidades,

dentro de una sola disciplina, lo que da la forma y esencia de la psicología clínica (Berstein, 1988).

Una de las áreas que ha investigado la psicología clínica ha sido la relación de pareja. De acuerdo con González (1997, en Ramírez y Vázquez, 2002) la Real Academia Española alude que la palabra “pareja” proviene del latín *par* o *paris*, y significa igual o semejante totalmente. La definición viene a darse como el conjunto de dos personas que tienen alguna correlación o semejanza. Menciona que una pareja es “la unión de dos personas mutuamente elegidas para relacionarse afectiva, amorosa y /o sexualmente. A su vez estas personas no sólo poseen características psicológicas sino también biológicas, culturales, sociales, familiares, religiosas, económicas y simbólicas...”.

Díaz (1998, en Ramírez y Vázquez, 2002) la define como “aquella interacción o intercambio, el dar y recibir entre dos personas de diferente género, en donde cada persona puede obtener satisfacción o insatisfacción mutua de dicha relación, y en cuyo momento ambas personas se encuentran en una exploración y conocimiento mutuo, con posibilidades de llegar a decidir tener una futura vida de pareja en común, dentro o fuera del matrimonio, con institución legal y /o sacramental”.

Al respecto Álvarez (1996, en Ramírez y Vázquez, 2002) afirma que la unión de una pareja y su sostenimiento radicará en que se conserven los niveles de atracción física, intelectual y afectivas, a la vez que cada uno tenga la capacidad de entender las necesidades y motivaciones del otro ejerciendo la comunicación y la empatía adecuadas, así mismo deberá cada uno mantener su propia identidad y respeto hacia el otro y así establecer un equilibrio entre las necesidades propias y las del otro.

El individuo aprende a vivir en pareja desde temprana edad, ya sea por su educación, su familia y la sociedad, formando sus propias ideas o conceptos de lo que es una pareja, por lo que se tiene el concepto de que las parejas se mantienen unidas por que existe confianza, amor, comprensión, respeto, fidelidad, seguridad, apoyo, y también existen parejas que se caracterizan por la desconfianza, infidelidad, celos, posesión, violencia, egoísmo. De esta

forma se van generando distintos tipos de comportamiento en cada integrante de la pareja, como es el respeto, confianza, amor, egoísmo, desconfianza, celos y la violencia en la pareja.

Corsi (1999) considera que la violencia es “una situación en la que la persona con más poder abusa de otra con menos poder... implica siempre el uso de la fuerza para producir un daño. Es una forma de ejercicio del poder mediante el empleo de la fuerza (ya sea física, psicológica, económica, política); ésta se constituye como un método posible para resolver conflictos interpersonales, como un intento de doblegar la voluntad del otro. La violencia implica una búsqueda de eliminar los obstáculos que se oponen al propio ejercicio del poder mediante el control de la relación obtenido a través del uso de la fuerza”.

Para Ramírez (2000) la conducta violenta existe en la pareja, en la relación hombre-mujer como una forma inadecuada de resolver conflictos puesto que se trata de eliminar dificultades que impiden realizar libremente el ejercicio del poder ante la parte contraria que es la sumisión. La forma en que el hombre mantiene controlada y domina a la mujer es invadiendo sus espacios, los espacios son el ámbito territorial que una persona necesita para sobrevivir y desarrollarse sana y plenamente. Existen cinco espacios: físico, emocional, intelectual, social y cultural; mientras más espacios invada el hombre más esta ella bajo su control. El espacio físico incluye dos partes: el cuerpo de la persona (su piel, movimientos, expresiones, color, estatura, sus formas de percepción, etc.) y el espacio donde desarrolla sus actividades (vivienda, lugares donde desarrolla su trabajo, lugares donde ejecuta tareas importantes para ella). Por espacio intelectual se entienden las creencias, ideas y pensamientos de una persona. Este espacio le permite saber que es diferente a otras personas y valorarse como individuo para crear un proceso de intercambio con otros individuos; al invadir este espacio el hombre busca anular las ideas y pensamientos de la pareja para que ya no pueda implementar su independencia y lo consulte antes de tomar una decisión. El espacio emocional son las experiencias individuales de cómo la persona procesa internamente su relación con el mundo externo. El espacio social es todo aquel donde se desarrollan contactos, interacciones e intercambios entre dos o más personas. El espacio cultural abarca las diversas formas de procesar la realidad de acuerdo con

parámetros establecidos por el aprendizaje que el individuo ha establecido en su grupo social, familiar, económico, étnico, religioso, educativo y geográfico.

El hombre invade estos espacios por medio de la violencia física, sexual, emocional y verbal.

La violencia física es el contacto directo con el cuerpo de la otra persona mediante golpes, empujones, jalones, jalar el cabello, forzarla a tener relaciones sexuales, etc.; es también limitar sus movimientos de diversas maneras: encerrarla, provocarle lesiones, aventarle objetos y producirle la muerte. Otra forma de esta violencia consiste en realizar actos violentos alrededor de la persona. Esta violencia es el último recurso que el hombre utiliza, antes ya ha intentado controlar a su pareja de otras formas más sutiles, como la violencia emocional y verbal.

La violencia sexual se ejerce al imponer ideas o actos sexuales a la mujer; estas ideas se imponen generalmente por medio de la violencia verbal. Otra forma de violencia se realiza mediante la fuerza, violando a la mujer. Esta forma de violencia tiene un impacto muy profundo en la víctima porque invade todos los espacios de la mujer, aunque también existen hombres violados y generalmente es otro hombre.

La violencia emocional se manifiesta en actos que atacan los sentimientos o las emociones de la persona. Generalmente se hace mediante actitudes físicas que implican invalidación, crítica, juicios y descalificación. Estas actitudes son indicativos de desaprobación de la mujer. El hombre constantemente invade los espacios de su pareja para que pierda la perspectiva, se deje controlar y tenga menos capacidad de actuar para generar cambios y tomar sus propias decisiones.

La violencia verbal requiere el uso de palabras o ruidos vocales para afectar y dañar a la mujer, hacerla creer que está equivocada o hablar en falso de ella. Existen tres formas de ejercer este tipo de violencia: cosificar, degradar y amenazar. Cosificar consiste en hacer sentir un objeto sin valor a la persona poniéndoles sobrenombres o dirigiéndose a ella de manera despectiva. Degradar a la persona con frases como “mejor ni hables”, “ya ven

como es esta”, “eres una estúpida”. Amenazar a la mujer con promesas de violencia si ella intenta oponerse al hombre, ésta es la forma más usual de violencia verbal. Este tipo de violencia tiene como objetivo restringir sus actividades y especialmente negar su propia realidad al herirla emocionalmente, esto es violencia para Corsi (1999) y Ramírez (2000).

La violencia se ha definido como una situación en la que la persona con más poder abusa de otra con menos poder (Corsi, 1999), por lo que se ha entendido como un evento malvado en sí mismo.

Sin embargo, sólo es un estilo de comportamiento al que la sociedad ha etiquetado como “violencia”, y en donde nada tiene que ver con bondad o maldad, sino con creencias, mitos y deseos de cada individuo.

La violencia no implica implícitamente maldad, sólo tiene sentido desde el que la emite al que la recibe, es decir, es buena o mala dependiendo de la función que tenga y del contexto donde se lleve a cabo. Dicho comportamiento será considerado violento en tanto al otro así le resulte.

Por otro lado, en la mayoría de las investigaciones se ha definido a la violencia de forma peyorativa, viéndola como un hecho malo por sí solo, además de resaltar el papel de la mujer como víctima, y el del hombre como victimario, olvidando que la violencia también se genera de la mujer al hombre, así como en personas del mismo género, y sobre todo ésta no necesariamente tiene que ser negativa ya que su interpretación dependerá del rol que asuma cada integrante de la pareja.

Es por esto que la violencia se puede ver no como un problema, sino como una realidad, por lo que también se puede entender como una forma de convivencia en la relación de pareja. Además, si se cambia la concepción que se tiene de “violencia” se puede incidir de diferente forma sobre la violencia en la relación de pareja, tanto a nivel de terapia como en lo legal, no existiendo ni víctima ni victimario, sólo un individuo que se relaciona con un estilo de comportamiento que es la violencia, además de devaluar conceptos que se utilizan

cotidianamente como es la violencia psicológica, emocional o verbal sin ver que son lo mismo.

Por lo tanto, dicha investigación tratará de desmitificar a la violencia como un acto negativo, para así poder entenderla como un acto violento neutro y estudiar a la pareja de forma individual ya que se considera que no por el hecho de ser pareja se deja de ser individuo y que aun cuando comparten espacios, no dejan de tener sus propias expectativas acerca de la relación.

Por lo que es de nuestro interés conocer cuáles son los factores que intervienen para que la violencia del hombre hacia la mujer sea una forma de convivencia en la relación de pareja. En la presente investigación se define como violencia cuando una persona obre contra otra sin el conocimiento y/o consentimiento del mismo, ya sea por acción u omisión sin que esto necesariamente resulte negativo

Como violencia en la pareja se define aquella interacción entre dos personas en la que un integrante o ambos tienen intercambios, en donde no existe el conocimiento y/o consentimiento del otro para llevarse a cabo, sin que esto necesariamente resulte aversivo.

Por lo tanto el objetivo de dicha investigación será analizar los factores que intervienen para que la violencia del hombre hacia la mujer sea una forma de convivencia en la relación de pareja desde el modelo cognitivo conductual.

El análisis de este trabajo se desplegará en cinco capítulos: en el primero se expondrá la historia de la psicología, así como su definición; en el segundo se abordarán los antecedentes del Modelo Cognitivo Conductual, su definición y desarrollo en la psicología clínica actual; en el tercero se detallarán los antecedentes históricos de la relación de pareja y se señalarán las diferentes definiciones de ésta; en el cuarto se dará a conocer cómo se ha definido la violencia y se explicarán los aspectos biológicos, sociales, conductuales y cognitivos, y en el quinto y último, se abordará lo que es la violencia masculina en la pareja y la función de las creencias.

CAPÍTULO 1

HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA

1.1. ANTECEDENTES DE LA PSICOLOGIA.

Puede decirse que la ‘Psique’, ‘alma’, ha sido el objeto de la psicología desde el siglo IV a. C. con Platón y Aristóteles. Para los griegos se da el estudio del hombre cuando se descubre como parte del mundo y al mismo tiempo distinto del mundo, a partir de lo cual intenta dar una explicación a través de su filosofía. Su trabajo inicial se centró en la realidad externa, la del mundo material, realizando sólo algunos tanteos en la realidad subjetiva, a la cual denominarían alma.

A final del siglo V a. C. se consideró el alma como ente substancial residente de un cuerpo con capacidad de existencia independiente. De hecho, Platón diferenció en el alma las funciones nutritivas (plantas), sensitivas (animales) y racionales (hombres). Estas funciones representan una jerarquía evolutiva pues cada nivel superior incluye los inferiores (García, Montoya y Rodríguez, 1992).

Platón dividió la naturaleza del alma en tres partes: en primer lugar estaba el alma inmortal o racional, que localizó en la cabeza; en segundo lugar tendríamos el alma impulsiva o animosa, que ubicó en el tórax; finalmente, existiría el alma pasional o apetitiva, que situó en el vientre. Las dos últimas almas las consideró mortales y ligadas al cuerpo, mientras que el alma racional, emparentada con el mundo de las formas, sería inmortal, siendo la única posibilitada para el acceso al conocimiento, además de encargarse del control de las dos almas mortales (Sánchez-Barranco, 1996).

El núcleo de su concepción está en la propuesta de que existen, más allá de las apariencias, unas ideas o formas universales y eternas. En los primeros momentos, Platón supuso que tales ideas eran inmanentes a hechos particulares (por ejemplo, la idea de redondez sería inherente a la esfera). Con el paso de tiempo, fueron establecidas como completamente

trascendentes, reinantes en una especie de mundo divino y muy alejadas de la realidad cotidiana (Sánchez-Barranco, 1996). Sus ideas del ser o del no ser las reúne en la concepción del alma, ya que para él ésta incluye lo que es similar en todas las cosas.

A diferencia de esto, Aristóteles consideró el alma como una invención del cuerpo; esto es, lo que da unidad a las distintas funciones del cuerpo. El énfasis en la unidad del alma y del cuerpo y la importancia de considerar el organismo como un todo. Enfocó el conocimiento del alma con base en supuestos determinantes naturales, susceptibles de un tratamiento empírico, al igual que cualquier otro elemento de la naturaleza. Entendió el estudio del alma como una parte de la filosofía o conocimiento de la naturaleza, abandonando las posturas que la enmarcaban dentro de presupuestos suprasensibles, inaccesibles a través de la metodología empírica (Sánchez-Barranco, 1996).

Además continuó con la tradición de los filósofos estoicos, concibiendo la mente como una tabula rasa, donde no hay nada escrito en acto: todo conocimiento viene de la experiencia como fruto del aprendizaje. Lo aprendido se acumula en la memoria, que tiene la virtualidad de hacer que imágenes presentes se refieran a objetos del pasado.

Aristóteles parte del análisis de la realidad concreta y, por inducción, llega a la existencia de potencias o facultades que radican en un alma o forma sustancial del cuerpo. Lo importante de la concepción de la ciencia de Aristóteles es que intenta establecer dependencias causales entre eventos con contigüidad espacio-temporal, lo que exige del filósofo establecer relaciones de necesidad entre causa y efecto, es decir, que los hechos observados no pueden ser de otra manera de como suceden, dándose entre ellos una relación esencial. Con esto se intenta analizar la esencia de las cosas o, con otras palabras, qué son de verdad las cosas. La esencia no se da directamente a los sentidos sino a la inteligencia, los sentidos solamente pueden captar los accidentes, las apariencias sensibles, pero la inteligencia puede extraer de estos elementos la esencia de las cosas, con lo cual se hace posible la ciencia.

Aristóteles distinguió claramente entre los aspectos cognitivos y motivacionales del alma. Por una parte, señaló una serie de funciones cognitivas que van desde la sensación a la razón; y por otra, una serie de aspectos motivacionales que van desde la simple necesidad al deseo y la voluntad. A partir de los aspectos motivacionales, Aristóteles derivó una psicología dinámica, en la que el deseo fundamental del hombre es conseguir la felicidad, a la que se unen el placer y la verdadera vida moral (García, 1992).

Los ingredientes esenciales de la metodología aristotélica son la observación, la inducción, la causalidad, la deducción y la necesidad, todo lo cual estimó válido tanto para las cuestiones del alma como para cualquier otra cosa del orden natural. Aristóteles se sirve de una estrategia inductiva para construir el conocimiento, partiendo habitualmente de la observación de la realidad concreta, de la que infiere por inducción la existencia de potencias o facultades, desde lo que accede al principio primordial de vida o alma. Además asume el punto de vista comparativo, teniendo en cuenta la pluralidad de los hechos que suceden en los distintos órdenes de los seres vivos, marcando cuáles son sus convergencias y divergencias.

Con base en todo ello, establece los presuntos principios explicativos de lo observado, con lo que supera las meras descripciones, proponiendo las causas de los fenómenos, insistiendo en que la relación causa-hecho debía de cumplir la condición de necesidad, lo que implica la superación de la mera contingencia, sentando con ello bases epistemológicas de calidad científica (Sánchez Barranco, 1996).

En la Edad Media, a partir del siglo IV d. C., se ocasiona una revivificación de las ideas platonianas, por ser éstas aparentemente más acordes con los dogmas cristianos imperantes: se defiende fanáticamente la existencia de la verdad revelada, con carácter de conocimiento absoluto, indiscutible e irrefutable, cuya fuente inmediata eran los textos literales de las Sagradas Escrituras. Consiguientemente, la existencia del mundo y del hombre se interpretan como fruto de un acto divino, insistiéndose en que el compromiso ineludible de la filosofía en buscar en el mundo y en la mente del hombre los rastros del plan creador de Dios.

En lo que toca a la psicología, el enfoque más característico de esta época viene dado por su concentración en discusiones especulativas en torno a la naturaleza y atributos del alma, de forma justamente antiética a la que se lleva a cabo en la ciencia, ya que no se comienza con el planteamiento de problemas o hipótesis a contrastar, sino a partir de verdades dogmáticas indiscutibles (Sánchez-Barranco, 1996).

Esta línea de pensamiento, escolasticismo, resalta que la función de la filosofía (el camino del conocimiento) es la de ser sierva de la teología: la filosofía puede, en todo caso, aclarar o enriquecer la verdad pero no producirla, pues tal verdad está dada por Dios en la revelación y su administración sólo corresponde a la Iglesia cristiana. La filosofía, por tanto, exclusivamente podía tener como tarea analizar tal verdad e intentar mostrar que es una verdad necesaria. En este periodo Santo Tomás es quien desempeña el papel sobresaliente en la tradición psicológica. Para él la psicología comprende tanto a Dios como al hombre; es decir, el saber de Dios unido a la voluntad del hombre es la causa de todas las cosas. Su psicología está influida totalmente por la doctrina de la espiritualidad parcial del hombre; consideró que aunque el ser humano es espíritu sólo en parte, ésta es la más importante, y que el cuerpo lo limita en cuanto al conocimiento y la voluntad.

Para Santo Tomás, el alma es la forma sustancial que constituye el cuerpo del hombre, así como su vida biológica, psicológica y espiritual. La toma como “un espíritu o aliento que se deriva directamente de Dios y la cual regresa a su dador cuando el cuerpo muere”. Por lo tanto, el hombre es un cuerpo más un alma siendo un ser doble (Kantor, 1990).

El alma es subsistente, inmortal pero en sí misma lleva una relación intrínseca con la materia, sin la cual no puede existir. Tomás rechaza la preexistencia del alma en el sentido de los platónicos. El alma tuvo su origen en la generación; pero entonces era sólo un alma vegetativa (propia de las plantas), que tras larga evolución pasó a ser un alma sensitiva (propia de los animales), y luego fue sustituida por el alma racional, creada inmediatamente por Dios. Desde este momento el alma racional realiza también las funciones de la vida vegetativa y sensitiva.

En concreto, para Santo Tomás el conocimiento se inicia sobre la base de lo que penetra por los sentidos y culmina en el entendimiento, contando con facultades anímicas intermedias como el sentido común, la imaginación y la memoria (Sánchez-Barranco, 1996).

En la psicología moderna, en el siglo XVII, Rene Descartes terminó definitivamente con el dogmatismo del pensamiento escolástico, aunque realmente no atacó sus procedimientos intelectuales, dado que no invocó la experiencia como último baluarte del conocimiento, sino que dejó establecida la razón: cuando descubrió que no podía estar seguro de nada, recurrió a la ayuda de la razón, dejando de lado el presupuesto de la verdad revelada. En todo caso, para Descartes, la tarea de la filosofía y de la razón no sólo es analizar una verdad dada, sino también descubrirla, lo que supone el reverso de la Escolástica: la verdad ha de encontrarse con base al método de la duda radical, método que organiza en reglas para la dirección del espíritu. Mediante tal método se descubren, en el marco de la lógica, sentencias cuya verdad no puede ponerse en duda, pues si se niegan se cae en el ilógico. Ninguna proposición que esté basada (esto es, en la información transmitida por los sentidos) supera la prueba de la duda metódica, aunque pueda ser psicológicamente sostenible, por lo que el empirismo es rechazado como camino para confirmar el conocimiento, siendo la vía de la razón, con base en una proposición de la que sea imposible dudar, tanto desde el ángulo de la lógica como del de la experiencia psicológica, la única forma de acceder a la verdad (Sánchez-Barranco, 1996).

