



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

**FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS
COLEGIO DE PEDAGOGÍA**

**PROPUESTA DE TALLER PARA ADOLESCENTES
¿QUÉ ONDA CON EL NOVIAZGO?**

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

MILDRED JUÁREZ BARRAGÁN

ASESORA: MTRA. ALEJANDRA E. LÓPEZ QUINTERO



MÉXICO, D.F. 2010



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.

Agradecimientos

A dios, la vida, destino, universo por darme las señales adecuadas y por confabular de manera tal, que siempre he encontrado la fortaleza para luchar siempre por mis sueños y poder llevar a cabo las metas que me propongo.

A mi familia que tanto amo y que siempre me ha ayudado, que ha estado conmigo en todo momento brindándome las fuerzas y apoyo necesarios para salir adelante y continuar mi camino. Gracias por los momentos que hemos compartido durante 24 años.

A mis padres a quienes debo la vida. A mi mamá gracias por brindarme el mejor ejemplo que como mujer pudiera recibir, gracias mamá porque con tu ejemplo de lucha, constancia y tenacidad he salido adelante y he podido superar los retos a los que me he enfrentado en la vida. Gracias papá porque con el ejemplo haz predicado en mí la lucha por alcanzar mis sueños, las ganas de lograr todas mi metas, de crecer, de salir siempre adelante y aprender de todas las cosas que pasan día a día.

Gracias Jaya porque haz sido y serás siempre para mí un compañero de vida, gracias porque eres para mí algo más que un hermano, gracias por ser mi amigo y confidente, por todos los momentos que hemos compartido, por todas las risas, alegrías, penurias, lágrimas, regaños, locuras, sueños y anhelos que fortalecen nuestra hermandad y nos unen como seres humanos. Gracias hermano por ser y estar siempre que te necesito, gracias por tu cariño y apoyo. Te adoroooooooooo.

A mi gran familia Juárez Barragán, a tod@s mis ti@s que con sus consejos, ánimos y palabras de aliento he encontrado en muchos momentos señales de luz y chispas de alegría que hacen livianos, mágicos y maravillosos los momentos de mi vida.

Al Colegio de Bachilleres, que me permitió adquirir mis primeras experiencias laborales y a la vez estudiar mi licenciatura.

A mis jefas, jefes, compañer@s, y a todas aquellas personas que he encontrado en este lugar que me han ayudado a crecer profesionalmente, a formar mi carácter y también a defender mis ideales. Gracias también porque he conocido aquí a grandes amig@s que me han apoyado y me han alentado. A mis queridos mantos, gracias por todo su apoyo, por ser junto con gualas mis compañeros del comedor donde me puedo sentir como en casa y puedo compartir también mi esencia como persona y ser simplemente como soy, gracias mantos por su amistad sincera. Gracias manta porque con tus palabras, consejos, apoyo y amistad he podido ver la vida desde diferentes matices que me han ayudado a crecer como persona y defender en todo momento lo que soy.

A mis queridísimas amigas, con las que he crecido y con las que compartido momentos inolvidables en mi vida, etapas maravillosas irrepetibles, lágrimas, risas, chistes, trabajos, estrés, emociones, felicidad extrema y un sin fin de momentos inigualables.

A mis amigas del alma Ayleen, Maribel, Marisela, Eréndira y Cari que con el amor orden y progreso que nos inculcó la Facultad de Coapa nuestra amistad sigue vigente hasta hoy en día. Gracias amigas porque han estado presentes en momentos memorables de mi vida, porque con ustedes he compartido momentos de locura, alegría, estrés y nostalgia que han llenado mi vida de momentos mágicos. Gracias Ayleen porque siempre haz estado ahí cuando he necesitado tu apoyo, gracias por ser uno de los mejores regalos que la vida pudiera brindarme. Gracias Maribel por ser un oído en muchos momentos de mi vida, gracias a los que he encontrado muchas veces la luz y la esperanza de tener tiempos mejores. Gracias Marisela porque con esa pequeña chispa Azury de alegría contaminan mi vida de alegría y felicidad cuando las veo.