Descartes trató de demostrar la existencia de un mundo material, manteniendo que el hombre no existe sólo como sustancia pensante, sino también como un ser finito, puesto que un ser infinito no podía dudar. Su aportación más importante para el desarrollo posterior de la psicología fue el intento de resolver el problema de la interacción cuerpo-mente, que fue tema de controversia durante siglos.

Las posiciones anteriores a Descartes sostenían que la mente puede ejercer influencia sobre el cuerpo, pero el cuerpo influye muy poco en la mente. Descartes aceptó la posición dualista. La mente y el cuerpo son desde luego distintos, pero las relaciones entre cuerpo y

mente son mucho más estrechas de lo que se pensaba en el pasado. La materia y el cuerpo son entidades extensas, que operan de forma material y que se explican desde los principios físicos y mecánicos. La mente es inextensa, libre e insustancial o carente de sustancia; la mente y el cuerpo, a pesar de ser completamente distintos, pueden interactuar en el organismo humano, es decir, la mente puede influir en el cuerpo y el cuerpo en la mente.

Siendo el primero en ofrecer un acercamiento al problema mente-cuerpo en el terreno físico-psicológico, al hacer esto, centró el estudio de la mente en las operaciones que está llevando a cabo y los métodos de investigación se trasladaron desde el campo metafísico al campo objetivo y de la observación (García, 1992).

Durante esa época se pretendió el problema de la relación entre alma –cuerpo por:

a) Interaccionismo. El cuerpo y el alma actúan separadamente, pero al mismo tiempo la actividad del uno influye o puede influir sobre la del otro.

b) Paralelismo psicofísico. La actividad es también separada, pero ya no se da la interacción mutua, no obstante ambas actividades están correlacionadas o van una a una.

c) Monismo materialista. La única realidad verdadera es la del cuerpo y la actividad espiritual es un fenómeno aparente.

d) Monismo espiritual. La única realidad verdadera es la del alma y la actividad del cuerpo es un fenómeno aparente (Caparrós, 1980).

Además es importante mencionar que a partir de Descartes se dieron esquemáticamente los progresos siguientes:

1. El paso de una investigación sobre la esencia de la mente, el alma, a una investigación sobre sus facultades, resaltando sus procesos y sus efectos, independiente de la sustancia que pudiera componerla. Y por otra parte:

2. El paso de una concepción del cuerpo como una máquina a la de entenderlo como un organismo, cosa que permitía reconstruir la unidad cuerpo-mente, superando en algún grado el dualismo cartesiano.

Lo primero se inicia con los empiristas ingleses, especialmente con Locke, Berkeley y Hume. El segundo paso tan importante lo darán los enciclopedistas (Buffon y La Metrie) y los ideólogos (Condillac y Cabanis). Con todo esto, a finales del siglo XVIII se tiene ya una auténtica fundación de las ciencias del hombre, aunque se necesitara todavía algún tiempo más para que tome cuerpo definitivo la psicología como disciplina autónoma.

Por otro lado, la historia de la psicología también ha estado relacionada con los problemas de la evolución y de las diferencias individuales; es decir, en el siglo XIX, uno de los más grandes impactos en la psicología fue el desarrollo de los principios evolucionistas en biología, geología y demás ciencias afines. Se tomaron las ideas de los biólogos para reforzar la noción de la psicología como ciencia natural y, de tal modo, la doctrina de la evolución se convirtió en uno de los instrumentos que utilizaron en sus intentos de naturalizar el alma.

El establecimiento de la teoría de la evolución, de Charles Darwin, fue uno de los eventos de mayor importancia no sólo para la psicología, sino para toda nuestra cultura. Esta teoría sugirió un retorno a la biopsicología científica de Aristóteles. A lo largo de este periodo predominó la creencia de que tenía que existir alguna diferencia absoluta entre los animales – que existen mecánicamente – y el hombre, con su alma divina e inmortal. En este momento la doctrina del alma se debilitó relativamente, se afirmó que los eventos psicológicos y los biológicos están íntimamente relacionados, en el sentido de que el evento psicológico no puede producirse antes de la terminación de la prolongada evolución biológica, la cual proporciona algunos de los factores indispensables. Toda conducta psicológica consiste en las actividades de los organismos, y, de tal modo, las características del evento psicológico dependen parcialmente del desarrollo biológico anterior, tanto de la especie como del individuo (Kantor, 1990).

Darwin no fue psicólogo ni intento hacer psicología, pero sus afirmaciones contienen las llaves que abrirán muchos nuevos campos de investigación en la psicología. Al estudiar la vida como función adaptativa y no el contenido de la mente, inicia un movimiento en pro del estudio de los mecanismos de adaptación del organismo al ambiente, que va a culminar con el funcionalismo americano y con las modernas teorías conductistas. Al señalar la continuidad y la semejanza entre los animales y los hombres (expresión de las emociones...), rompe la tremenda barrera que Descartes puso entre unos y otros, y así se inicia la floreciente escuela inglesa de la psicología animal, que provocara el entusiasmo por la psicología comparada en Estados Unidos desde finales del siglo pasado, entusiasmo que crecerá progresivamente hasta nuestros días (García, 1992).

Más tarde, cuando la psicología se institucionaliza principia a aplicar métodos científicos en sus estudios como lo hizo Wilhelm Wundt, el cual utilizó la introspección como técnica para analizar la experiencia consciente, en busca de sensaciones y sentimientos elementales. Esto de acuerdo a que afirmaba que los estados mentales conscientes se podían estudiar a través de la manipulación de variables antecedentes. Intentó reducir la complejidad de la mente en sus unidades básicas: sensaciones, imágenes y sentimientos, afirmando que estos elementos al unirse no se modifican y lo que crean no es nada más que la unión de esas partes, lo físico acompaña a lo psíquico, pero no le influye, son dos eventos que se producen al mismo tiempo, pero uno no es causa del otro.

Para Wundt la única forma de conocer lo que ocurre en la mente de un sujeto es mediante la experiencia interna, por tanto el método que utiliza es la introspección, pues sólo a través del propio sujeto se puede saber lo que ocurre en la mente. La meta de la introspección consistía en analizar la experiencia consciente en búsqueda de sus sensaciones y sentimientos elementales. Sensaciones se refería al contenido sensorial en bruto de la conciencia, desprovisto de todo “significado” o interpretación; se suponía que todos los pensamientos, ideas, percepciones conscientes, etc., eran combinaciones de sensaciones que podían definirse en sólo cuatro dimensiones: modo (visual, auditivo, etc.), calidad (colores y formas de las sensaciones visuales), intensidad y duración. Así, el análisis introspectivo de la experiencia de observar una imagen en movimiento no contendría referencias a los

objetos representados en la imagen, sino la minuciosa descripción de fragmentos de luz, de diferentes colores, intensidades y duraciones (Gross, 1998).

Wundt consideraba dos aspectos esenciales en el comportamiento: a) Una cosa es el aspecto objetivo o la objetividad, lo que estamos viendo, sintiendo o percibiendo, b) Otra cosa es la subjetividad, cómo captamos eso que estamos percibiendo. Existían 4 rasgos distintivos dentro de su teoría:

- a) Fenomenista. Lo que existe son los fenómenos mentales. No hay ninguna sustancia, ni material, ni espiritual, sino que hay fenómenos mentales que varían y cambian a lo largo del tiempo. La conciencia no existe, lo que hay es estados de conciencia, cambian con el tiempo.
- b) Voluntarista. Le da mucha importancia a los sentimientos, a la voluntad. Dentro de cómo sentimos, de cómo captamos las sensaciones están los sentimientos.
- c) Elementalista. Lo único que puede estudiar y por lo que se interesa es por las cosas elementales de la psicología que son las sensaciones, es la parte más pequeña y las lleva al laboratorio para analizarlas científicamente.
- d) Estructuralista. Considera a la conducta como una estructura, en donde cada elemento de esta estructura depende del resto (Myers, 1994).

Debido al papel central de la introspección en el estudio de la conciencia, la primera rama de la psicología de Wundt llegó a denominarse psicología introspectiva y su intento por descomponer el pensamiento consciente en sus sensaciones y sentimientos elementales se conoce como estructuralismo (Gross, 1998).

J. B. Watson creía que lo propio de la ciencia debería ser que su material fuese públicamente observable y mensurable; que las relaciones entre las respuestas (movimientos musculares y mensurables de un organismo) y los estímulos (cambios en la energía física de ciertos aspectos del ambiente) debería ser del dominio de la psicología, ya que no tomaba en cuenta la conciencia, los sentimientos, las imágenes y todos los procesos

mentales por no ser observables. A partir de este momento el estudio de la psicología se centró en la conducta (Mckeachie y Lackner, 1970).

Watson fundamentó su postura en dos principios metodológicos: a) la conciencia ya no podía ser el objeto de estudio de la psicología, más bien debería ser la conducta manifiesta, debería de estudiar una serie de estímulos ambientales (E) y las respuestas (R) que ellos evocaban; b) se debe de abandonar la introspección como método de estudio, ya que no permite el estudio objetivo de la conducta.

Consideró el pensamiento como movimientos implícitos al habla; las emociones las consideró como reacciones somáticas producidas en respuesta a estímulos externos más que a procesos o percepciones conscientes, se pueden comprender en términos de respuestas específicas, incluyendo respuestas visuales, cambios en la respiración y en el pulso, y otras manifestaciones fisiológicas.

El aprendizaje empieza a ser la principal área de estudio para la psicología, a partir de lo cual se demostró la evolución de la conducta a través de la modificación acumulativa de las actividades del organismo, surgiendo así el conductismo. Desde la perspectiva de Watson la psicología se tenía que redefinir, y en 1913 publicó un artículo llamado “la psicología desde el punto de vista del conductista” al cual es frecuente que se haga referencia como el “Manifiesto Conductista”, una carta constitutiva para una verdadera psicología científica. Es así como redefinió la psicología como “la ciencia de la conducta”, en lugar de la tradicional “ciencia mental”.

Según Watson, “la psicología desde la perspectiva del conductista, es una ciencia natural meramente objetiva. Su meta teórica es la predicción y el control de la conducta. La introspección no forma parte esencial de sus métodos, ni el valor científico de sus datos depende de la disposición con que estos se presten a interpretación en términos de la conciencia. El conductista no reconoce línea divisoria entre el hombre y la bestia. La conducta de un hombre, con todos sus refinamientos y complejidad, forma sólo una parte del esquema total de investigación del conductista (Gross, 1998)”.

Declaró que no pensaba que fuesen muy útiles ni el funcionalismo ni el estructuralismo, que eran los sistemas más destacados de su tiempo. Como trabajaba con animales, él no tenía necesidad de postular ni la mentalidad, ni la conciencia; se contentó con la observación de sus animales en los laberintos y en otros aparatos particularmente convenientes para el estudio de las ratas (Kantor, 1990).

La psicología se enfocó hacia el aprendizaje, incluyendo en mayor o menor medida contenidos referentes al interior del organismo que aprende. La conciencia es, por lo tanto, estéril como medio y como principio de explicación y queda reducida a la integración de procesos fisiológicos (Watson, 1913, en Caballo, Buena-Casal y Carboles, 1995).

A partir de esto varios investigadores orientaron sus esfuerzos hacia el estudio de dos procedimientos: el condicionamiento clásico y el condicionamiento operante. El fisiólogo ruso Iván Pavlov, precursor del estudio del aprendizaje, se interesó por el condicionamiento clásico, por los estímulos que evocan respuestas automáticamente. Se consideran estímulos en el medio ambiente como: un ruido, un choque, una luz y el sabor de la comida, que provocan respuestas reflejas; a estos estímulos se les llama incondicionados. A las respuestas reflejas producidas por estos estímulos se les denomina respondientes o respuestas incondicionadas; a éstas se les considera como involuntarias o automáticas porque no se encuentran bajo el control del individuo. Pensó que el condicionamiento consistía esencialmente en modificaciones efectuadas en los centros cerebrales “superiores”; de hecho, tomó al sistema nervioso como la base del aprendizaje y del condicionamiento (Kantor, 1990).

Después de estudiar la secreción salival en los perros, vio que cuando depositaba alimento en la boca del perro el animal invariablemente secretaba saliva. También advirtió que cuando trabajaba varias veces con el mismo perro, el animal salivaba ante los estímulos relacionados con la comida: la mera visión del alimento, de la fuente del alimento, de la persona que regularmente traía la comida, o incluso el sonido de los pasos de esa persona que se aproximaba. Pavlov condicionó a un perro de modo que salivase en presencia de otros estímulos: una chicharra, una luz, un toque en la pata, incluso la visión de un círculo.

Afirmó que la salivación, como respuesta al alimento en la boca, era una respuesta no condicionada, porque la reacción no depende de la experiencia previa del perro. El alimento en la boca origina automática e incondicionalmente el reflejo salival del perro. Es una respuesta innata o no aprendida. Como el alimento siempre produce este efecto, Pavlov lo denominó estímulo no condicionado. La salivación como respuesta al sonido de la campanilla depende de que el perro aprenda la asociación entre el sonido y la comida; denominó respuesta condicionada a esta respuesta aprendida. El estímulo tonal previamente neutro que desencadena la salivación condicionada recibe el nombre de estímulo condicionado.

Pavlov y otros colaboradores exploraron las causas y los efectos del condicionamiento clásico. Identificaron cinco procesos principales de condicionamiento: adquisición, extinción, recuperación espontánea, generalización y discriminación. En la extinción se presenta repetidamente el EC solo, una vez que adquiere la capacidad de producir una RC; después ya no se refuerza al sujeto al presentarle el EC, así la respuesta disminuye gradualmente. En la generalización, una RC es provocada por otros estímulos similares. La discriminación es cuando la respuesta condicionada se produce ante un estímulo concreto y no ante otros que sean similares (Myers, 1994).

Skinner llamó condicionamiento operante al procedimiento mediante el cual la conducta está en función de sus consecuencias. En relación con sus estudios precursores con las ratas y más tarde con las palomas, diseñó la caja de Skinner. En su forma típica, la “caja” es una cámara a prueba de sonidos con una barra o una tecla que el animal presiona o picotea para obtener una recompensa de alimento o agua, y con un artefacto que registra estas respuestas. Sus experimentos no se limitaron en enseñar el modo de crear comportamientos en ratas, sino que exploraron las condiciones exactas que promueven el aprendizaje eficiente y duradero. Mediante el condicionamiento operante un sujeto tiene más probabilidades de repetir las formas de conductas recompensadas (reforzadas) y menos probabilidades de repetir las formas de conducta castigadas.

El condicionamiento clásico y el operante implican ambos la adquisición, la extinción, la recuperación espontánea, la generalización y la discriminación. La diferencia entre ambos es que el primero implica la conducta del que responde, es decir, una conducta reflexiva que aparece como una respuesta automática a ciertos estímulos; el segundo implica la acción voluntaria denominada conducta operante porque el acto opera sobre el ambiente para obtener estímulos compensatorios o punitivos (Myers, 1994).

Partiendo de sus estudios Skinner planteó el análisis experimental de la conducta, en donde establece relaciones funcionales del organismo y su medio ambiente. Las características de este análisis son:

- a) Objetividad. Identifica los estímulos del medio ambiente y de las conductas, las respuestas del organismo.
- b) Funcionalidad. Relaciona la conducta con uno o varios estímulos del ambiente, en donde la conducta está en función de sus consecuencias.
- c) Descripción. De eventos o conductas medibles y cuantificables.

A partir de la teoría del condicionamiento conocida como modificación de conducta, las aproximaciones terapéuticas del comportamiento se caracterizaron por su énfasis en el incremento o decremento de patrones conductuales tipificados como problema. Además habían quedado fuera del estudio del psicólogo conductista los procesos cognitivos, las conductas simbólicas, el lenguaje y la experiencia consciente.

Durante cinco décadas el conductismo fue el que influyó en la psicología, pero debido a la restricción conceptual de la teoría del condicionamiento, en lo que se refiere a las conductas no observables apareció la llamada “revolución cognitiva”, en donde existe un elemento de suma importancia para el estudio del comportamiento humano: la cognición, la cual se refiere a “la serie de procesos mediante los cuales la información sensorial que ingresa al

organismo se transforma, reduce, elabora, almacena, recobra o utiliza” (Neisser, 1967, en Serrano, 2001, pág. 4).

Las investigaciones sobre el pensamiento se hicieron en tres áreas: categorías y conceptos, razonamiento deductivo e inductivo, y solución de problemas, siguiendo el modelo de inteligencia artificial. Del lenguaje se investigaron los procesos de: comprensión, producción y adquisición (García, 1992).

E. Ch. Tolman estableció los aspectos cognitivos dentro de la psicología; a pesar de que fue muy criticado por los psicólogos conductistas, actualmente es uno de los pioneros de la psicología cognitiva. Realizó estudios sobre aprendizaje utilizando laberintos como situaciones experimentales: colocó ratas privadas de comida en sus laberintos, se dio cuenta de que con el paso de los ensayos los sujetos cada vez cometían menos errores y, por ende, menos tiempo tardaban en llegar a la comida. En su estudio, Tolman sugirió que a lo largo del aprendizaje un mapa del entorno se establecía en el cerebro de sus ratas, comparando sus resultados con los de aquellos que sugerían de la conducta solamente la correlación observable entre dos eventos. Introdujo variables como: la cognición, las capacidades y las habilidades cognitivas, también aspectos motivacionales como propósitos o demandas (Serrano, 2001).

El objeto de la psicología cognitiva no es la conducta que depende directa o indirectamente del estímulo, sino a la actividad humana de un sujeto activo que busca, elige, interpreta, elabora, transforma, almacena y reproduce la información proveniente del medio ambiente o del interior. Esto es con un propósito con el cual planifica, programa, ejecuta y corrige la acción en el proceso o al término de la misma. Esta actividad procesadora genera una información adicional a la que proviene del estímulo y es función de múltiples factores.

Las investigaciones de la corriente cognitiva se refieren a aspectos dinámicos de todos los aspectos mentales que forman parte del procesamiento de información: codificación, almacenaje, recuperación, comparación, ejecución, control, etc. Se estudian variables que directamente no pueden observarse, pero que de alguna manera se puede concluir su

existencia, estructura, proceso y cuantificación partiendo de las variables de estímulo y respuesta. Frecuentemente utiliza modelos de investigación provenientes de la cibernética, de la teoría matemática, de la información, el procesamiento de información, etc. (García, 1992). Sin dejar de referirse a las conductas, trata de explicarlas mediante una serie de procesos mentales. Tales procesos analizan y procesan la información recibida, toman decisiones y dan lugar a las múltiples formas de comportamiento (Carpintero, 1998).

A partir de estas dos teorías, la teoría de la modificación de la conducta y la teoría cognitiva, surge el Modelo Cognitivo Conductual. De acuerdo con Mahoney (1974, en Serrano, 2001), la mezcla cognitivo conductual surgió como resultado de no considerarse, dentro del análisis experimental de la conducta, el papel de los eventos privados: los sentimientos y los pensamientos. Uno de los representantes de este modelo es Albert Ellis, el cual da a conocer “la terapia racional emotiva”. Parte del hecho de que el hombre puede hablar y, lo que es más importante, puede hablarse a sí mismo. El hombre se dice a sí mismo máximas y normas de conducta (verbalizaciones internas) que en gran parte otros le han inculcado desde la infancia, y al repetírselas a sí mismo una y otra vez, pasan a formar parte de la filosofía de su vida a modo de postulados básicos, que pueden ser irreales, ilógicos y llenos de prejuicios. Además, si estas frases implican exigencias irracionales, al no poder ser cumplidas irán alimentando una mentalidad neurótica.

En 1960 Albert Bandura y Richard Walters ofrecen la teoría del aprendizaje en la que se enfatiza el carácter social y observacional del mismo. El hombre aprende a observar a otros (modelo), a la vez que elabora cognitivamente la conducta observada sin importar las consecuencias que tenga tal acción. Para la adquisición de una conducta basta la observación, aunque para su ejecución sea necesario el refuerzo en el modelo o en el observador. Se aprende sobre “bases puramente observacionales o vicarias”; se comprueba este hecho porque el observador puede no ejecutar respuestas manifiestas durante el periodo de información.

Para Dollard y Miller este tipo de aprendizaje no es como algo esencialmente cognoscitivo, sino como una conducta que se repite porque es reforzada en el modelo. El refuerzo, y no los aspectos cognoscitivos, es el factor principal (García, 1992).

Posteriormente, la multiplicación de los estudios psicológicos condujo al desarrollo de numerosas especializaciones. Destacan entre éstas, la intensificación de los estudios sobre animales y las comparaciones entre las conductas de las diferentes especies (psicología animal y comparada). La teoría evolucionista realzó el interés de los médicos en la conducta y las características de los niños, de manera que surgió la psicología infantil. Se desarrolló la psicología fisiológica, la social y la psicolingüística. Así también las exigencias de la vida llevó a primer plano la especialidad de la psicología anormal y la profesión del psicólogo clínico.

Actualmente la psicología es una disciplina sumamente útil para resolver problemas en las relaciones humanas; quizás el aspecto más estudiado tanto a nivel teórico como en el práctico ha sido el área clínica. El psicólogo clínico se ocupa de la investigación, de la evaluación individual y del tratamiento; lo que constituyó su labor fue su actitud clínica, la idea no sólo de aprender acerca de la conducta (en especial de la que presenta problemas) sino de hacer algo al respecto. Si bien no todos los psicólogos clínicos se dedican a todas estas actividades, es la combinación de investigación, evaluación e intervención necesaria para entender en términos psicológicos la conducta humana y los conflictos internos, respetando a la persona en su individualidad e intentando ayudarla en sus necesidades, dentro de una sola disciplina, lo que da la forma y esencia de la psicología clínica (Berstein, 1988).

1.2. DEFINICIÓN DE PSICOLOGÍA.

La palabra psicología se deriva de dos palabras griegas: psique (mente, alma o espíritu) y logos (discurso o estudio), que unidas significan “estudio de la mente”. Psique, alma, puede decirse que ha sido objeto de la psicología desde el siglo IV a.C. con Platón y Aristóteles, hasta el siglo XIX con los investigadores de los fenómenos mentales.

Con Descartes se cambia la perspectiva: en vez de partir de las cosas –realismo –empieza por el sujeto, y en particular por el conocimiento que éste tiene de las cosas; ahora todo se convierte de cosa, en idea –idealismo-. Desde esta perspectiva hay una realidad caracterizada por el conocimiento, por la conciencia, para la que todo lo que hay es fenómeno y consiste en ser percibido.

De esta manera se pensó a lo psíquico en términos de mente, como sustancia radicalmente distinta del cuerpo extenso, igualmente concebido como sustancia. El campo de la extensión pertenecerá a la física; el de la reflexión, a una psicología cuyo tema será la conciencia, o la vida mental.

La psicología de la conciencia ha conocido dos etapas. En la primera se encuentra una reflexión descriptiva, no experimental, de la vida mental, que enlaza con la psicología subjetiva moderna. La segunda coincide con la aparición de la psicología como ciencia natural, se ha procurado realizar el estudio científico de la conciencia en forma estrechamente vinculada a la fisiología, la ciencia natural del organismo, buscando aplicar procedimientos experimentales a la investigación. La psicología de la mente nace a partir de la psicología del alma por medio de una evolución gradual: primero, acentuó la reflexividad o conciencia del alma medieval; segundo, en la consideración filosófica de esa conciencia como una sustancia distinta de la sustancia que llamamos cuerpo; tercero, en el análisis descriptivo, reflexivo, de su actividad consciente; en cuarto, el análisis de la mente se ha añadido al fin de la introducción de una metodología experimental, propia de la

fisiología. En este momento se constituyó como psicología científica moderna, conduciéndose a la ciencia de la conducta.

La psicología estaba interesada en la objetividad de sus métodos y de sus resultados, tratando de ser una ciencia como la fisiología y las demás ciencias naturales. Al mismo tiempo, la conciencia resultaba un objeto individual, privado respecto de las otras ciencias. A partir de esto se dio un cambio y con esto una nueva definición de la psicología como ciencia, concibiendo a la psicología como “ciencia de la conducta o del comportamiento”.

Uno de los iniciadores de este cambio fue John B. Watson, definiendo al comportamiento como “lo que un organismo hace o dice, es decir, una actividad públicamente observable mediante la cual el organismo se relaciona con el medio que le rodea” (Kantor, 1990, p. 125).

Posteriormente se dio importancia a los procesos cognitivos, esto a partir del desarrollo de la cibernética, las ciencias de la computación y la inteligencia artificial, manifestando que la estimulación no era un simple proceso físico ni es un proceso elemental; en su mayor parte son situaciones sociales, históricas y culturales las que desencadenan una actividad responsiva en el humano. Además, habían quedado fuera del campo del estudio del psicólogo conductista los problemas del conocimiento, las cogniciones, las conductas simbólicas, el lenguaje, la experiencia consciente. Tratan de explicar la conducta mediante una serie de procesos mentales; tales procesos analizan y procesan la información recibida, toman decisiones y dan lugar a múltiples formas de comportamiento.

Es así como el estudio de la psicología ha tenido cambios en su definición. Del alma se pasó a la mente, estudiada por reflexión fisiológica; se pasó a su estudio científico, por razones metodológicas, por lo que se llegó a ver a la conducta como el verdadero objeto de estudio de la psicología, y se generó la idea de integrar lo mental con lo comportamental (García, 1992).

Se han manejado diversas definiciones de la psicología; por ejemplo, Hilgard (1973) define a la psicología como la ciencia que estudia la conducta del hombre y de los otros animales. Para Wittig (1992), la psicología es el estudio científico del comportamiento. Como tal la psicología describe el comportamiento y trata de explicar las causas del mismo.

Estas definiciones toman en cuenta sólo la conducta como lo manejaba el conductismo. Sin embargo, como se había mencionado, la nueva psicología se interesaba tanto por la conducta como por los procesos mentales, por lo que se establecieron algunas definiciones al respecto:

1. “La psicología es el estudio científico de la conducta de los individuos y de sus procesos mentales” (Zimbardo, 1992, en Gross, 1996).
2. “La psicología es la ciencia del comportamiento humano en sus diversas expresiones y contextos por medio de métodos sistemáticos de análisis” (Orozpe, 2001).

Actualmente la psicología es la ciencia encargada del estudio del comportamiento de los organismos en lo individual y su interacción con el medio. Una de las áreas tecnológicas de la psicología es la psicología clínica, la cual se encarga del estudio del comportamiento de los individuos en el contexto definido socialmente como clínico, y ante lo que el usuario o grupo de referencia define como problema, de la cual se hablará en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO 2

MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL

2.1. ANTECEDENTES DEL MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL.

La contribución de Pavlov fue determinante en las teorías del aprendizaje: trabajó con perros; se centró más en las respuestas glandulares que en las musculares y lo más importante es que se preocupó por los reflejos adquiridos en la vida animal. Pavlov decidió reproducir lo que la naturaleza había logrado a “enseñar” a un perro: a salivar ante la idea de comida. Por ejemplo, al enseñarle un plato de comida vacío, hizo sonar una campana justo antes de darle de comer a un perro hambriento repitiéndolo en varias ocasiones; midió la cantidad de flujo salival y el tiempo que se demoraba en comenzar cuando le sonaba la campana solamente. Descubriendo un proceso básico de aprendizaje, por medio del cual los organismos aprenden relaciones predictivas entre estímulos del ambiente, estableció el paradigma clásico estímulo–respuesta que ahora se llama “reflejo condicionado” (asociación de estímulos).

Infundido por los trabajos de Pavlov, John B. Watson aplicó los principios del condicionamiento clásico para remitir la fobia de un niño (fundando las bases de lo que después se llamaría conductismo). Watson pensó que un psicólogo conductista es capaz de predecir y controlar la conducta, identificando correctamente el estímulo y la respuesta, sosteniendo que todas las conductas aprendidas eran provocadas por un estímulo anterior. Este enfoque pretendía a la conducta desde un aspecto científico, a partir de conductas observables para la modificación de la misma.

Thorndike, Miller, Hull y en especial Skinner, modificaron el modelo estímulo–respuesta (E-R), orientándose hacia los efectos positivos y negativos de estímulos posteriores a la conducta, dando así mayor importancia al empleo de refuerzos positivos o negativos en el

aprendizaje. Su postura era que un estímulo reforzador ya sea positivo o negativo, sólo tiene efecto si es posterior a la respuesta.

El conductismo del siglo XX fue influenciado principalmente por B. F. Skinner, quien llegó a considerar las consecuencias ambientales como controladoras de la conducta; distinguió entre conducta respondiente y operante. La conducta respondiente se rige por el modelo E-R (llamado asociación de estímulos) y en él se enmarca toda conducta refleja o aprendida mediante asociación de un estímulo precedente, mientras que la conducta operante es la que está controlada por sus consecuencias y es aprendida, es decir, el comportamiento puede ser moldeado, fortalecido, o debilitado por sus consecuencias. A partir de esto planteó el análisis experimental de la conducta estableciendo relaciones funcionales del organismo y su medio ambiente.

Luthans y Kreitner (1984) exponen de manera clara y sintética los principios fundamentales y las técnicas y procedimientos específicos de la modificación de la conducta. Plantean tres principios fundamentales sobre modificación de la conducta:

1. **LOS EVENTOS DE LA CONDUCTA.** Los eventos o respuestas son los materiales básicos o mensurables de la conducta y deben ejercer efectos notables sobre el medio.
2. **FRECUENCIA DE LA RESPUESTA.** La conducta se mide en términos de su presencia de acuerdo a un período de tiempo.
3. **CONTINGENCIAS DE LA CONDUCTA.** Hace referencia a la relación recíproca entre la respuesta y la consecuencia, bajo el supuesto que la conducta está en función a sus consecuencias. El análisis funcional de la conducta reduce a ésta a tres elementos: antecedentes, conducta y consecuencia. Este modelo hace manipulable la respuesta por medio del control de las consecuencias y los antecedentes.

Entre las técnicas y procedimientos de la modificación de la conducta se encuentran:

1. Estrategias de intervención. Hay cuatro estrategias generales: refuerzo positivo, refuerzo negativo, castigo y extinción.
2. Programas de refuerzo. Determinan la ocasión bajo las cuales se presenta el reforzamiento. Así mismo existen tres tipos de reforzamiento: positivo, negativo e intermitente, de donde surgen cuatro modalidades: razón fija o variable, intervalo fijo o variable.
3. Discriminación y generalización. Cierta conducta puede presentarse en varias situaciones similares, o por el contrario bajo una situación específica.. En el primer caso se habla de una generalización de una respuesta, y en la segunda de una discriminación.
4. Conducta encadenada. Una consecuencia en una contingencia puede servir al mismo tiempo como antecedente de otra.
5. Conducta moldeada. Se utiliza para producir una conducta deseada cuando ésta no se encuentra en el repertorio conductual del individuo. Éste debe iniciar con alguna aproximación a la respuesta que se espera obtener, e ir reforzando y moldeando hasta que se fortalezca en el repertorio.

Hacia la década de 1960 los trabajos de Albert Bandura hacen énfasis en el papel que la imitación juega en el aprendizaje, formándose la Teoría del Aprendizaje Social , donde se afirma que el aprendizaje no sólo se produce por medio de la experiencia directa y personal sino que, fundamentalmente en los seres humanos, en la observación de otras personas así como en la información recibida por medio de símbolos verbales o visuales (Navarro, 1994).

Posteriormente aparece el enfoque que toma en cuenta los eventos privados, es decir, las cogniciones. El cognitivismo estudia diferentes aspectos:

- a) PROCESAMIENTO DE INFORMACIÓN. Adquisición, atención, percepción, lenguaje y memoria.
- b) CREENCIAS Y SISTEMAS DE CREENCIAS. Las ideas, actitudes y las expectativas de sí mismo y de otros.
- c) AUTORREPORTE. Monólogos privados, los cuales influyen en la conducta y los sentimientos.
- d) SOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO. Procesamiento conceptual y simbólico que incluye una respuesta afectiva para afrontar situaciones problemáticas.

Influyendo en la psicología cognitiva, la obra de Piaget (1954), se centró en el desarrollo de las estructuras y los procesos internos a los cambios evolutivos de la conducta humana en estos tres enfoques: el ordenador de Simon, el psicolingüístico de Chomsky y el biólogo de Piaget, existiendo un gran interés por la descripción de procesos y estructuras cognitivas internas (Mayer, 1981).

Aarón Beck y Albert Ellis son dos de los representantes principales. En lo que se refiere a la clínica, sus modelos de intervención denominados Terapia Cognitiva y Terapia Racional Emotiva, respectivamente, coinciden en que ambos hacen hincapié en las influencias que el pensamiento ejerce sobre las emociones, aunque desde el inicio admiten que no toda la vida emocional puede explicarse por el pensamiento. Afirman que el pensamiento de un individuo refleja su sistema de interpretación del mundo, vale decir, un conjunto de creencias, supuestos y reglas subyacentes que por lo general no son plenamente conocidas por las personas.

Los cimientos del Modelo Cognitivo Conductual son el aprendizaje clásico, aprendizaje operante, aprendizaje social y aprendizaje cognitivo, a partir de los cuales se generó la aparición de distintas escuelas: clásica, neoclásica y la cognitivo conductual, con el fin de

explicar la complejidad del comportamiento humano buscando una alternativa en cuanto al trabajo de la conducta anormal, partiendo que la conducta se torna anormal al no concordar con las características que se consideran como adaptativas o normales para un determinado grupo de personas y suponiendo que la normalidad está dada por ideologías, cultura, o conductas y /o pensamientos específicos de un cierto número de personas (Ribes, 1982).

La escuela clásica se fundamenta en el constructivismo radical, para el cual el mundo que experimentamos se construye automáticamente por nosotros mismos; la conducta humana se encuentra determinada exclusivamente por influencias ambientales, principalmente por el aprendizaje, negando la existencia de las cogniciones. Esta escuela marca la relación entre conocimiento y la realización misma del sujeto que es considerada como un tipo de adaptación y ajuste en cuanto a que es funcional para el individuo al relacionarse con el ambiente. El constructivismo hace una diferencia en lo que se refiere a la relación entre el saber y la realidad viéndola no como una correspondencia, sino como una adaptación al medio en un plano únicamente funcional. Es denominado radical, ya que desarrolla una teoría de conocimiento en la que éste se relaciona únicamente con el ordenamiento y organización del mundo constituido por experiencias, considerando dicha relación siempre como una adaptación o ajuste en el sentido de que sea funcional al individuo (su saber) con el ambiente (Cáparros, 1980).

La escuela neoclásica se fundamenta en la ciencia cognitiva, la cual se refiere al estudio de la analogía entre mente-ordenador, que sugiere que el ordenador es algo más que una simple herramienta conceptual. Entendiendo como ciencia cognitiva a “aquella disciplina que gira alrededor de varios intereses que persiguen el estudio de la cognición desde distintos enfoques”, tiene como finalidad el comprender los principios de la conducta cognitiva e inteligente, permitiendo una mejor comprensión de la mente humana y el aprendizaje de las habilidades mentales y el desarrollo de aparatos inteligentes que posiblemente aumenten las capacidades de la persona de manera importante (Norman, 1981).

Se conoce como neoconductistas a los psicólogos que abandonan el conductismo radical de Watson conservando su punto de vista metodológico, la visión mecanicista de la conducta, el ambientalismo y el aprendizaje, considerando que el papel del psicólogo es el de realizar una teoría que unifique tanto el procesamiento de información como la máquina.

La escuela cognitivo conductual se basa en la teoría del aprendizaje; su fundamento es relacionar el ambiente y las creencias del individuo (neoconductismo). El concepto fundamental es que las condiciones y el procesamiento de la información juega parte importante en la aparición y desarrollo de la conducta desadaptativa y el impacto de los eventos externos que es utilizado para mediar los procesos cognitivos. Busca la manera de constituir un modelo que reúna por un lado el análisis de la conducta y por otro su aplicación colocando su interés en la conducta manifiesta y los acontecimientos ambientales que la influyen, ya que la mayor parte de las técnicas cognitivas centran su atención en la percepción y en la interpretación que el individuo hace de los acontecimientos externos, más que en la influencia directa de sus circunstancias ambientales (Kazdin, 1989).

2.1.1. DEFINICIÓN DEL MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL.

El enfoque cognitivo conductual se desarrolla a partir de la insatisfacción de las explicaciones que se concretaban a estímulo-respuesta, resaltando la importancia de los procesos cognitivos en la modificación de la conducta desadaptativa. A partir de esto, se busca la manera de establecer un modelo que reúna por un lado el análisis de la conducta y por otro su aplicación, situando su interés en la conducta manifiesta y en los acontecimientos ambientales que influyen.

Sus procedimientos de intervención están basados en cuatro principios. El primero de ellos es que el organismo humano responde a las representaciones cognitivas del medio, no al

medio propiamente dicho; el segundo, es que estas representaciones cognoscitivas están relacionadas con el proceso de aprendizaje; el tercero, la mayor parte del aprendizaje humano se comunica cognoscitivamente, y el último es que los pensamientos, sentimientos y las conductas son casualmente interactivos (Mahoney, 1979).

Las técnicas que utiliza se basan en procedimientos tanto cognitivos como derivados de la modificación de la conducta, como son las técnicas operantes, técnicas de reducción de ansiedad, entrenamiento asertivo, técnicas de autocontrol y técnicas cognitivas.

Dentro de las técnicas operantes se encuentran la economía de fichas y el costo de respuesta, entre otras.

La economía de fichas es una modalidad de reforzamiento positivo. Permite evitar la saciedad que suponen los refuerzos materiales y actividades, gradúa mejor la conducta y el refuerzo y aplica el reforzamiento con más frecuencia. Consiste en administrar una ficha o punto ante la ocurrencia de la respuesta deseada, con la finalidad de aumentar su aparición. Cuando se alcanza el número suficiente, estas fichas se canjean por otro tipo de refuerzos significativos para el sujeto (actividad, objeto, dinero, juguetes, etc.).

El costo de respuesta es una modalidad de castigo negativo; consiste en retirar una recompensa que el sujeto poseía ante la emisión de la conducta desadaptada, con el objeto de hacerla disminuir o eliminarla.