A todas mis compañeras que conocí en la Carrera de Pedagogía, con las que compartí momentos de aprendizaje y por los cuales hoy concluyo esta etapa tan agradable de mi vida, gracias a mis amigochas del alma Yatzil, Gaby, Laura y Sandra quienes me apoyaron, escucharon y con quienes compartí momentos llenos de felicidad en los pasillos de esta Facultad y la hermosa Ciudad Universitaria. Por supuesto gracias también a las Inconcientes con quienes compartí momentos de parranda, estudio, convivencia y un sin fin de momentos felices inconscientes, que hicieron de esta etapa la mejor que he vivido hasta hoy.

A mí misma, por tener la fortaleza y valentía de demostrarme todas aquellas cosas de las que soy capaz, gracias por darme la oportunidad de aprender de cada cosa que sucede en la vida y por tener la convicción de lo que soy y lo que poseo para luchar siempre por mis sueños y seguir siempre adelante. Gracias por ser la mejor compañía que pueda tener, porque hoy comprendo que no hay mejor compañera que yo misma.

Y no podía faltar el agradecimiento a la maravillosa Universidad Nacional Autónoma de México, gracias a la cual hoy concluyo esta maravillosa etapa de mi vida. Gracias porque durante mi estancia en esta universidad viví los mejores momentos de mi maravillosa vida, porque no existe mejor dicha y alegría que concluir la mejor etapa en la mejor Universidad de México. Gracias a la UNAM que desde la Facultad de Coapa hicieron realidad mis sueños y anhelos con todo lo que aprendí en sus aulas y todos los momentos que formaron mi historia como estudiante. Gracias a la hermosa Ciudad Universitaria, que con su belleza cada mañana me llenaba de inspiración para aprender algo nuevo cada día y poder dar sentido a mis sueños. Muchas gracias a la Maestra Alejandra López Quintero, por haber sido la mejor guía que pudiera encontrar para realizar este trabajo. Gracias a tod@s l@s profesoras (es) que comparten su conocimiento con tantas generaciones y que puede servir como a mí, a manera de inspiración para hacer que *“Por mi raza hable mi espíritu”*.

Índice

Introducción	5
Capítulo I. Adolescencia	9
Definición	10
Los cambios a partir de la pubertad	13
Los cambios físicos y fisiológicos	14
Los cambios cognitivos, conductuales y de personalidad en el adolescente	20
Sexualidad de los jóvenes	33
Los holones sexuales	35
Métodos anticonceptivos	44
Infecciones de Transmisión Sexual	46
Capítulo II. Género	50
Definición	52
Asignación de género	58
Roles de Género	
El papel de los medio de comunicación en la reproducción de la inequidad de género	60
Violencia de género	63
Los adolescentes y el género	65
Capítulo III. Violencia	67
Definición	68
Tipos de violencia	75
Posibles explicaciones al problema de la violencia	81
Características de la violencia	85
Ámbitos de expresión de la violencia	86
El ciclo de la violencia	88
Capítulo IV. Violencia en el noviazgo	94
El noviazgo	96
El noviazgo fundado sobre las bases equivocadas	99
Las etapas del enamoramiento	100
Patrones de atracción de parejas	101
Tipos de amor	106
Violencia en el noviazgo	108
Tipología del agresor	114
¿Qué dicen las estadísticas?	116
Capítulo V. Propuesta pedagógica Taller: ¿Qué onda con el noviazgo?	124
Presentación	125
Contenido temático	127
Metodología	128
Objetivos	133
Cartas descriptivas	134
Conclusiones	144
Fuentes consultadas	151
Anexos	156
☉ Manual del participante	157
☉ Manual del instructor	188
Apéndice	244

Introducción

La violencia es un problema que afecta a todas las sociedades, culturas e individuos. La cultura es uno de los factores más significativos e influyentes en el comportamiento violento pues no es difícil encontrar en esta sociedad que los adolescentes que están tratando de aprender a hacer y ser se comportan como se les muestra a su alrededor donde encontramos escenas violentas en la calle, trabajo, series de televisión, programas de radio, comerciales y sobre todo en la casa donde se parte, en la mayoría de los casos, para reproducir los patrones violentos.