Las técnicas de reducción de la ansiedad se basan en estudios experimentales sobre ansiedad, considerando a la ansiedad como una respuesta emocional compleja susceptible de ser condicionada y modificada de acuerdo con los principios de condicionamiento clásico, entendiendo que se trataba de una respuesta aprendida ante estímulos amenazantes, teniendo un carácter aversivo y era una respuesta emocional normal cuando se presentaba ante estímulos peligrosos, siendo una de las técnicas más utilizadas la Desensibilización Sistemática, la cual fue introducida y desarrollada por Wolpe utilizando la aproximación

gradual, introduciendo al individuo al fenómeno de habituación, que consiste en la disminución progresiva de una respuesta ante la presentación repetida del estímulo.

En cuanto a las técnicas de entrenamiento asertivo, consideran como asertiva toda aquella conducta de autoafirmación que un sujeto emite en situaciones interpersonales, cuyas consecuencias son autorreforzantes y excluye el uso de conductas aversivas contra los otros. Implica la emisión de conductas tales como expresar las opiniones personales, sentimientos positivos o negativos, ejecución de respuestas para defender los propios derechos, para hacer críticas y recibirlas, etc. Se trata de conductas distintas de las agresivas, las cuales conllevarían efectos aversivos para los interlocutores. La asertividad es considerada una habilidad social que el individuo debería de poseer en su repertorio, por la posibilidad de obtener autorrefuerzos y mejores relaciones con las personas de su entorno. Utilizando el ensayo de conducta con instrucciones, el sujeto practica la respuesta asertiva, considerando: la fluidez verbal, la postura del cuerpo, así como los gestos, tono de voz, respiración, etc., en una situación que le resulta problemática. Se utiliza el cambio de roles o papeles representados en la situación. Los procedimientos encubiertos, donde el sujeto se imagina a sí mismo o a un modelo comportándose de forma asertiva, tienen la misma eficacia que los ensayos en vivo. Es así como las terapias cognitivas van dirigidas a corregir las cogniciones erróneas, que subyacen en muchos de los déficit asertivos.

Las técnicas de Autocontrol consideran que la modificación de las conductas desadaptativas puede llevarse a cabo mediante los mismos procedimientos a que están sujetas otras conductas, es decir, procedimientos experimentales, muchos de ellos procedentes de la teoría del aprendizaje. Estas técnicas pretenden instruir a la persona en el conocimiento de los mecanismos y principios de la conducta, con la finalidad de que sea él mismo quien pueda aplicarse métodos para modificarla sin tener que estar a expensas de un programa y de un psicólogo. El supuesto del que parten es que cuando el sujeto atribuye los resultados de sus comportamientos a sí mismo, se percibe con mayor control sobre los acontecimientos y esto tiene repercusiones positivas para él. Entre las técnicas que facilitan el cambio se encuentra la autoobservación; a través de registros el cliente atiende deliberadamente a su propia conducta, descubriendo relaciones y asociaciones entre

antecedentes, respuestas y consecuencias en las que probablemente no había reparado con anterioridad. Entre las técnicas que actúan sobre el ambiente, destaca el control estimular, que supone una reorganización de los estímulos ambientales para que ello contribuya al control de la propia conducta, basado en la idea de que una conducta será más o menos probable según varíen los indicios estímulares que la desencadenan. Dentro de estas técnicas son muy importantes los autorrefuerzos y autocastigos, no se trata sólo de proveerse recompensas, sino también la posibilidad de imaginar consecuencias positivas de una acción, decirse palabras de aliento, etc. En cuanto al castigo, el costo de respuesta se puede usar con facilidad.

En lo que respecta a las técnicas cognitivas, se maneja el entrenamiento de autoinstrucción enfatizando las tareas progresivas, el modelamiento cognitivo y el autorreforzamiento de los progresos. Kazdin (1989) señala que mediante esta técnica se puede enseñar a la persona a hacerse a sí misma verbalizaciones que la ayuden a cambiar su comportamiento. Supone que debe centrarse más en la capacidad del sujeto de dirigir la propia conducta mediante las autoverbalizaciones.

Dentro de estas técnicas también se maneja el entrenamiento del control de la ansiedad, en la cual el uso de la imaginación es una herramienta tanto para activar la ansiedad como para mejorar la relajación, ya que por medio de la imaginación la persona recuerda un acontecimiento en el que experimenta ansiedad, permitiéndoles también imaginar un acontecimiento que le lleva a la relajación o a estar relajado.

La técnica de Ellis, la Terapia Racional Emotiva, intenta resaltar la participación de la persona en cuanto a la formación de habilidades de afrontamiento, pidiéndole a la persona que indique su grado de ansiedad al imaginar una situación particular para luego identificar lo que ellos mismos están diciendo que posiblemente sea lo que les provoque la ansiedad. La premisa básica es que gran parte del sufrimiento, si no es que todo el sufrimiento emocional, es debido a los modos inadaptativos en que las personas construyen el mundo y a las creencias irracionales que mantienen. Dichas creencias conducen a pensamientos y sentimientos autoderrotistas que ejercen un efecto desfavorable sobre la conducta.

Caballo (1991) menciona que “la Reestructuración Racional Sistemática gira en torno a que las diversas expectativas de las personas en cuanto al mundo que le rodea tienen gran peso en sus reacciones emocionales y la conducta”. Esta terapia, aunque se basa en la Terapia Racional Emotiva de Ellis, intenta ser más estructurada y hacer resaltar la participación de la persona en cuanto a la formación de habilidades de afrontamiento. Sigue estos pasos:

- 1) Presenta la suposición de que los pensamientos median las emociones.
- 2) Establece una perspectiva realista del paciente.
- 3) Identifica las suposiciones poco realistas que median la conducta desadaptativa de la persona.
- 4) Ayuda a las personas a cambiar sus cogniciones poco realistas.

La terapia cognitiva de BECK se emplea frecuentemente en trastornos depresivos, que supone la relación con una serie de errores cognitivos como son diferencias arbitrarias, (sacar conclusiones que no están apoyadas por la experiencia), abstracción selectiva (seleccionar como significativos algunos detalles de la experiencia), sobre generalización (sacar conclusiones sobre uno mismo y sus aptitudes en base a un solo incidente) y magnificación y minimización de los hechos. El tratamiento consiste en minimizar las experiencias que han producido esas formas de pensamiento, enseñar a detectar esos pensamientos automáticos y a observar su influencia en el ánimo; adiestrarle para que aprenda aplicar la lógica, la evidencia (pruebas de realidad) y a darse explicaciones alternativas de las que se ha dado hasta el momento.

Las técnicas de Resolución de Problemas son utilizadas en situaciones en donde el sujeto no ha adquirido la habilidad de generar alternativas ante una situación conflictiva dentro o fuera de los ámbitos donde éste se desenvuelve. El primer paso es definir la situación conflictiva; el segundo es abordar en términos operativos (antecedentes, respuestas, consecuencias) para después generar el mayor número de alternativas para solucionarlo y

seleccionar las más realistas que puedan ponerse en práctica; por último se verifican los resultados, ya que si no son satisfactorios, había que revisar el proceso.

Todas las técnicas antes mencionadas pueden ser aplicadas a una infinidad de problemas, como es la depresión, trastornos de la alimentación, fobias, rendimiento escolar, violencia, etc.

2.2. EL MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL EN LA PSICOLOGÍA CLÍNICA ACTUAL.

El Modelo Cognitivo Conductual tiene lineamientos éticos y bases éticas y metodológicas determinadas, acordes con la precisión y especificidad de las ciencias del comportamiento, siendo utilizado en distintas áreas de la psicología, como la educativa, organizacional, publicitaria y clínica, por mencionar algunas.

Es importante tomar en cuenta que estas áreas son tecnológicas de la psicología, es decir, la tecnología es “el empleo de conocimientos de la ciencia adaptándolos a requerimientos sociales concretos, conjugados en la mayoría de los casos con elementos tecnológicos de otras disciplinas” (Vargas, 2002).

La tecnología psicológica se encarga de atender aquellas demandas sociales en las que se identifique que el factor fundamental es el comportamiento, examinando y orientando las variables conocidas para probabilizar un tipo de interacción específica. En el caso del área tecnológica clínica, hace referencia a la implementación de procedimientos en relación con las interacciones del organismo en lo individual, valorada por éste o por el grupo de referencia como problema (Vargas, 2002). Sin embargo en la estructura social y económica actual, la psicología clínica se ha incluido en los problemas de salud para poder acercarse al tipo especial de usuarios que demanda este servicio para lo cual el psicólogo debe delimitar sus funciones y distinguirlas de los procedimientos del modelo médico.

La intervención clínica desde el Modelo Cognitivo Conductual se estructura en tres pasos. El primero contempla la evaluación cuidadosa del caso, se refiere al momento de formular hipótesis explicativas acerca de los problemas que trae la persona y trazar los objetivos del tratamiento. Esas hipótesis conducen a la segunda fase de la intervención propiamente dicha, es decir, el empleo de técnicas terapéuticas orientadas al logro de los objetivos planteados. Finalmente la tercera fase, el seguimiento, consiste en la evaluación de la aplicación del programa terapéutico y la realización de los ajustes necesarios para el mantenimiento de los cambios.

A partir de esto podemos determinar que el marco cognitivo conductual nos aporta los elementos necesarios para utilizar de manera adecuada las diversas técnicas que esta proporciona al abordar la problemática de la violencia del hombre a la mujer en la relación de pareja.

CAPÍTULO 3.

RELACION DE PAREJA.

3.1. ANTECEDENTES HISTÓRICOS.

En este capítulo se abordará la historia de la pareja para conocer la concepción e interacción de la misma, considerando que a lo largo del tiempo se ha ido transformando de acuerdo con las necesidades sociales.

Para entender los factores implicados en la relación de pareja en la actualidad es necesario empezar por la época prehispánica y por supuesto al periodo colonial, del cual surge la cultura mestiza que inicia su existencia generando nuevas tradiciones, valores y actitudes en la concepción de pareja actualmente.

En la época prehispánica para la mayoría de los grupos humanos existentes, cada elemento tenía un significado de origen religioso. Los conceptos en lo referente a la pareja estaban influenciados por distintos dioses o divinidades que al mismo tiempo respondían a las necesidades surgidas dentro de la sociedad. La decisión de formar una pareja no era una determinación por interés personal o de los novios, ésta era tomada por las familias de ambos.

El noviazgo o elección de pareja consistía principalmente en el galanteo del hombre hacia la mujer, de acuerdo con las circunstancias que le rodeaban. Épocas diferentes, distintas razas, grados de civilización, todo ello dio origen a un sinnúmero de costumbres que presidieron las relaciones entre hombre y mujer. El matrimonio estaba permitido siempre y cuando estuviera acorde con los intereses políticos, económicos y sociales de las familias, donde el afecto y la compatibilidad eran poco relevantes. Además de que la virginidad tanto femenina como masculina eran atributos naturales, pero había una enorme diferencia en cuanto a la libertad sexual del hombre a la mujer, ya que era mucho peor para la mujer si no llegaba virgen al matrimonio. Las relaciones monogámicas eran practicadas por la mayoría

de la población, sin embargo entre los jefes y los nobles se realizaba la poligamia (relación de un hombre con varias mujeres) (Fielding, 1965, en Robles y Ledesma, 1993).

Estas sociedades eran de tipo patriarcal, la mujer no podía ejercer la poliandria (relación de una mujer con varios hombres), ni tampoco se le daba oportunidad de destacar en el área política o religiosa. Dentro de los roles sociales el hombre era el que se dedicaba a las actividades de tipo agrícola, político, religiosas y militares; en cambio a la mujer le correspondía el cuidado de los hijos, las labores domésticas, así como los trabajos de hilado y tejido (Anguiano, 1990; en Moreno, 1997).

Las relaciones sexuales solamente eran permitidas dentro del matrimonio; éstas no se limitaban únicamente al aspecto reproductivo, sino también se aceptaba que tuvieran el objetivo de producir placer y satisfacción, tanto en el hombre como en la mujer, esto con la finalidad de impedir el adulterio (Chávez, 1993).

Posteriormente las labores del hombre y la mujer sufrieron un proceso de diferenciación, en la que las labores domésticas habían perdido parte de su importancia para la producción social y el trabajo agrícola –realizado de manera predominante por el hombre- se había convertido en la labor más importante y la labor de la mujer fue cada vez más activa, ya que empezaba a ser considerada como un factor relevante en la producción de los elementos necesarios para el consumo de la familia como de la sociedad en general. Esto manifiesta que años anteriores a la conquista española las mujeres ya mostraban una gran influencia en tareas similares a las del hombre, siendo esta evolución interrumpida al iniciar el periodo de la época colonial debido a que las formas de organización familiar indígena, la comunidad antigua y agrícola patriarcal fueron suprimidas y cambiadas por la familia monogámica, que era la estructura social imperante en España. Al llevarse a cabo la conquista de los pueblos americanos, llegaron a éstos los conquistadores materiales, ideológicos y religiosos, que venían a evangelizar a los indígenas, pero sobre todo a implantar su poder económico, político y social en el nuevo mundo.

El aspecto crucial de la pareja se debe al resultado de las primeras relaciones interpersonales en los inicios del siglo XVI, en el instante mismo de la conquista, con la unión del conquistador español (el poder) y la indígena conquistada (el amor). Se dieron cambios radicales en la organización familiar de la población indígena; la actividad poligámica de los nobles y los jefes fueron suprimidas y cambiadas por la familia monogámica, y junto con ésta se implantó la moral familiar cristiana (Benítez, 1997).

Por otro lado, los roles sexuales se diferenciaban desde el momento de la educación de los niños y niñas; éstos estaban determinados por la categoría social y la posición económica familiar, por ejemplo, la educación de las niñas consistía en moldear los hábitos y controlar cualquier indicio de rebeldía, que era lo que se esperaba de una dama de sociedad. Ésta y la Iglesia imponían obligaciones que debían de cumplir las mujeres, cualquiera que fuese su condición o nivel social; dichas obligaciones eran: el acatamiento de los preceptos religiosos, la laboriosidad, la honestidad y sumisión al esposo, a diferencia de la educación de los niños que debían de aprender a llevar la autoridad y tener cargos de importancia social, así como saber ejecutar trabajos pesados (Chávez, 1993). Así la mujer era canalizada a los trabajos domésticos y a la crianza de los hijos y el hombre era el que debía llevar la autoridad y el dominio sobre su esposa.

En cuanto a las relaciones sexuales, éstas tenían únicamente el objetivo de la reproducción y la satisfacción del hombre, ya que a la mujer no se le permitía disfrutar de ellas porque era severamente criticada por la sociedad; así mismo se sobrevaloraba la “virginidad” femenina, porque la religión consideraba que ésta indicaba la pureza que la mujer debía entregar al hombre.

En la actualidad la pareja se considera de forma diferente, debido a que en estos tiempos cuando se manifiesta la consolidación de aquellos fuertes cambios que sufrió lo que en un principio era la unión de un hombre y una mujer, la pareja tuvo que pasar por una serie de acontecimientos para poder ganar esta nominación; sin embargo, podemos ver que el concepto de pareja (el cual se definirá más adelante) sólo existe en las familias cuyo arraigo cultural se lo ha permitido. Este concepto está cada vez más lejos de lo que en un principio

pretendieron ser, esto es resultado única y exclusivamente de las repercusiones políticas, sociales, económicas e ideológicas que han forjado un nuevo estilo de vida. Bueno (1985) menciona que debido a las fuertes presiones y cambios sociales de nuestra época, el tema de pareja ha tomado nuevo auge: se habla de crisis en la pareja, matrimonio y de la familia. En estos tiempos la mujer trabaja y se niega a ser sólo un objeto erótico, lo que ha provocado la inestabilidad y malestar en el matrimonio, además de que el desarrollo de las técnicas anticonceptivas y la libertad creciente de la mujer, hace innecesario el matrimonio para satisfacer las necesidades primarias sexuales de la pareja. Camacho y González (1997) mencionan que la mujer ha sentido la necesidad de trascender los límites de la vida doméstica y ser partícipe de la vida económica, política y social del medio que la rodea.

La familia no es solamente un núcleo social que organiza las relaciones sexuales, que protege a los hijos y que da pautas de conducta sino que también es fuente de desequilibrio psicosocial. La crisis de la estructura familiar de la clase media en México, se expresa por medio de relaciones violentas, físicas y morales, entre padre y madre, hermanas y hermanos, a través de chantajes sentimentales, histerias, neurosis, gritos y golpes.

Esto tiene que ver con cada uno de los miembros de la pareja, y la educación recibida por la familia es precisamente el conocimiento de la pareja en México, lo que aporta las características psicológicas sobre la estructura emocional de la vida conyugal o de la relación de pareja en la actualidad. Las emociones se han ido adaptando a los constantes cambios en su relación con el medio social y que a los individuos dentro de una familia sólo se les ha permitido expresar una parte de ellas. Por eso se dice que los individuos como pareja no están preparados para demandar sus necesidades afectivas, sexuales y económicas, porque para muchos individuos la vida en pareja implica obligaciones, ajuste de caracteres diferentes, conflictos y hasta el descubrimiento de ciertas facetas del otro que no se conocían y que pueden resultar desagradables. Por eso es importante señalar que la pareja es más que el estudio del hombre en su estructura psíquica, ya que además de esto, tiene la capacidad de interrelacionarse con su mundo exterior y entre sí (Ramírez y Vázquez, 2002).

En este sentido Moreno (1997) menciona los factores más importantes que hacen ser diferentes a las parejas actuales de las existentes en otras épocas. Señala que la interacción hombre-mujer ha sido modificada, las parejas ya no se relacionan de la misma forma que hace diez, veinte o cien años, debido a que las situaciones sociales, la economía, la televisión, los descubrimientos científicos y tecnológicos, han contribuido para estos cambios. Además la concepción de pareja está muy unido al de “familia” y “matrimonio”, siendo la pareja considerada como un subsistema familiar y el matrimonio es entendido como la expresión del amor de la pareja. Para Bueno (1985) la pareja es el núcleo a partir del que se estructura la familia, sostén emocional primario, donde se origina la persona social, reforzadora de pautas, valores y escuela de comprensión y convivencia. Esto dentro de un ámbito de interacción definido por los vínculos de parentesco que establece el matrimonio, la procreación y la crianza.

Con respecto a los conceptos de pareja, sus características y demás se hablará en el siguiente apartado.

3.2. CONCEPTO DE PAREJA.

El concepto de pareja ha ido cambiando de acuerdo con las características sociales en las que se desenvuelve. La relación de pareja anteriormente era considerada una etapa preparatoria, exclusivamente para el matrimonio; ahora contempla la promoción del desarrollo personal de cada uno de sus miembros. La formación de una pareja se realiza de manera voluntaria, aunque existen aspectos psicológicos y sociales que se ven involucrados en dicha decisión.