La adolescencia es una etapa en la vida del individuo, es conflictiva por esencia, el periodo más trascendente en la vida del hombre porque se produce una maduración integral que va acompañada de un desarrollo corporal y orgánico.

La velocidad de los cambios tecnológicos y los matices que van adquiriendo los valores morales van tornando aún más difíciles las tareas de la adolescencia. Los nuevos entretenimientos representan instrumentos, donde vemos plasmado que se repiten y recrean las formas de la violencia, dirigiéndose a adolescentes en desarrollo.

Desde una visión romántica el noviazgo se considera una relación de pareja que se vive durante la juventud, que es aceptada, acordada y socialmente reconocida para experimentar e intercambiar no sólo palabras dulces y buenos sentimientos, sino también deseos y caricias erótico-sexuales; que puede concluir porque no cumple con las expectativas de las y los involucrados, o bien transformarse en un compromiso de mayor duración.

En general, la violencia en el noviazgo tiende a pasar desapercibida, tanto por las instituciones como por los propios jóvenes, sin embargo, la ENVINOV¹ detectó que en las relaciones de noviazgo que establecen las y los jóvenes entre 15 y 24 años hay expresiones de violencia de muy distinto tipo y en diferentes grados. Se detectaron tres tipos de violencia, la física, la psicológica y la sexual.

¹ Encuesta Nacional de violencia en las relaciones de noviazgo 2007. Resumen Ejecutivo. Instituto Mexicano de la Juventud. México. 22pp.

Según la información recolectada en la ENVINOV, el 15 por ciento de las y los jóvenes han experimentado al menos un incidente de violencia física en la relación de noviazgo que tenían al momento de la ENVINOV.

Los incidentes de violencia tienen una mayor proporción en zonas urbanas (16.4 por ciento), en comparación con las zonas rurales (13.2 por ciento). La mayor proporción de personas que reciben violencia física, son las mujeres (61.4 por ciento de las mujeres y 46 por ciento de los hombres). Los resultados de la ENVINOV en este rubro indican que el 76 por ciento de los jóvenes son víctimas de la violencia psicológica y la mayor incidencia de ésta se da en áreas urbanas (76.3 por ciento) a diferencia del área rural (74.7 por ciento). El 16.5 por ciento de las jóvenes entrevistadas señaló haber sufrido un evento de violencia sexual por parte de su pareja.

Con base en estas estadísticas y preocupada por el incremento de actos violentos que se ven día a día en la sociedad es que surge esta propuesta pedagógica.

Este trabajo consta de cinco capítulos, el primero titulado *adolescencia*, en este se retoman de diferentes autores las principales descripciones y conceptos necesarios para conocer a la población a la que está dirigida esta propuesta.

El segundo capítulo *género* se elaboró con la finalidad de conocer la perspectiva de género que promueve la equidad entre hombres y mujeres, el reconocimiento del papel de la mujer en la sociedad y la igualdad de género. Esta perspectiva, facilita el reconocimiento de aquellos patrones de conducta heredados desde tiempo atrás que promueven y difunden la desigualdad de género proponiendo el machismo que hoy en día vemos reflejado en nuestra sociedad y que es necesario modificar.

El tercer capítulo habla de la *violencia*, sus causas, características y consecuencias que permiten concientizar sobre la importancia de evidenciar esta problemática social que debido a la cultura sexista en la que nos encontramos pasa desapercibida y es naturalizada. Lo importante es reconocer esta problemática para poder contribuir a la erradicación del problema y coadyuvar en el establecimiento de relaciones sanas y libres de violencia.

El cuarto capítulo titulado *violencia en el noviazgo* permite aterrizar el problema de la violencia en el noviazgo, en este se presentan las creencias de la víctima, tipología del agresor y estadísticas que reflejan esta problemática en nuestro país hasta el año 2007. Este capítulo es importante porque es el tema central de esta propuesta y lo contenido en este sirve como un pequeño panorama de esta problemática.

Estos capítulos sirven de contexto para conocer el problema y con ello poder elaborar mi propuesta, de ello surge el quinto capítulo, la *propuesta pedagógica*, que consiste en el diseño y planeación de un taller para adolescentes, el cual he titulado ¿Qué onda con tu noviazgo?

Este taller está dirigido a adolescentes porque durante esta etapa de la vida se internalizan valores, ideales y conductas por medio de diferentes mecanismos psicológicos. La imitación representa al más inmediato. Lo que significa que los adolescentes tienden a copiar hábitos y costumbres de sus pares y mayores, lo que les permite incorporar con facilidad nuevas formas de violencia que les rodean.

En este he propuesto temas que coadyuven el proceso de concientización de l@s participantes sobre la importancia de vivir relaciones de noviazgo sanas y libres de violencia. Los primeros tres temas ¿Quién soy?, ¿Y la sexualidad? Y ¿Qué tiene que ver la autoestima conmigo?, permitirán a l@s participantes conocerse y reconocerse como seres humanos, reflexionar sobre sus derechos y valía como personas para que, posteriormente les resulte más sencillo concientizar sobre el derecho a vivir relaciones sanas y libres de violencia.

El tema estilos de comunicación, permitirá a l@s participantes reconocer la forma que utilizamos a diario para comunicarnos con las personas. Este tema es importante porque de alguna manera da la pauta de cómo influye la comunicación que tenemos con l@s demás personas en nuestras relaciones interpersonales.

Los estilos de comunicación que se manejarán en este taller son tres, la pasiva, agresiva y por último asertiva que a la vez representa una invitación a l@s participantes a comunicar lo que desean, piensan y sienten sin perjudicar a los demás.

A partir del quinto tema l@s participantes empezarán a reflexionar sobre las relaciones interpersonales para concluir el taller con la violencia en el noviazgo.

El quinto tema titulado ¿Qué son las relaciones interpersonales?, permitirá a l@s participantes reflexionar sobre el concepto y la importancia que le conceden éstas como la amistad, y el noviazgo. Estos temas permitirán a l@s participantes comenzar a reconocer elementos del noviazgo que se pueden establecer como pautas en las relaciones violentas.

El sexto tema, permitirá a l@s participantes concientizar sobre la importancia de tener en cuenta los valores humanos en la actualidad. A partir del séptimo tema empezará la reflexión sobre la importancia de conocer esta problemática social, *la violencia en el noviazgo*, tema central de este trabajo. Empezaremos por la violencia, este tema permitirá a l@s participantes conocer y reconocer esta problemática social, que aunque la vivimos a diario, desafortunadamente no se logra identificar, probablemente porque los patrones de conducta heredados por generaciones atrás así nos han enseñado la forma de relacionarnos, que por lo tanto hacen parecer a la violencia en las relaciones como algo natural.

Conocer las características de la violencia, permitirá a l@s participantes comprender de manera más sencilla la violencia en el noviazgo, así como las creencias de la víctima y las formas de control de la persona que ejerce la violencia. Una vez que l@s participantes estén conscientes de la existencia de esta problemática social, sus características, causas y consecuencias, encontrarán en el taller alternativas de solución y sugerencias para comenzar a establecer relaciones de noviazgo libres de violencia.

Es importante que l@s adolescentes reconozcan esta problemática social desde esta edad porque si se hace de esta manera, probablemente al concientizar sobre esta en un futuro se establezcan relaciones de noviazgo sanas y libres de violencia, y de alguna manera se estarán desaprendiendo aquellos patrones de conducta heredados desde tiempo atrás. De esta manera es como se propone que este taller represente una propuesta para erradicar esta problemática social, que cada día acrecienta y que encontramos en la juventud mexicana.

Capítulo I

Adolescencia

Adolescencia

La adolescencia, representa sin duda una de las etapas más cruciales y difíciles en la vida del ser humano, es con frecuencia cúmulo de experiencias, situaciones, y retos inimaginables en cada persona. Probablemente representa el proceso de cambio y transformación, más significativo e importante para el desarrollo del individuo, pues en este pueden determinarse, proyectos de vida importantes en cada persona y resultar determinante en la formación de identidad y personalidad del ser humano.