Döring (1994) considera que dos personas se unen por dos razones: porque en el momento en que toman tal decisión tienen la impresión de que la compañía y presencia del otro les complementa; y por la sola idea del amor que se profesan, colocando a su compañero una carga de expectativas fundamentales en base por demás idealistas. Una persona por magnífica que pudiera ser y por muy buenas intenciones que tuviera no es capaz de

satisfacer todas las necesidades del otro y por todo el tiempo. Estas parejas que se unen esperando que el otro cumpla con todas las necesidades afectivas, creativas e ideológicas, así como que compartan los mismos intereses (artísticos, laborales, familiares) y valores, no pueden sino, tarde o temprano, ver la realidad : su pareja es totalmente incapaz de satisfacer y cumplir tales expectativas. Es así como a ideales más altos, a mayor enamoramiento, corresponde un margen más amplio de desengaño y dolor. La segunda razón por la que se unen las parejas se constituye sobre la base de un proyecto en común.

Con respecto a esto último, Aranda (1999, en Ramírez y Vásquez, 2002) señala que la pareja es la unión entre dos personas adultas que persiguen la realización de un proyecto de vida en común y entre las que existen vínculos afectivos diferentes a los propios de las relaciones parentales o amistosas; esa unión afectiva y ese proyecto en común es lo que sustenta y justifica la convivencia entre los miembros de la pareja y lo que permite diferenciarla de otro tipo de interacciones. Distingue entre pareja matrimonial y pareja no matrimonial o de hecho. La primera es aquella que ha decidido institucionalizar su unión contrayendo matrimonio y regir sus relaciones personales y patrimoniales por las normas que configuran la institución eclesiástica. La segunda se refiere cuando dos personas han preferido determinar por ellas mismas el régimen al que deben someter su relación evitando la regulación prevista para el matrimonio.

Döring (op. cit.) menciona que cuando habla de pareja no sólo se refiere a quienes conviven, cohabitan, sino a quienes tienen una relación de apoyo y crecimiento mutuo. Permanecer físicamente unidos, o cercanos, no es garantía del tipo de relación en términos emotivos, humanos y de crecimiento que se esté construyendo. La permanencia de un contrato explícito (legal) o implícito (social) por sí sola, no da cuenta de la calidad de relación que se establece entre dos personas.

Moreno (1997) manifiesta que el término de pareja designa una estructura vinculada entre dos personas de diferente género y cuando establecen el compromiso de formarla. Ésta es considerada tradicionalmente como el posible origen de la familia desde un punto de vista evolutivo y convencional.

Costa y Serrat (1982, en Luna, 1997) mencionan que una pareja es ante todo relación, interacción, intercambio, dar y recibir, y donde se encuentra el amor y donde fundamentalmente se han de buscar las causas tanto de la armonía como del deterioro de la relación.

Jacobson y Margolin (1979, en Benítez, 1997) consideran que la pareja es una relación interpersonal cuyo mantenimiento está sujeto a la regla general del intercambio de conductas y actitudes positivas. Conciben a la pareja estabilizada, con una relación satisfactoria, como un sistema de interacción en el que se producen detalles positivos para los dos miembros que la componen en un gran número de áreas de funcionamiento.

Herrasti (1989, en Esteva, 1992) menciona que “la pareja es toda persona que comparte con otra, manteniendo un intercambio biológico y lo emocional, a través de un contrato civil y /o religioso o bajo unión libre”.

Villavicencio (1999) considera que la pareja es “una organización interdependiente en la que la conducta y expresión de cada uno influye y es influida por el otro. Así la pareja no puede explicarse exclusivamente con la suma de los miembros que la componen, ya que la modificación de un miembro implica la del otro, pasando el sistema de un estado a otro de equilibrio”. Una pareja debe establecer formas adecuadas para ver las necesidades del otro en un sinnúmero de situaciones; esto influye en la satisfacción sexual, social, psicológica y económica.

Para García (2002) la pareja se basa en la relación entre dos personas, intercambian conductas y comparten desde un punto de vista social, una serie de bienes y actividades. Algunos de estos bienes y actividades son: el cuerpo, bienes económicos, paternidad / maternidad. Existen otros elementos que comparten de alguna forma, como es el prestigio social y los amigos. También intercambian conductas; un aspecto importante es el apoyo mutuo en el desarrollo personal y social, generándose el “apego”. La conducta de “apego” se define como la búsqueda de protección ante amenazas externas: el niño se concreta de forma principal en buscar la protección de la madre (Bowny, 1989, en García, 2002).

De adulto se busca compañía para reducir la ansiedad y para encontrar apoyo en situaciones amenazantes. Compartir estos bienes y actividades es lo que define a la pareja como ente social. Considera que cuando se constituye la pareja, cada miembro persigue diferentes objetivos implícitos o explícitos que quiere obtener en la relación, los cuales van cambiando a lo largo de la vida de pareja; las parejas se constituyen sobre la base del amor y la intimidad.

El amor se define como: 1) sentimiento hacia otra persona que naturalmente nos atrae y que, procurando reciprocidad en el deseo de unión, nos completa, alegra y nos sirve para convivir, comunicarnos y crear; 2) sentimiento del ser humano que, partiendo de su propia insuficiencia, necesita y busca el encuentro y unión con otro ser (Diccionario de la Real Academia, 2001).

El enamoramiento es una emoción, nos produce una gran excitación fisiológica que nos provoca bienestar y nos predispone a disculpar los defectos de la persona amada, a necesitarla y querer estar con ella en todo momento. Nos lleva a revelar aspectos importantes de apoyo emocional y moral, mostrar interés por todo lo suyo, y expresa afecto por cualquier método (Moya, 1997).

Al respecto, Frijda (1988, en García, 2002) menciona que una persona puede enamorarse fácilmente por una serie de razones: la soledad, necesidad sexual, insatisfacción o necesidad de cambios; entonces una persona despierta su interés ya sea por la novedad, su atractivo, o su mera proximidad. Con una sola respuesta de esta persona, una mirada, una palabra, basta para que pueda generar fantasías; después de esto sólo hace falta la confirmación, real o imaginaria, para que se dé el enamoramiento. El problema surge cuando la única base de la pareja es el enamoramiento, una emoción, la ley de la “habitación” aparece y éste gradualmente desaparece, disolviéndose la pareja en la mayoría de los casos.

El enamoramiento nos induce a algunas distorsiones cognitivas, por ejemplo, la que nos lleva a ver al otro como una persona perfecta y a ignorar los defectos que tiene o lo que nos

hace sentir importantes. Se realizan acciones para hacer feliz al otro, nos abrimos y nos comunicamos con él y se establecen una serie de lazos que dan como resultado un intercambio de conductas reforzantes que hace que la relación se mantenga en forma indefinida (Moya, 1997).

El inicio ideal de la pareja ha sido considerado el enamoramiento, el cual va a dar paso a la intimidad siendo el objetivo que buscan las parejas. La intimidad supone abrirse, contar cosas y recibir aceptación por parte del otro.

Carmolinga (1999) menciona siete características donde se sustenta la pareja, las cuales son: voluntad, libertad de ser, confianza, amor como forma de vida y valoración del otro, dignidad, equilibrio entre cercanía y distancia (entre mi espacio y el de la otra persona) y sexualidad (como medio de comunicar ideas, sentimientos y emociones).

Esteva (1992) refiere que la relación de pareja inicia con el noviazgo, en el cual aparece, primero, una atracción física que poco a poco va siendo menos importante y da paso al amor. Generalmente, durante el periodo de noviazgo cada uno de los integrantes de la pareja proporciona al otro gran cantidad de atenciones, halagos y detalles significativos. Procuran, ambos, estar dispuestos siempre cuando el otro lo requiere, aparecer ante su pareja lo más agradable posible y arreglan sus vidas para pasar el mayor tiempo juntos y hacerse sentir mutuamente que son lo más importante.

Por otro lado, durante esta etapa rara vez la pareja demuestra abiertamente su verdadera forma de ser, no porque quiera mentir sino porque desea quedar bien y hacer sentir bien a su pareja. De esta forma ambos idealizan a su compañero considerándolo un ser fuera de lo común, como el mejor y el más apto para consolidar su vida matrimonial. El amor es un aspecto de suma importancia durante el noviazgo y es el causante de que cada uno de los miembros de la pareja olviden o no hagan caso de ciertas conductas que perjudican a la relación, considerando que por amor el otro va a cambiar y cuando lleguen al matrimonio todo se arreglará.

El noviazgo es la etapa en la cual la pareja tiene la oportunidad de saber si son afines y lograrán un entendimiento mutuo o es preferible terminar la relación para evitar un posterior rompimiento, ya que el noviazgo rara vez simula las condiciones matrimoniales. Las costumbres del noviazgo no son las mismas del matrimonio y crean expectativas irreales acerca de éste (Esteva, 1992).

Para López (2000) esta etapa se inicia con el encuentro y primer contacto entre un hombre y una mujer, que tienen algo en común como estudiar la misma carrera, trabajar en la misma empresa o compartir un grupo de amigos. Posteriormente surge entre ellos un grado cada vez mayor de atracción física y afectiva, hasta llegar al estado en que la presencia de ambos llega a convertirse en una necesidad, con una sensación de que esa otra persona es la única que puede satisfacerlo todo, que tienen todas las cualidades y se desea estar con ella toda la vida, dándose el enamoramiento. Sin embargo, considera que esta relación no es un medio para vivir siempre felices y en permanente armonía, paz y tranquilidad, sino un medio para madurar a través de lograr un conocimiento cada vez más amplio de sí mismos y descubrir aspectos que pueden enriquecer la vida de cada quien. Este proceso significa enfrentar malestar, incomodidad, dolor y sufrimiento; es vivir conflictos que inevitablemente surgen entre las parejas, lo importante es aprender a resolver los conflictos, no combatir por evitarlos o negarlos.

La segunda etapa de la pareja es el matrimonio. A lo largo de la historia y en diversas culturas y niveles socioeconómicos perdura la tendencia universal a establecer un ritual que marque el inicio de una nueva forma de vida entre un hombre y una mujer que deciden hacer vida en común, el matrimonio. Esto implica el derecho a la unión sexual y la sociedad considera admisible esa unión y opina que es el deber de ambos el satisfacer el deseo de su cónyuge. Sin embargo, el matrimonio es algo más que la mera relación sexual reglamentada, es deber de ambos trabajar para que el matrimonio perdure.

Para Baruch y Miller (1984, en Esteva, 1992) el matrimonio debe significar la relación de muchas necesidades, de esperanza, de mejorar y de garantía contra la soledad.

En relación con esta definición de matrimonio, Esteva (op. cit.) menciona que cuando la pareja decide casarse lo hace con el objetivo de encontrar la felicidad plena en la persona elegida y desarrollarse en el plano personal, como esposa o esposo y en su momento como padres. Se casan con la esperanza de encontrar amor, aceptación y libertad de ser lo que realmente es, sin falsedades ni engaños, encontrar una necesidad cada vez mayor de ser suficiente y valioso, la intimidad y la compañía que viene con la permanencia, ser apreciado y comprendido; pero no siempre se encuentra todo esto en el matrimonio, y es cuando empiezan los conflictos. Se enfrentan a muchos ajustes: sexuales, dinero, relacionarse con nuevas amistades, a nuevos patrones de vida social. Estos ajustes son, para muchas parejas, difíciles de llevar a cabo y es en los primeros años de matrimonio cuando se determina si éste puede continuar o se llega al fracaso (Klemer, 1977, en Esteva, 1992).

Al tratar de establecer estos acuerdos van a surgir diferencias entre ellos. Si toman en cuenta que estas diferencias son las que enriquecen su relación, podrán hacer el esfuerzo por lograr los acuerdos aunque esto rompa, momentáneamente, la armonía o tranquilidad que desean tener y los lleve a discusiones en las que se sientan incómodos por verse confrontados con lo que no les gusta de sí mismos; si los dos están dispuestos a trabajar activamente por su relación y a no dejar asuntos pendientes que se conviertan en una carga más adelante.

Otro punto importante de esta etapa es que en un plazo no muy largo, ambos se dan cuenta que no se cumplen las expectativas que tenían acerca de su relación. Como esas expectativas generalmente se relacionan con recibir cariño, comprensión, apoyo a lo que es cada uno, en la medida en que cada quien lo necesita, el no recibirlo como se desea produce malestar y desilusión, y hasta la sensación de haberse equivocado en la elección del cónyuge. Ante esta situación cada uno tiene varias posibilidades: la primera es que su ego esté tan necesitado de todo lo que esperaba para darse fuerza, que no tolere no recibirlo y en cambio encuentra críticas, confrontaciones y motivos de malestar, y tome la decisión de dar por terminada la relación a través de un divorcio que, generalmente, deja inconclusa la tarea que le tocaba hacer con su pareja para alcanzar mayor madurez. Otra es la separación emocional que los lleve a verse como dos extraños que comparten la casa, la cama o la

mesa, pero no sus vidas, y que cada uno busque su propia realización por otros caminos como concentrar su atención sólo en los hijos, en el trabajo, la vida social o, incluso, en relaciones extramaritales. La tercera posibilidad es que cada uno puede asumir una actitud madura y enfrentar la realidad de que la relación con la pareja no es solamente una fuente continua de satisfacciones o de bienestar, sino algo por lo que hay que trabajar todos los días (López, 2000).

Las parejas que logran sobreponerse a la desilusión que se presenta cuando no se ven cumplidas las expectativas puestas en el matrimonio y que se quedan por voluntad propia a seguir viviendo juntos, son parejas funcionales que una vez que han pasado esta etapa se pueden convertir en padre y en madre. Desde el momento en que se decide contraer el compromiso de convertirse en padres, se adquiere también el compromiso de no conducir el desarrollo de ese hijo hacia la insatisfacción de las necesidades de los padres o de vivir o hacer lo que ellos no pudieron. Otro punto es llegar a acuerdos que determinen cuánto deben invertir cada uno de los dos en el cuidado del bebé, ambos pueden participar por igual en el cuidado si sólo se toma en cuenta el aspecto físico de alimentarlo con biberón, cambiarlo, bañarlo, etc., y será uno de tantos acuerdos que tendrán que tomar entre los dos ya con su papel de padres.

En este sentido, en las parejas actuales se discute mucho acerca de la necesidad de la mujer de ser apoyada por el hombre en todo lo que se refiere al cuidado y educación de los hijos. Además el hombre debe proporcionar a la mujer, desde el inicio del embarazo, el apoyo emocional que necesita para afrontar su nueva situación de madre y que en esto incluya el seguirla reconociendo y validando como mujer, como su compañera y no la cambie por “la madre de sus hijos”. Al asumir el papel de padres y el compromiso y responsabilidades que esto implica, la pareja debe poner atención a su relación, de manera que no se conviertan en una familia centrada en los hijos y dejen a ésta a un lado, ya que es necesaria no sólo para ellos sino también para desempeñar bien la tarea de padres (López, 2000).

Así, el concepto de la pareja actual dista mucho de la concebida por la sociedad hace 50 años, en la cual el matrimonio ideal se caracterizaba por un hombre que proveía

económicamente a la familia y la mujer considerada como sujeto pasivo cuya obligación era procrear y atender el hogar. Ahora se pone atención en el desarrollo de la mujer en el plano profesional y no se limita al cuidado de los niños. Sin embargo siguen existiendo tabúes y normas culturales, sociales y religiosas que impiden un cambio total o un nuevo enfoque de la pareja.

En teoría, durante el noviazgo la pareja debe conocerse y decidir llegar al matrimonio cuando estén completamente seguros. Pero la realidad no siempre es así, es cierto que muchas personas se casan por convicción propia pero también las presiones familiares son un factor determinante para conducir a una persona al matrimonio. Cuando un miembro de la pareja está inconforme con su vida en familia desea casarse cuanto antes, quiere huir de la situación y se refugia en el matrimonio, imaginando que ahí podrá olvidar y resolver todos sus problemas; y probablemente, sí olvide algunos pero inevitablemente se le presentarán otros a los que no estaba preparado y de los cuales también deseará huir, llegando a la infidelidad o al divorcio.

Se han expuesto las ideas fundamentales sobre lo que es una pareja, con base en la ideología tradicional, y la mayoría de las definiciones mencionadas coinciden en que es la unión de dos personas, donde la principal causa por la que se unen son lazos afectivos, intereses comunes, proyectos de vida, atracción física. El estudio de la pareja en la psicología es un campo en donde se ponen de manifiesto los rasgos y características propios del ser humano: capacidad de dar ternura, amor, intimidad, comunicar, complementar; así como sentimientos de posesión, celos, envidia, rencor, odio, desamor y violencia.

Es esta última conducta la que es de nuestro interés, en lo que se relaciona al estudio de la pareja, de lo cual se hablará en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO 4

VIOLENCIA DE LAS PERSONAS EN LA PAREJA

4.1. DEFINICIÓN DE VIOLENCIA.

La palabra violencia viene de la voz latina “violentie” y significa acción contra el natural modo de proceder, se dirige de una persona a otra a un animal o a un objeto (Huitrón, Monsalvo y Quecholac, 1996). La raíz etimológica del término violencia remite del concepto de fuerza, y corresponde con verbos tales como violentar, violar, forzar. Implica siempre el uso de la fuerza para producir algún daño (Corsi, 1999).

Con respecto a esto último, Berkowitz (1996) define a la violencia como “una forma de agresión extrema, un intento premeditado de causar daño físico grave”. Golstein (1977, en Huitrón, Monsalvo y Quecholac, 1996, pág. 35) la ha definido como un comportamiento que tiene la intención de producir daño físico o psicológico a otra persona. Villacaña (1992) considera la violencia como toda conducta dirigida a dañar a las personas de cualquier edad o género provocando alteraciones físicas, sexuales y emocionales al destruir parte de su integridad.

Para Briceño y Olvera (1998) la violencia es toda aquella conducta que transgreda las esferas psicológica, social y /o física de un individuo sobre quien se trata de ejercer poder retomando también el intercambio social que se adquiere durante el desarrollo, pues esto se acumula como serie de experiencias que de alguna manera también proporciona pautas de comportamiento e interacción.

Apodaca (1995) describe a la violencia como una manifestación de poder o dominio que conlleva la intención de dominar a alguien; la forma más evidente de ejercer violencia es a

través de la agresión, entendiéndose ésta como el propósito de dañar física, psicológica o sexualmente a alguna persona.

Valladares y Hernández (1994) refieren que la violencia es una manifestación de poder y dominación con el fin de controlar a los otros ya sean individuos, grupos o naciones. La manera más común de manifestar violencia es a través de la agresión, entendida ésta como conductas y acciones que tienen la intención de dañar por medio de diversas modalidades, físicas, emocionales, verbales, sexuales, entre otros, ya sea por acción o por omisión causando un daño a la víctima.

Por su parte Delgado (1976, en Sarason y Sarason, 1982) desde el enfoque conductual, dice que la conducta agresiva o violenta tiene dos aspectos: uno es biológico y otro el ambiental; este último tiene mayor peso, puesto que considera la agresión una respuesta aprendida, cuyas causas residen en el ambiente externo, esto es mediante el estímulo presente y el aprendizaje previo la conducta agresiva se manifiesta, y dependiendo de la estimulación “positiva” para el agresor, éste tenderá a comportarse de igual manera.

Para Sarason y Sarason (1982), la violencia desde la perspectiva conductual cognoscitivista es una conducta social, la cual es aprendida por medio de tres facetas: a) observar modelos violentos (aprendizaje observacional); b) el mirar a otros portarse de esa forma, tenderá a aminorar en el observador las inhibiciones y dar la impresión de que se trata de algo normal, que sirve para resolver los problemas o alcanzar las metas (reducción de inhibiciones); c) el ver continuamente la violencia permite que el hombre, en ocasiones se vuelva indiferente a ella (desensibilización).

Generalmente la violencia ha sido definida de forma peyorativa, tomándola como un hecho malo por sí solo. Cuando se habla de violencia en la pareja se caracteriza a la mujer como víctima y al hombre como victimario, sin tomar en cuenta que ésta también se puede generar de la mujer al hombre, así como en personas del mismo sexo, considerando que no existe ni víctima ni victimario, sólo un individuo que se relaciona con un estilo de comportamiento que es la violencia.

Para el interés de esta investigación se define a la violencia como: cuando una persona obra contra otra sin el conocimiento y/o consentimiento del mismo, ya sea por acción u omisión sin que esto necesariamente resulte negativo (Vargas, 2003).

4.2. ASPECTOS BIÓLOGICOS Y SOCIALES.

La violencia puede provocar diversas consecuencias a nivel biológico, como por ejemplo, los golpes pueden provocar heridas, cicatrices, brazos y piernas rotos, pérdida o disminución de los sentidos (oído, vista), trastornos de la columna vertebral (fracturas, dolores, malestar continuo), lumbalgias, contracturas en el cuello, en la espalda y en la cintura. Palpitaciones, pulso alterado, tics faciales, caída de cabello, deshidratación.

También se pueden presentar enfermedades debido a que el estrés provoca movilizaciones en las defensas orgánicas produciendo una baja en la inmunidad, lo cual provoca enfermedades como: hipertensión, problemas dermatológicos, hemorroides, diabetes, problemas de riñón, diarrea, trastornos respiratorios, interrupción de la menstruación, problemas renales, malestar en el aparato digestivo, alergias, o pueden incluso presentarse dolores de cabeza, estómago, brazos, piernas, tener náuseas, aumento o baja en la presión arterial, aceleración cardíaca, sudoración, cansancio (Nava, 1996).

Otras consecuencias son las magulladuras, cortes en alguna parte del cuerpo, ojos amoratados, huesos rotos y/o hinchazones. Abortos espontáneos y lesiones permanentes como lesiones en las articulaciones, pérdida parcial o total de la visión o audición. En referencia a las lesiones somáticas, infecciones vaginales, trastornos en el sueño y en la alimentación. En casos graves puede provocar la muerte (Sandoval, 1998).

La violencia implica golpes menores como hematomas, rasguños, cachetadas, entre otros; y mayores, como fracturas, daños en los órganos internos, etc., repercusiones a corto y

largo plazo de enfermedades degenerativas. Además de confusión, incapacidad de concentración, trastornos de sueño o alimenticios.

Esto se da a través de golpes, ataques con objetos, el empleo de armas blancas (cuchillos, tijeras, navajas), o de fuego, pellizcos, empujones, sacudidas, tirones de pelo o de los miembros, bofetadas, patadas, intentos de estrangulamiento, rasguños, tirar a la pareja por las escaleras, inmovilizarla, apretarla, dejarle marcas, darle puñetazos, arrojar objetos, golpes en partes específicas del cuerpo, producir heridas que requieren costuras, provocar abortos, quebrarle huesos, producir heridas internas, dejarla desfigurada, lisiada o incluso ocasionarle la muerte.

Es así como la sociedad ha encontrado excusas o mitos que le permiten fomentar o ejercer la violencia hacia la mujer; éstos se han mantenido a través de los años, por ejemplo, se dice que “genéticamente la mujer es inferior al hombre”, que “a las mujeres les gusta sufrir”, que “una mujer sólo entiende a golpes” o que “porque eres mi esposa tienes que hacer lo que yo mando”, los cuales justifican la violencia ya que están arraigados en la gente y en la cultura. Es decir, las normas y expectativas socioculturales prescriben determinados derechos y responsabilidades, respecto al papel que hombres y mujeres han de desempeñar en la sociedad y en sus relaciones. El hombre es educado para tener y disfrutar de más derechos que la mujer, bajo un esquema que considera sus privilegios como “naturales”. Una cultura de predominio masculino en la cual no se sanciona y se tolera los insultos, burlas, agresiones sexuales, golpes, celos, etc., que el hombre ejerce sobre la mujer (González, 1994).

Esto se presenta cuando el hombre impide a su pareja hablar con gente extraña o ajena, no la deja asistir a reuniones sociales, la critica o humilla ante la gente, observa y coquetea con otras mujeres estando ella presente, impide a la pareja estudiar o trabajar, la obliga a limitarse en cuanto a ropa y maquillaje, trata bien a otra gente menos a ella, no toma en cuenta a los hijos, se comporta de manera grosera o agresiva con sus amigos o familiares, busca aliados en contra de su pareja ocasionando para la mujer pérdida de habilidad para

relacionarse con las personas debido a la privación que le es impuesta para salir y hablar con los demás, perdiendo su trabajo o amistades (Ferreira, 1989).

Se considera que es a través de la educación formal e informal (hogar, iglesia, escuela, en la calle, medios de comunicación, etc.) donde se comienza a adoptar y reforzar una serie de patrones tanto cognitivos como conductuales para cada uno de los sexos, a partir de lo cual se genera o no la violencia.

González (1994) menciona que la violencia tiene que ver con las relaciones de poder que existen en la sociedad en general, trasladándose a la vida en pareja. Gómez (1997) considera que la violencia es una conducta social aprendida, a través de la observación de modelos con conductas violentas y continuas, que se dirigen para la resolución de sus problemas o metas que permitirá, si es constante su exposición, una desensibilización de la misma.

Se ha determinado que los roles sociales que tradicionalmente se han asignado a los hombres y a las mujeres tienen que ver con la violencia. Las maneras a través de las cuales la sociedad enseña a los niños que la lucha es mucho más apropiada para los hombres que para las mujeres, la literatura popular y los medios de comunicación muestran repetidamente hombres luchando pero no así mujeres. Los padres compran juguetes bélicos a sus hijos y muñecas para sus hijas, tienden a aprobar y a reforzar más la conducta agresiva de los chicos que de las chicas. Los niños aprenden, directa o indirectamente, que los chicos son agresivos pero las mujeres no, que es correcto que niños y hombres luchen por defender sus derechos o corregir los daños pero las mujeres no deben comportarse de ese modo. Dado que esta violencia es recompensada frecuentemente, son más hombres que mujeres los que aprueban el uso de la violencia en muchas situaciones de la vida como en el control social, en lo legal e incluso en las relaciones interpersonales. Además las mujeres cuando se inclinan por golpear a quienes las molestan, normalmente son más rápidas que los hombres en pensar en las consecuencias: que las personas pueden sufrir indebidamente, que pueden destruir relaciones de años, que dañan su reputación, etc.; por tener más presentes las consecuencias negativas, son más tendientes a controlarse (Berkowitz, 1996).

Las normas culturales explícitas e implícitas aceptadas socialmente, en su mayoría, frecuentemente apoyan la expresión de conductas violentas y agresivas por determinadas personas y en ciertos lugares, estando estrechamente relacionadas con los valores diferenciados para las mujeres y hombres, lo cual hace ver estas acciones, a nivel social, como permisibles, necesarias e idóneas.

Por otro lado está la concepción social del hombre como cabeza de la familia, siendo un factor que contribuye a que se dé la violencia del hombre a la mujer. El hombre puede ser el miembro dominante de la familia debido a que la mujer depende en gran medida de él, tanto económicamente, porque supone el principal o el único apoyo económico de la familia o porque ella sufriría más que él si se rompe el matrimonio. Se ha considerado que la violencia se produce en todos los niveles socioeconómicos; sin embargo es más probable que ocurra en los niveles bajos, ya que por sus ocupaciones, educación y/ o ingresos bajos tienen más probabilidades de mostrarse agresivos que las personas pertenecientes a niveles superiores. Muchas mujeres están mejor educadas que sus maridos, lo cual sugiere que existe un conflicto entre hombre y mujer por el dominio de la familia. Las necesidades o carencias de dinero también influyen para que se presente la violencia; estas carencias pueden deberse a la falta de trabajo del esposo o que el hombre tenga otra compañera, lo cual implica dividir sus ingresos; sin embargo el dinero no es considerado como un factor que determine que surja la violencia (Bravo, 2001).

A partir del nacimiento de un niño y de acuerdo con su sexo comienzan a realizarse diferencias en la adquisición de roles conductuales al mismo tiempo que una determinada forma de pensar y sentir, siendo modeladas a través del medio social con apoyo de la familia, la escuela y los medios de comunicación, entre otros. González (1994) afirma que la educación diferencial es la base y un factor que determina la presencia y permanencia de la violencia entre las personas. La familia tolera y propicia actitudes que inducen a las mujeres a que sean pasivas y permanezcan en el hogar, fortalecidas por tabúes sociales y religiosos.

En diferentes prácticas culturales, así como también en ciertas creencias de índole religiosa, durante los siglos XVI y XVII se recomendaba que los esposos golpearan y castigaran a sus esposas en caso de que éstas no se comportaran como era “debido”; los azotes no deberían ser graves y que sólo deberían ser propinados a mujeres “incorregibles” (Vigil, 1986, en González, 1994). Posteriormente en el siglo XVIII se incorporó en Inglaterra y posteriormente en Estados Unidos el reglamento conocido como “la regla del dedo pulgar”, la cual permitía que el marido golpeará a su esposa con una vara no más gruesa que su dedo pulgar, para lograr que ésta le obedeciera. Es así como la Iglesia ha establecido distintas actitudes y comportamiento en el ámbito familiar, y cuando se trata de violencia la mujer se siente culpable, viéndola como un “castigo divino” o como “una prueba del señor”.

Al respecto, Bravo (2001) menciona que esto ha ocasionado que existan diferencias comportamentales entre hombres y mujeres; de este modo a los hombres se les educa en la creencia de que deben ser agresivos, dominantes, independientes, activos, competitivos, decididos, aventureros, disimulados en sus emociones, objetivos y racionales, lógicos, fuertes y valerosos; cuando sientan miedo deben de aparentar seguridad y osadía. Sin embargo, cuando sienten ira, la expresan en forma directa; además el varón desarrolla mucho más su fuerza física y agilidad, y se le estimula a ser físicamente potente. A la mujer se le educa para que sea dócil, dependiente, menos competitiva, sumisa, emotiva, conversadora, insegura, sugestionable, tiende a tener dificultades para expresar directamente su ira, se le considera pasiva, entregada, no se le estimula a desarrollar de manera especial la fuerza de su cuerpo, ni su agilidad; se le incita a ser dulce y frágil permanentemente y a confiar en sus sentimientos; los conocimientos femeninos, sus habilidades y sus actitudes son principalmente del tipo doméstico, esperando que la mujer asuma el papel de esposa, madre y ama de casa y acatar las disposiciones del hombre.

Ferreira (1992) afirma que cada cultura posee una imagen acerca de lo que significa ser hombre o mujer; se trata de modelos a los que deben ajustarse los miembros de una sociedad para cumplir con pautas de comportamiento aceptadas.

Por lo que la violencia sigue siendo estudiada como un abuso el cual tiene la funcionalidad e intencionalidad de ejercer una vigilancia y restricción en el desarrollo de una persona, etiquetando a cada miembro de la pareja como víctima o victimario el cual ha sido valorado peyorativamente olvidando que no debemos valorar el comportamiento sino observarlo de manera neutral para poder evaluar, ya que no podemos definir a la violencia como un acto malo o bueno, esto va a depender de la función que tenga y del contexto donde se lleve a cabo y será considerado violento cuando una persona obra contra otra sin el conocimiento y/o consentimiento del mismo ya sea por acción o por omisión.

4.3. ASPECTOS COGNITIVOS Y CONDUCTUALES.

Corsi (1999) menciona que los hombres aprenden desde la niñez a resolver los conflictos de forma violenta; a esto se suma la influencia de los medios de comunicación que aprueban esta modalidad para la resolución de un problema determinado. Se aprecian conductas diferentes entre niños y niñas: las niñas asumen la responsabilidad de su fracaso; los niños, por el contrario, lo adjudican a circunstancias ajenas a su persona, expulsan su responsabilidad de los hechos. El hombre tiende a eludir su responsabilidad, justificando y minimizando su conducta violenta en función de comportamientos o ausencia de actitudes de provocación que atribuye a la mujer, apoyados en los valores culturales y basados en los mitos de masculinidad de lo que “debe ser el hombre”. Por otra parte, las preocupaciones sobre el rendimiento, el progreso y su necesidad de tenerlo todo controlado los limitan, determinando una relación insatisfactoria con su pareja. En este sentido, esto tiene mucha influencia, puesto que los hombres son educados para la violencia en todas sus relaciones, teniendo que reproducir esa imagen para ser considerados como “verdaderos hombres” y para mantener oculta su dependencia, inseguridad y debilidad recurren a la violencia, que les permite sostenerse en el estereotipo. La mujer ha sido educada en los valores culturales que indican al matrimonio como el interés principal y el eje rector de la vida de una mujer, no se valora individualmente lejos de un hombre, no está entrenada para pensar en sí misma y en su beneficio, antepone a la familia y al hombre ante todo.

Además cuando las personas llegan al matrimonio o al establecimiento de una relación, lo hacen con expectativas totalmente distintas como resultado de pensamientos, actitudes y valores. Muchas veces la falta de cariño y atenciones afectivas, el embarazo prematrimonial y el matrimonio juvenil pueden ser factores para ser más crítica y aguda la convivencia en la pareja, generándose la violencia. Los hombres al iniciar una relación de pareja no lo hacen con la idea de ser violentos, sino que quieren intimidad, compañía, sexo, cariño, comprensión, apoyo, creatividad, establecer una nueva familia, etc.

Piensan que la mujer les debe sumisión, originado por las expectativas que socialmente ha aprendido de cómo deben comportarse los miembros de una pareja. Así el hombre inicia una relación creyendo que lo que aprendió en su familia y en su grupo sociocultural es la forma correcta de relacionarse, con lo cual espera que se matrimonio se adapte a los patrones establecidos socialmente, considera que debe envolver a su pareja con mentiras sutiles hasta que él considera que su pareja está “lista” para asumir sus verdaderas exigencias. Espera que la mujer cambie y se comporte con “responsabilidad para con él”, con lo cual impone límites que no solamente son establecidos por él, sino que son apoyados por la sociedad (Ramírez, 2000).

Del mismo modo que la mujer, el hombre ha sido educado de acuerdo con los valores culturales que indican cómo debe ser el matrimonio, y el papel que juega cada uno en éste, es decir, considera que él tiene la autoridad y el poder, lo que le permite establecer normas bajo las cuales debe comportarse la pareja. En este sentido el hombre que usa la violencia no encuentra alternativas no violentas para relacionarse con la mujer y recurre a todo tipo de conductas por temor al abandono, además de que cree que siempre está en lo correcto y, por tanto, exige que su pareja apoye incondicionalmente su forma de pensar. Cuando cree que su pareja atenta o ataca su posición de autoridad, reacciona ejerciendo diversos actos violentos (Bravo, 2001).

Para Bravo (2001) una persona que tenga baja autoestima tendrá grandes problemas para estar bien consigo misma, más aún para establecer relaciones interpersonales satisfactorias. La autoestima es un factor definitorio para que tanto mujeres y hombres se vean

involucrados en relaciones de violencia, sin embargo no es la causa primordial para que se dé la violencia.

Con respecto a las mujeres que mantienen una relación de pareja en donde hay violencia, se mencionan algunas características: 1) actitudes, valores y comportamientos de acuerdo con su rol genérico, 2) historia previa a otros abusos, 3) baja autoestima y 4) depresión. El comportamiento que manifiestan, entre otros, son: furia o miedos prolongados, pensamientos o tentativas de suicidio, pérdida o aumento de apetito, insomnio o sueño, incapacidad de valorar los hechos y tomar decisiones, disminución de la autoestima, etc.

La mujer llega a la desvalorización y desequilibrio de su persona, se torna indiferente, tiene depresión profunda y sentimientos de desamparo. Tiene miedo al rechazo o a un nuevo ataque, presenta cambios repentinos de ánimo, frustración, impotencia, odio, aislamiento, por lo que pierde la habilidad para relacionarse con otras personas, vergüenza y desconfianza de los hombres. Se preocupa exageradamente por su familia, falta de concentración y memoria, falta de voluntad y de paciencia, aversión a ciertas situaciones, resignación, escepticismo, ideas negativas, faltas de proyectos o perspectivas, no defiende sus opiniones, es complaciente, tiene ideas suicidas y destructivas. Presenta ideas irracionales (cree merecer ser castigada, deforma la realidad justificando la violencia de su pareja, niega el peligro en el que vive, etc.), se siente humillada por su situación, considera que debe de servir y complacer lo más posible a su pareja para evitar ser maltratada, considerando que lo que ella hace no tiene ningún valor.

A partir de esto la mujer empieza a desarrollar trastornos emocionales que terminan en enfermedades o malestares físicos: agotamiento psicofísico, trastornos mentales, somnolencia, sonambulismo, dolores en todo el cuerpo, depresión, furia o miedos prolongados. Considerándose como loca o enferma mental, presenta confusión de sentimientos pues siente que odia a su pareja, pero también siente que lo sigue amando, tiene miedo de enfrentarse “sola” a la vida, disminuye su autoestima (se repite a sí misma sus defectos y fallas y se anula como persona), la mujer considera que no merece ser feliz. Se deteriora su noción del tiempo así como sus derechos de ser humano, distorsiona la

confianza en sí misma y los demás. Siente que de ahora en adelante todas las personas la rechazan y algunas veces comienza a presentar fobias, amnesia, ansiedad, olvido, comienza a experimentar cambios de humor, sensaciones de vacío, desilusión, no tiene interés en nada, experimenta una sensación de inutilidad, culpa, aburrimiento, tortura, etc. (Sandoval, 1998).

Dentro de las consecuencias conductuales, las mujeres comienzan a manifestar conductas hostiles y mecanizadas, sufren ataques de llanto, se muestran pasivas, fácilmente irritables, o por el contrario adquieren una actitud defensiva, en ocasiones tienden a volverse perfeccionistas, a aumentar su actividad para no sentirse inútiles, comienzan a ver la televisión de manera exagerada para olvidarse de sus problemas, dejan de tener cuidado personal, por su distracción empiezan a tener más accidentes dentro y fuera de la casa (cortadas, quemaduras, tropezones, caídas), hacen todo lo que se les dice sin rebatir, no se atreven a hablar en público, tienen malas relaciones interpersonales, no se atreven a aclarar malos entendidos, rechazan la vida social aislándose por completo, en ocasiones llegan a espiar a su cónyuge o ex cónyuge; finalmente, en el grado externo de las consecuencias conductuales y debido a la situación tan desesperante para ellas, no encuentran solución alguna, llevándolas a tener intentos suicidas para dar fin a sus conflictos de pareja (Sandoval, 1998).

También la mujer suele cambiar sus hábitos de conducta: comer menos o más, dormir más, tener insomnio, aparición, aumento o disminución en el consumo del alcohol, tabaco o incluso de alguna droga (Nava, 1996).

En lo que respecta a los hombres que son violentos, pueden tener: 1) baja autoestima, 2) creencia en la superioridad masculina y la necesidad de perpetuar los roles sexuales estereotipados dentro de la familias, 3) provenir de un hogar en el que se ha sido testigo de la violencia contra su madre o contra él, 4) haber aprendido a expresar todas sus emociones a través de la ira, 5) tener poco control de los impulsos, 6) tendencia a minimizar la gravedad de la conducta violenta ante sí mismo y ante los otros, 7) incapacidad de asumir los propios actos y atribuirlos, por tanto, a factores externos, 8) difícilmente pide ayuda o

habla de sus problemas personales, 9) desarrolla relaciones de extrema dependencia y posesión, confundiendo estos rasgos con el amor, 10) gran necesidad de controlar a la gente, excluyendo el auto, 11) encontrar como forma de aliviar las tensiones el dominio de otros a través de la violencia.

Las parejas donde se presenta la violencia se caracteriza por pasar menos tiempo juntos, tienen dificultades en la expresión de afecto, la calidad de la comunicación es infructuosa o, caso contrario, la cantidad de la misma es mínima o a veces nula, la intimidad sexual es alterada, no existe una concepción de derechos y obligaciones en equidad por lo que la comprensión de vivir armoniosamente tanto de manera individual como en pareja va en disminución.

Ferreira (1992) considera que un hombre violento no es sólo aquel que ejerce control sobre su pareja, sino que es aquel que ejerce una conducta abusiva crónica en lo emocional, lo físico y lo sexual. De este modo, algunas de las pautas de su comportamiento son las siguientes: lograr que ella se debilite y pierda confianza en sí misma, impedir que ella pueda abandonarlo, ya que la necesita mucho; conseguir que ella lo obedezca y se deje guiar por él sumisamente. Sus actitudes son estimuladas y mantenidas desde “el qué dirán”, la conveniencia, el cálculo, la manipulación y las estrategias de control de situaciones; adapta su conducta fuera de la relación, pero dentro de ésta deja espacio para los modelos familiares y sociales de cómo debe comportarse un hombre.

Se mencionan algunas características de los hombres que son violentos, entre las que destacan:

- Fue estimulado a enojarse, pelear por todo, no soporta perder y no respeta la autoridad.
- Son posesivos y celosos, ansían la exclusividad, quieren ser los primeros y los únicos.
- Tienen actitudes negativas hacia las mujeres.

- Algunos de estos hombres son inteligentes desde un punto de vista técnico, son brillantes para los negocios o para hacer cálculos, su coeficiente intelectual puede ser alto en estos aspectos; sin embargo, hay ciertos razonamientos o cuestiones de sentido común que no pueden formular ni admitir.
- Algunos acostumbran a ser muy mentirosos como forma de vida, parecen muy convincentes y se hacen los ofendidos si no les crees.
- Su vida sexual es impersonal y promiscua. No son grandes amantes ni tienen grandes sensaciones eróticas.
- Tienen una fachada simpática, inteligente o de niños desvalidos y desamparados, con una gran necesidad de ayuda y de apoyo.
- No suelen sentir vergüenza ni remordimientos para nada. Son cobardes con los más fuertes.
- Se sienten omnipotentes y dominadores. Racionalizan sus conductas, no soportan las críticas y se ponen de mal humor.
- Desean que los entiendan sin hablar, no comunican ni expresan lo que les pasa pero pretenden que los demás actúen como si lo supieran, reprocha que no se les lea el pensamiento.

La violencia sigue siendo estudiada desde un aspecto biológico, social, cognitivo y conductual como un abuso el cual tiene la funcionalidad e intencionalidad de ejercer una vigilancia y restricción en el desarrollo de una persona, etiquetando a cada miembro de la pareja como víctima o victimario, el cual ha sido valorado peyorativamente, por lo que es importante señalar que para dicha investigación no se valorará el comportamiento sino que se propone observarlo de manera neutral para poder evaluarlo, ya que no podemos definir a la violencia como un acto malo o bueno; esto va a depender de la función que tenga y del contexto donde se lleve a cabo y será considerado violento en tanto al otro así le resulte.

CAPÍTULO 5

VIOLENCIA MASCULINA EN LA PAREJA

5.1. VIOLENCIA DEL HOMBRE A LA PAREJA.

La violencia en la relación de pareja es estudiada desde distintos enfoques y con planteamientos muy diferentes, sin embargo, concuerdan al estudiar a la violencia como un acto de agresión entre los miembros de la pareja, principalmente del hombre a la mujer. Ella es la buena, él un machista o misógino que abusa a través de la fuerza ya sea física o verbal.

En la mayoría de las investigaciones, principalmente en países latinoamericanos, se resalta el papel de la mujer como víctima y el del hombre como victimario, olvidando que la violencia también se genera de la mujer al hombre, así como en personas del mismo género; y sobre todo ésta no necesariamente tiene que ser aversiva ya que su interpretación dependerá de la función para cada integrante de la pareja, no existiendo ni víctima ni victimario, sólo un individuo que se relaciona con un estilo de comportamiento que es la violencia.

En referencia a esto, Gotmann (1996, en Briceño, 1998), menciona que en América Latina existe la necesidad en los hombres de enfrentar retos e insultos cada día para probar su hombría; además en todo momento deben ser duros y valientes, estar dispuestos a defender a su familia por cualquier pretexto, como es el caso de nuestra sociedad en donde el mexicano además de cumplir con lo anterior tiene como obligación el cumplir adecuadamente en el sexo y engendrar muchos hijos.

Es decir, el hecho de que existan hombres que maltratan a su pareja se debe a la situación desigual de ideas que hacen creer al hombre ser el “dueño” de ella, teniendo derecho sobre su vida y sobre su cuerpo. La mayoría de ellos han sido educados en la llamada “mística de lo masculino”, donde las pautas culturales transmitidas por la sociedad y la familia han

dado los mandamientos del “verdadero hombre”, los cuales son: ser fuerte, independiente, seguro, agresivo, audaz, competitivo, invulnerable, no tener dudas ni angustia, vergüenza, buscar el éxito y el poder. Tales estereotipos rígidamente implantados conducen al hombre a sentir “lo que debe sentir” y también llegan a desear “lo que deben desear” (González, 1994).

Cuando el hombre empieza una relación de pareja no lo hace con la idea de ser violento, sino que cree en la intimidad, compañía, sexo, cariño, comprensión, apoyo, creatividad, establecer una nueva familia; sin embargo confunde estas características pensando que la mujer le debe sumisión, lo cual puede originarse debido a las expectativas y juicios equivocados que socialmente han sido aceptados y difundidos, respecto a cómo deben comportarse los miembros de una pareja. Así el hombre inicia una relación creyendo que lo que aprendió en su familia y en su grupo sociocultural es la forma correcta de relacionarse, con lo cual espera que su pareja se adapte a los patrones establecidos socialmente. De este modo la violencia inicia desde el momento que el hombre ejerce control sobre su pareja y no cuando decide golpearla (Ramírez, 2000).

Algunas de las pautas de comportamiento del hombre violento son las siguientes: lograr que ella se debilite y pierda confianza en sí misma; impedir que ella pueda abandonarlo, ya que la necesita mucho; conseguir que ella lo obedezca y se deje guiar por él sumisamente. Todo esto resulta importante para su estabilidad psicológica, por lo tanto, apelará a todos los recursos con tal de lograr sus objetivos. A partir de esto se observa que en los hombres violentos se da una extraña mezcla de amor y temor por la mujer, ya que temen el abandono y aspiran a adquirir seguridad a cualquier precio, manteniendo con ello una actitud de autodefensa permanente (Ferreira, 1992).

Diversos autores mencionan ciertas características que pueden tener los hombres que son considerados violentos, las cuales son:

- Fue estimulado a enojarse, pelear por todo, a no soportar a que alguien le ganara o lo superara, a no respetar la autoridad.

- Tiene actitudes negativas hacia las mujeres.
- Le inculcaron un intenso temor a la homosexualidad.
- Son posesivos y celosos, ansían la exclusividad, quieren ser los primeros y los únicos (Mendoza, 1998).
- Son inexpresivos y se juzgan incapaces de sentir con profundidad.
- Les atrae la acción pero luego de conseguir lo que quieren pierden el interés. No tienen constancia ni perseverancia, empiezan mil cosas y las abandonan sin concretar.
- Tienen una fachada simpática, inteligente o de niños desvalidos y desamparados con gran necesidad de ayuda y apoyo.
- Tienen intuición para captar los puntos débiles del otro para seducirlo y utilizarlo según su conveniencia. Viven sin normas morales, viven en el presente como niños sin expectativas, se quejan de quien quiere anticipar, prevenir o planificar el futuro.
- Se sienten omnipotentes y dominadores. Racionalizan sus conductas crueles. No soportan las críticas y se ponen de muy mal humor.
- Quieren tener siempre la razón y creen tener el derecho a que todo se haga a su manera.
- Desean que los entiendan sin hablar, no comunican ni expresan lo que les pasa pero pretenden que los demás actúen como si lo supieran, reprochan que no se les lea el pensamiento (Ferreira, 1992).
- Consideran que reaccionan de forma inevitable a la provocación de la mujer (Navarro, en Bravo, 2001).

Para Nava (1996) existen características que hacen que el hombre llegue a ser violento con su pareja, como son:

- ✓ Los hombres al igual que las mujeres pudieron haber crecido en un hogar con violencia, ya sea como infantes maltratados, o como testigos de la violencia entre sus padres.
- ✓ Con una educación en la que no les han enseñado a admitir y comunicar lo que sienten.

- ✓ Se les ha inculcado el concepto de “machismo”; que consiste básicamente en la exageración de las características del hombre así como a su supuesta superioridad por el sexo opuesto.
- ✓ Misoginia (aversión por el sexo femenino). Puede llegar a manifestar su odio no sólo con el rechazo sino con golpes.

Estas características son consideradas por varios autores como las que definen a un hombre violento, sin embargo es importante señalar que éstas no determinan la conducta del varón, tan sólo la esquematizan, ya que al ser estudiada como un manual de procedimientos, no permite un análisis de mayor objetividad. La violencia no es algo que pueda definirse por ciertas características, es un conjunto de cosas, no un concepto, el cual dependerá del contexto y función que le dé la persona para ser considerada como un acto violento. La violencia no es buena o mala funcional o disfuncional, sino tan sólo es un estilo de comportamiento al que la sociedad ha etiquetado como “violencia” y en donde nada tiene que ver con bondad o maldad, sino con creencias, mitos y deseos de cada individuo. Por lo que se considerará como violencia cuando una persona obra contra otra sin el conocimiento y/o consentimiento del mismo, ya sea por acción o por omisión sin que esto necesariamente resulte negativo.

En lo que respecta a la mujer, muchas de ellas piensan que el problema de la violencia de su pareja le atañe a ella exclusivamente, y se presentan en ella varios sentimientos típicos: la impotencia, que se siente sobrepasada por los hechos y no ve ya soluciones; la vergüenza, pues se juzga severamente a sí misma, lo cual la aísla o la lleva a disimular; el miedo, ya que sabe que la venganza es posible; la culpa, en tanto cree haber fallado y se hace cargo de toda la situación; el malestar, reaccionando por la cólera prohibida que la destruye por dentro; y el enloquecimiento por la impresión de locura y de pesadilla que la asedia (Ferreira, 1989).

Con respecto a los estilos de comportamiento que manifiesta la mujer, se destacan los siguientes:

- Se sienten obligadas a tragarse sus emociones sin poder defenderse, ni enojarse; aprenden a sentirse culpables de sus propios sentimientos o vivencias.
- Poseen maneras extremistas de pensar.
- Se juzgan muy duramente.
- Tienen poca habilidad para decir no.
- Asumen responsabilidades ajenas.
- Toleran conductas desagradables de la pareja.
- Soportan abusos sin percatarse de los daños.
- Consideran el sufrimiento como normal.
- Se sienten frustradas y confusas.
- Tratan de evitar conflictos.
- Se sienten aterradas frente a la perspectiva del abandono.
- Viven principalmente para la pareja.
- Incorporan a su vida creencias, reglas y mensajes negativos.
- Les asusta satisfacer sus necesidades.

Es por todo esto que la mujer ha sido educada en los valores que indican que la pareja es el interés principal y el eje rector de la vida de una mujer. Ella no se valora individualmente lejos de una pareja, no está entrenada para pensar en sí misma y en su beneficio, antepondrá a la pareja ante todo, aunque para ella represente un infierno; la vergüenza y el fracaso la obligarán a tapar todo y a guardar las apariencias. La mujer cree que ya nada cambiará su situación, teme la venganza de él y no puede desprenderse de los únicos momentos en que parece resurgir la pareja ideal, aspira todavía a encontrarlos y hacerlos perdurar.

Todas estas características han permitido que la mujer como víctima, buena o sumisa sea el elemento para que la violencia siga siendo estudiada como un acto de maldad del hombre, y no como una forma de relacionarse en la pareja sin que esto necesariamente resulte aversivo.

Por otra parte, distintos autores han coincidido en reiterar un proceso cíclico por el cual una relación de pareja ingresa a la violencia. El ciclo de violencia es un factor con caracteres específicos que ocurren en un alto porcentaje de parejas en las que existen una mujer golpeada y un hombre violento. La comprensión de los ciclos es muy importante para detener o prevenir los episodios de golpes. El concepto de ciclo ayuda también a explicar por qué las mujeres golpeadas continúan en esa situación y por qué no escapan; éste se compone de tres fases que varían tanto en duración como en intensidad para una misma pareja y entre distintas parejas, siendo las que a continuación se mencionan:

1. Fase de acumulación de tensión. Inicia con la acumulación de tensiones y disgustos debido a la inconformidad de ciertos aspectos de la convivencia, como los problemas económicos, la educación de los niños, etcétera. Comienzan las agresiones sutiles de tipo psicológico: burlas y ridiculización disfrazadas de chistes, críticas, desprecio por ciertas capacidades intelectuales o físicas, las cuales no parecen actitudes violentas, pero que tienen efectos dañinos en la mujer. También durante esta fase se producen escenas de violencia donde el hombre ejerce golpes menores como empujones, bofetadas, pellizcos, contra la mujer, la cual trata de manejar la situación de diversas maneras desde intentado calmar a su compañero a través de conductas complacientes para él hasta evitando entrometerse en sus asuntos. Así la mujer empieza a creer que su obligación es evitar que se presenten incidentes violentos, por lo que intentará cuidar todos los detalles para que su pareja no se disguste y le pegue; pero si él explota, se siente culpable pues piensa que no se esforzó lo suficiente, por lo que merece lo que le pasa. Esta concepción de su relación y de las conductas violentas de su compañero hacen que la mujer no se comprometa con su situación real, ya que pone toda su energía en impedir que su compañero vuelva a hierirla (Mendoza, 1998).

2. Episodio agudo. Se inicia cuando aparece la violencia física y frecuentemente es debido a que el hombre no tiene la habilidad para comunicar sus emociones, con lo cual se desencadena una crisis de cólera e insultos, se desentiende de la mujer y la despersonaliza, tomándola como objeto de su furor, lo cual actúa como un castigo ante la conducta de la mujer. Este periodo es el más corto, pero es el que produce un daño físico mayor.

3. Fase de arrepentimiento. Luego de la fase anterior, el hombre muestra conductas de arrepentimiento, pero no deja de señalar que si ella hubiera o no dicho o hecho tal o cual cosa no habría sucedido nada; con ello le adjudica a la mujer la mayor parte de la culpa, se lo dice con dulzura, pero cuidando que interiorice el mensaje de acuerdo al estado en que quedó la mujer; si ésta se rehúsa a perdonarlo, el hombre se esforzará más, se arrodillará, llorará, se agarrará a sus piernas y le dirá que no puede vivir sin ella, que la quiere y la necesita, ofrecerá toda clase de garantías en apoyo a sus promesas de que nunca volverá a ocurrir, sin embargo con el paso del tiempo, los episodios de acumulación de tensión vuelven a comenzar cumpliéndose el ciclo nuevamente (Bravo, 2001).

El enfoque cognitivo conductual da una explicación diferente sobre el ciclo de violencia, considerando que los miembros de la pareja se refuerzan mutuamente con menos frecuencia y se castigan con mayor frecuencia, es decir, la insatisfacción de la relación de pareja ocurre cuando se intercambian muy pocas conductas gratas entre ambos, cuando las interacciones placenteras se limitan a una sola área (sexo, dinero, etc.) o cuando uno de los miembros de la pareja da más gratificaciones de las que recibe. Esto ocurre con facilidad cuando uno o ambos dan por supuesto conductas agradables y las ignoran; debido a esto se dan interacciones displacenteras con el paso del tiempo. Si hay necesidades insatisfechas es posible que uno o ambos miembros de la pareja utilicen estrategias disfuncionales, como la crítica, el mal humor, las amenazas y la violencia (Pineda y Ramírez, 1997).

De acuerdo con este enfoque se ha propuesto un modelo del ciclo de violencia que consta de siete puntos:

1. Dependencia mutua. El contrato implícito de la relación de pareja es que las necesidades de ambos deben encontrar su satisfacción dentro de la relación. Se trata de un vínculo de alta intensidad emocional en donde ambos hacen votos de devoción que excluyen otras relaciones y el mundo exterior.

2. Acontecimiento disruptor. En un momento dado, la paz de la relación se rompe. La mujer hace algo que el hombre percibe como indeseable. Eso displacentero que

generalmente es algo trivial está fuera del control de dependencia. El hombre se siente abandonado y rechazado, lo cual prepara el estallido de violencia, puesto que al no comunicar sus sentimientos, la incomunicación se torna en posteriores estallidos de rabia.

3. Intercambios de coacciones. El hombre intenta detener el enfrentamiento por lo general mediante una serie de amenazas verbales y denuncias, mientras que el otro miembro de la pareja participa respondiendo a las amenazas.

4. Último recurso. El hombre juzga la situación como insostenible, no pareciendo existir salida al nivel alcanzado. Este juicio es muy importante puesto que ciertas normas culturales afectan la velocidad con que se alcanza el clímax.

5. Furia primitiva. El ataque se produce como consecuencia del juicio anterior; se atacan objetos de la casa, paredes, etc. Se ataca con puñetazos, mordiscos, empujones, con instrumentos, armas, etc., a la pareja o a los hijos. Se les golpea e incluso se les dispara más allá de lo necesario para someterlos.

6. Refuerzo de la agresión. Durante el ataque de rabia la mujer cesa en su comportamiento como una forma de sobrevivir al ataque y no provocar más furia. Con la detención de la conducta violenta, la mujer está enviando el mensaje de que la “violencia funciona” ya que sirve para detener aquello que molesta al violento. Si la mujer no resultó excesivamente herida, puede recompensar aun más al hombre intentando aplacarlo con gestos o palabras que indican sumisión, lo que funciona como refuerzo negativo en la medida que disuelve la furia del agresor. Una vez que se ha producido la agresión, el miedo se convierte en un ingrediente activo de la relación en que el hombre o la mujer adopten una pauta de autoprotección. El miedo incremento la ansiedad en la relación impactando su dogma básico, según el cual, la relación debe satisfacer todas las necesidades de los integrantes de la pareja.

7. Fase de arrepentimiento. El hombre difícilmente puede creer la magnitud de su violencia, y sinceramente, promete no volver hacerlo. La mujer entiende que el

arrepentimiento es honesto, y superando sus sentimientos de miedo y rabia le da una oportunidad más. La sumisión durante la fase anterior ya ha reforzado negativamente la aparición de nuevos episodios de violencia.

De este modo, la violencia es algo que se construye entre los actores de la situación por lo que hace uno y otro. Eso que hacen es entendido como una escala primero verbal y luego física, cuyo punto culminante es la agresión que termina con el enfrentamiento y con la situación desagradable; sin embargo esto no significa que ambos cónyuges tengan igual responsabilidad, ya que el hombre siempre tiene la responsabilidad mayor (Bravo, 2001).

De acuerdo con este ciclo la finalización de la violencia se concibe como un cambio de un patrón interaccional y no como un cambio de la conducta de una persona. Es por esto que consideramos que aun cuando la pareja suele tener encuentros afectivos y el violento consigue controlar conductas indeseables, temas, actitudes, etc. de la mujer, la violencia pasa de ser un acto aislado a convertirse en una forma de interacción mutuamente aceptada por la pareja.

5.2. LA FUNCIÓN DE LAS CREENCIAS EN LOS MIEMBROS DE LA PAREJA.

La violencia en la pareja se encuentra rodeada y fuertemente influenciada por toda una serie de creencias, las cuales están arraigadas en nuestra cultura. Desde el momento en que nacen, la mujer y el hombre son influidos por mensajes verbales y no verbales que van moderando sus creencias, opiniones y modos de comportamiento. Estas creencias se interponen la mayor parte de las veces para tener una reflexión clara y crítica de la realidad, dando por resultado una conducta deteriorada y ajustada a la necesidad de la situación.

Al respecto Ferreira (1991) menciona: “Un conjunto de creencias forman un tramado ideológico no consciente que es aceptado tácitamente sin previo análisis. Está enriquecido

por una serie de argumentos estereotipados surgidos de costumbres, dichos y tradiciones que se perpetúan en una serie de normas o principios con los que se guía la gente”.

Algunas de estas creencias se expresan bajo la forma de refranes o dichos populares, pero no por ello tienen menos relevancia o menos peso en la conducta de las personas, por ejemplo: “Más vale malo por conocido que bueno por conocer”, “El matrimonio no es un lecho de rosas”, “Hay amores que matan”, “Las mujeres necesitan que se les corrija con mano fuerte”, “Los hombres son agresivos por naturaleza”, “El lugar de la mujer es su hogar”, “Porque te quiero te aporreo”, “Las mujeres necesitan que las pongan en su lugar”, “Los hombres llevan los pantalones”, “Los hombres son superiores a las mujeres”, “Por algo será”, “Las mujeres son caprichosas e impulsivas”, “A golpes se hacen los hombres”. También las creencias religiosas impuestas e interiorizadas con ideas hacen ver el comportamiento de los hombres de manera natural diciendo entre otras cosas que “el papel de la mujer es sufrir” y “la mujer debe soportarlo todo”, por citar algunas.

Además las creencias se reflejan también en los refranes o dichos que todos los países tienen en su patrimonio popular y hasta intelectual. Un viejo proverbio inglés dice: “Un perro, una mujer y un nogal: más se los golpea, mejor son”. Uno ruso: “Una esposa puede amar al marido que no le pega, pero no lo respeta”. Uno chino: “Las mujeres son como un gong, deben ser golpeadas con regularidad”. Uno latino: “El hombre que es hombre y macho y le pega a su mujer deja de ser hombre y macho si no le pega otra vez”. Uno francés: “La mujer es como el árbol, hay que golpearla para que dé mucho fruto”.

Es por esto que la sociedad ha encontrado excusas o mitos que le permiten fomentar o ejercer la violencia en los miembros de la pareja, manteniéndose a través de los años y rara vez se revisan para ver si son reales y se manejan como verdades absolutas, por lo que estas creencias provocan el surgimiento de actitudes, valores y comportamientos que hacen que la mujer y el hombre visualicen a la violencia y su situación como algo natural y aceptable, es decir, dando las bases para que cuando se presenta la violencia, ésta se justifique y se refuerce.

A continuación se mencionarán las creencias más comunes en la relación de pareja.

“Las mujeres buscan hombres violentos”. El hombre cree que la mujer deliberadamente busca hombres que tengan mano dura con ella.

“La mujer es responsable de la situación en la que se encuentra: ella lo ha provocado y se lo ha buscado”.

“La mujer es masoquista y en el fondo le gusta”. Para el hombre, la mujer emite conductas que provocan que éste sea violento con ella. La mujer debe tener una posición de subordinación al hombre, éste no debe ser desobedecido ni perturbado, tiene el derecho a reaccionar mal por varias razones y de controlar y dominar la conducta de su pareja cuando considera que se ha vuelto ofensiva.

“Ella no cumple con sus obligaciones”. Las obligaciones se entienden desde todas las tareas domésticas hasta las relaciones sexuales.

“El hombre necesita más sexo que la mujer y si no se satisface se pone muy mal”. El hombre desea sexo y la mujer está para dárselo; ella se siente muy en falta y rápidamente trata de cumplir con su deber como sea.

“La mujer golpeada se queda para que la mantengan”. Porque se le ha inculcado la idea de que la dependencia es una condición femenina y que siempre tiene que tener al lado un hombre para que se ocupe de sus asuntos financieros.

Las creencias han favorecido el uso de la violencia en los miembros de la pareja o sencillamente es una forma de comportamiento que se ve justificada a través de una explicación social de cómo debería comportarse el hombre o la mujer de acuerdo al rol que les fue asignado. Este estilo de comportamiento se presenta en todos los estratos sociales y económicos, así como también a cualquier edad y nivel de escolaridad.

No es de nuestro interés seguir enmarcando a la mujer como víctima o al hombre como victimario ni excusar al hombre por tener “x” o “y” creencia, sino empezar a estudiar la violencia como una forma de comportamiento neutro, y aunque es cierto que las creencias, la cultura, la sociedad, etc., influyen en la conducta violenta del hombre a la mujer, no son un determinante para que se genere la violencia.

Además debemos tomar en cuenta que si los miembros de la pareja son reforzados con menos frecuencia y se castigan con mayor frecuencia, podrán originar interacciones displacenteras con el paso del tiempo, por lo que emplearán estilos de comportamiento como la crítica, el mal humor, las amenazas, burlas, indiferencia, etc.

CONCLUSIONES

Actualmente la violencia ha sido estudiada desde un aspecto biológico, social, cognitivo y conductual como un acto malo o peyorativo, sin tomar en cuenta que la violencia es un conjunto de cosas, no un concepto, el cual dependerá del contexto o función que le dé la persona para ser considerada como un acto violento. Sin embargo consideramos que la violencia es sólo un estilo de comportamiento al que la sociedad ha etiquetado, y en donde nada tiene que ver con bondad o maldad, sino con creencias, mitos y deseos de cada individuo.

La violencia en la relación de pareja es un comportamiento que ha estado rodeado de mitos o creencias irracionales que entorpecen su análisis; asimismo se ha buscado justificar las conductas emitidas por los hombres violentos quienes carecen de elementos que les permitan dar otra solución a sus problemas o formas de comunicación con su pareja, por lo que la violencia masculina ha sido justificada como resultado de la educación diferencial que se realiza para ambos sexos. Por su parte la mujer al interiorizar y aprender el significado de la familia y su papel dentro de ésta, impuesto por los estereotipos culturales, asume como natural las relaciones de violencia en las que se ve inmersa.

Estos estereotipos: sexo débil, sexo fuerte, no han resultado beneficiosos ni a los hombres ni a las mujeres al tener que ajustarse a esos modelos rígidos. Estas exigencias que marcan un desnivel entre hombres y mujeres pueden generar la violencia.

La violencia se ha visto de muchas maneras; concuerdan en que es una forma de controlar al otro, un evento malo por sí solo, como un proceso entre dos con efecto destructivo en ambos miembros de la pareja, donde existe un lenguaje agresivo y conductas entrelazadas y donde el ciclo decae por la inclusión de un tercero o por abandono de alguno de los miembros. Se analogó la violencia a un estado de guerra, donde la supremacía física es el arma desequilibrante de la relación, que el hombre maneja según su capacidad de control y responsabilidad, en que es la pérdida de control lo que lleva a utilizar la violencia física sobre la mujer.

A partir de esta “realidad” surge la responsabilidad social de sancionar el hecho y no sólo la agresión física sino que también a nivel psicológico y vivencial, donde tanto la mujer como el hombre se ven como reacción del otro, visualizando el conflicto como iniciado por el otro. Lo que se ve a nivel clínico, tanto el hombre como la mujer, son igualmente diestros en agredir psicológicamente, e incluso, la mujer podría tener la supremacía en este aspecto.

Esta visión determina otro tipo de consecuencias a nivel político (la no operabilidad de un patrón de deseabilidad social, en que la funcionalidad y la disfuncionalidad se dieran a partir de la evaluación de los integrantes de la pareja y no desde el consenso social y, por lo tanto, que para producir cambio en las relaciones el nivel social también sería ineficiente) y a nivel preventivo y terapéutico (que el problema en la pareja no sería la aparición de la violencia sino la manutención del interés por vivir y mantenerse unidos, donde muchos episodios de violencia deberían entenderse como conflictos en áreas de convivencia para los que se establecen patrones interaccionales repetitivos y donde la base de la violencia se encuentra, no en la maldad o bondad sino en mecanismos de defensa contrapuestos.

Consideramos que la violencia se puede ver no como un problema, sino como una realidad, por lo que también se entiende como una forma de convivencia en la relación de pareja. Además, si se cambia la concepción que se tiene de “violencia” se puede incidir de diferente forma sobre la violencia en la relación de pareja, tanto a nivel de terapia como en lo legal, no existiendo ni víctima ni victimario, sólo un individuo que se relaciona con un estilo de comportamiento que es la violencia, además de devaluar conceptos que se utilizan cotidianamente como es la violencia psicológica, emocional o verbal, sin ver que son lo mismo.

Para dicha investigación la violencia es cuando una persona obra contra otra sin el conocimiento y/o consentimiento del mismo ya sea por acción u omisión sin que esto resulte negativo. La violencia es una conducta aprendida, la cual se adquiere a través de observar modelos violentos (aprendizaje observacional); al mirar portarse de esa forma a otros tenderá a aminorar sus inhibiciones y dar la impresión de que se trata de algo normal que sirve para resolver conflictos o alcanzar las metas (reducción de inhibiciones).

Ver continuamente esta conducta, permite que el hombre se vuelva indiferente a ella (desensibilización).

Desmitificar a la violencia como un acto negativo y entenderla como un acto violento neutro implica estudiar a la pareja de forma individual ya que se considera que no por el hecho de ser pareja se deja de ser individuo y que aun cuando comparten espacios, no dejan de tener sus propias expectativas acerca de la relación, es decir, cuando se forma una pareja lo hace de manera voluntaria, y por dos razones: porque en el momento que toman tal decisión tienen la impresión que la compañía y presencia del otro les complementa; por la sola idea del amor que se profesan colocando a su compañero una carga de expectativas fundamentales en base por demás idealista. Una persona por magnífica que pudiera ser y por muy buenas intenciones que tuviera no es capaz de satisfacer todas las necesidades del otro y por todo el tiempo. Estas parejas que se unen esperando que el otro cumpla con todas las necesidades afectivas, creativas, ideológicas, así como que compartan los mismos intereses (artísticos, laborales, familiares) y valores, no pueden sino, tarde o temprano, ver la realidad: su pareja es totalmente incapaz de satisfacer y cumplir tales expectativas. La segunda se constituye sobre la base de un proyecto en común. Persiguen la realización de un proyecto de vida juntos, existiendo vínculos afectivos diferentes a los propios de las relaciones parentales o amistosas; esa unión afectiva y ese proyecto en común es lo que sustenta y justifica la convivencia entre los miembros de la pareja y lo que permite diferenciarla de otro tipo de interacciones.

Cuando no se cumplen las expectativas esperadas de cada uno de los miembros de la pareja surgen los conflictos. Es aquí cuando el marco cognitivo conductual aporta los elementos necesarios para utilizar de manera adecuada las diversas técnicas que ésta proporciona al abordar la problemática de la violencia del hombre a la mujer en la relación de pareja, resaltando la participación de la persona en cuanto a la formación de habilidades de afrontamiento, pidiéndole a la persona que indique su grado de ansiedad al imaginar una situación particular para luego identificar lo que ellos mismos están diciendo que posiblemente sea lo que les provoque la ansiedad. La premisa básica es que gran parte del sufrimiento, si no es que todo el sufrimiento emocional, es debido a los modos inadaptados

en que las personas construyen el mundo y a las creencias irracionales que mantienen. Dichas creencias conducen a pensamientos y sentimientos auto derrotistas, que ejercen un efecto desfavorable sobre la conducta.

BIBLIOGRAFÍA

Apodaca, R. L. (1995). **“La violencia intrafamiliar contra la mujer en la ciudad de México”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Avia, M. D. (1983). **Técnicas cognitivas y de autocontrol. Manual de modificación de conducta**. Madrid: Alambra.

Benítez, R. (1997). **“Cómo influye la relación de pareja en el matrimonio y crianza de los hijos”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Berkowitz, L. (1996). **Agresión: Causas, consecuencias y control**. España.: Desclé de Brouwer, S. A.

Berstein, D. (1988). **Introducción a la psicología clínica**. México: Mc Graw Hill.

Bravo, G. M. (2001). **“Las expectativas sobre la relación de pareja como un factor que incide en la violencia conyugal”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Briceño, M. G. (1998). **“Violencia conyugal: una aproximación metodológica orientada a los hombres violentos”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Bueno, M. (1985). **“Relaciones de pareja: principales modelos teóricos”**. España: Desclé de Brouwer, S. A.

Caballo (1991). **Manual de Técnicas de Terapia y Modificación de Conducta**. México: Siglo XXI.

Caballo, V., Buela-Casal, G. & Carboles, J. (1995). **Manual de psicopatología y trastornos psiquiátricos**. España: Siglo Veintiuno de España Editores S. A., 86 pp.

Caparrós, A. (1980). **Historia de la psicología**. España: CEAC.

Carmolinga, R. (1999). **“El concepto de noviazgo en los jóvenes de la sociedad contemporánea”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Carpintero, H. (1998). **Historia de las ideas psicológicas**. Madrid: Pirámide.

Corsi, J., Dohmen, M. & Sotés, M. (1999). **Violencia masculina en la pareja**. Buenos Aires: Paidós.

Chávez, S. y Morales, M. (1993). **“Programa de entrenamiento en habilidades de comunicación sexual: Taller cognitivo conductual”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Döring, H. M. (1994). **La pareja o hasta que la muerte nos separe ¿un sueño imposible?** México: Fontana.

Esteva, T. N. (1992). **“Relación de pareja”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Ferreira, G. (1989). **La mujer maltratada**. Buenos Aires: Sudamericana.

Ferreira, G. (1992). **Hombres violentos, mujeres maltratadas**. Buenos Aires: Sudamericana.

García, J. A. (2002, enero). “La estructura de la pareja: implicaciones para la terapia cognitivo conductual (44 párrafos)”. **Revista Clínica y Salud**. (En red). Disponible en: <http://www.cop.es/colegiados/M-00451/tex/htm>

García, L., Montoya, J. y Rodríguez, S. (1992). **Historia de la psicología**. México: Siglo XXI.

Garfield, S. (1979). **Psicología Clínica: El estudio de la personalidad de la conducta**. México: El Manual Moderno, S. A. de C. V.

Gómez , F. M. (1997). **“El maltrato doméstico a la mujer: causas y consecuencias”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

González, R. G. (1994). **“Los estudios de género. Una alternativa para la autovaloración de mujeres maltratadas”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Gross, R. (1998). **Psicología: La ciencia de la mente y la conducta**. México: El Manual Moderno.

Haller, B. (1973). **Psicología General**. México: Harla.

Huitrón, Monsalvo y Quecholac. (1996). **“Una alternativa para la prevención de la violencia intrafamiliar”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Kantor, J. R. (1990). **La evolución científica de la psicología**. México: Trillas.

Kazdin, A. (1989). **Modificación de la conducta y sus aplicaciones prácticas**. México: El Manual Moderno.

Luna, L. N. y Méndez, L. R. (1997). **“Manual informativo sobre la elección de pareja: una propuesta que contribuye a la elección objetiva del compañero para la vida en común”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

López, U. A. (2000, marzo). El desarrollo en la relación de pareja (56 párrafos). **Rompan Filas** (En red). Disponible en: http://www.rompanfilas.mx/relación_de_pareja_archivos/rf31b.htm

- Luthans, F. y Kreitther, R. (1984). **La conducta organizacional**. México: Trillas.
- Mahoney, M. (1979). **Cognición y modificación de conducta**. México: Trillas.
- Mata, V. E. (2000). **“Percepción y aceptación de la violencia de un grupo de mujeres en su relación de noviazgo”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala. Edo. de Méx., México.
- Mayer (1981). **Procedimiento del análisis conductual**. México: Trillas.
- Mckeachie, W. & Lackner, Ch. (1970). **Psicología**. Estados Unidos: Fondo Educativo Interamericano, S. A.
- Mendoza, L. S. (1998). **“Violencia doméstica, propuesta de un inventario para conocer la percepción y aceptación de la violencia en un grupo de mujeres en su relación de pareja”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.
- Moreno, I. (1997). **“Las falsas interpretaciones en la relación de pareja: una estrategia preventiva cognitiva conductual”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.
- Nava, M. (1996). **“Características del hombre violento. Tratamiento cognitivo-conductual para mujeres maltratadas por su cónyuge”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.
- Navarro, R. (1994). **Del condicionamiento clásico a la Terapia Conductual Cognitiva: hacia un modelo de integración en aprendizaje y comportamiento**. Vol. 10. Lima: A. L. A. M. O. C.
- Pineda, V. y Ramírez, P. (1997). **“Una alternativa preventiva cognitivo-conductual para las relaciones destructivas de pareja”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, México.

Ramírez, H. F. (2000). **Violencia masculina en el hogar**. México: Pax México.

Ramírez, S. G. & Vázquez, C. S. (2002). **“Factores de alto riesgo para la formación de relaciones destructivas en el noviazgo: Una propuesta preventiva”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México Campus, Iztacala, Edo. de Méx., México.

Ribes, E. (1982). **El conductismo, reflexiones críticas**. Barcelona: Fontanella.

Sandoval, J. Y. (1998). **“Causas y consecuencias del maltrato doméstico”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.

Sarason, I., Sarason, B. & Smith, E. (1982). **Psicología: Fronteras de la Conducta**. México: Harla.

Serrano, V. M. (2001, septiembre). Algunas consideraciones históricas en torno de la terapia cognitivo conductual: ¿Sincretismo? (31 párrafos). **Revista electrónica de psicología Iztacala** (En red). Disponible en: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol4/vol4art5.html>

Valladares, C. P. y Hernández, C. G. (1994). **“Proyecto de funcionamiento del: Centro para la Superación del Maltrato Intrafamiliar (CESI)”**. U. N. A. M., Campus Iztacala.

Vargas, J. A. (2002, julio). Tecnología psicológica: El momento de la Transición (65 párrafos). **Revista Electrónica de Psicología Iztacala**. (En red). Disponible en: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol5/vol5art2.html>

Villacaña, M. (1992). **El impacto del maltrato a la mujer**. México: Ponencia.

Villavicencio, P. L. (1999). **“Análisis de pareja y familia desde el enfoque sistémico”**. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Campus Iztacala, Edo. de Méx., México.