Adolescencia, es sinónimo de cambio, transformación física y mentalmente, en esta etapa se consolidan intereses, preferencias e inclusive valores que el ser humano ha recibido a lo largo de su desarrollo, adquirir nuevos, o simplemente dejarlos de lado.

La adolescencia trae consigo, infinidad de retos, experiencias, sensaciones y un sin fin de cosas nuevas, todas ellas muy importantes; en la actualidad con tanta información sobre el tema, es muy frecuente encontrarnos con que la mayoría de los chicos saben por qué proceso están atravesando, sin embargo no todos saben cómo actuar ante él, como reaccionar ante cada situación nueva a la que se enfrentan sin que esto altere su estabilidad emocional.

Definición

En la actualidad es común encontrar dos términos en los que es muy importante establecer la distinción entre ambos, ellos son pubertad y adolescencia, la mayoría de los autores consideran la pubertad como una serie de cambios físicos en el organismo humano cuyo producto final es, básicamente, la completa maduración de los órganos sexuales y con ello la plena capacidad para reproducirse, la adolescencia por su parte es la etapa de desarrollo que sigue de la pubertad.

Pubertad es derivada del latín pubes, que significa vello indicativo de virilidad, y de pubertas, que significa facultad viril (pubens o púber), es indicativa del comienzo de la edad madura; se le identifica cuando en las mujeres se inicia la menstruación y en los varones aparece el vello púbico.

Muchos son los cambios físicos que durante esta etapa ocurren en el sistema reproductor, en los caracteres sexuales secundarios, en el sistema cardiovascular, en la fuerza de los músculos y en muchos otros aspectos².

La pubertad incluye una serie de factores complejos, es muy importante dejar en claro que ésta no es sinónimo de adolescencia, acaba mucho antes de que finalice esta y, a menudo es considerada como el inicio de la adolescencia, puede comprobarse por los cambios corporales específicos que se producen en forma sucesiva. No es un acontecimiento único, sino un conjunto de hechos que son producto de la evolución del organismo.

El término pubertad se identifica con la maduración fisiológica en el aspecto biológico, es un periodo en el que se produce una maduración física rápida asociada a los cambios corporales y hormonales que tienen lugar durante la adolescencia temprana.

La palabra adolescencia señala el cambio o los cambios tanto biológicos como psicológicos que se presentan durante este periodo, es una etapa de reorganización, donde el ahora joven empieza a buscar su identidad, y deja de ser niño para ingresar al mundo de los adultos, esta etapa también se caracteriza por la búsqueda de los valores personales³.

La palabra se deriva del *latín adolescere y significa crecer, transitar de un estadio a otro dentro de un proceso, es concebida como una etapa del desarrollo humano que ocurre entre los 12 y los 18 años de edad, se inicia con los cambios fisiológicos de la pubertad y termina cuando se alcanza el estatus sociológico de adulto⁴.*

Platón afirmaba que la adolescencia es una edad de excitabilidad excesiva, de un placer sin fin por las discusiones, y de una soliviantada emotividad. Aristóteles sostenía que los adolescentes se caracterizan por su propensión a modificar sus actitudes, por su carácter irascible y apasionado y por su tendencia a asumir posiciones extremas y categóricas.

² Saavedra, R. Manuel S. *Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor*. México. 2004 Pax Editores. P. 17.

³ Casas, María de la Luz. *Hablemos con los jóvenes: guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros*. México, Trillas 1998. P 21 y 22.

⁴ *Ibidem*

Juan Jacobo Rousseau la concibe como un nuevo nacimiento, una metamorfosis por la cual se accede al sentido social, a la emotividad y a la conciencia moral.

La noción actual de adolescencia prácticamente no existió sino hasta el fin de la Edad Media, con la instauración de la sociedad burguesa y el advenimiento de la industrialización⁵.

La adolescencia es un periodo exclusivamente humano, en este ocurre el tránsito de la niñez a la edad adulta por medio de iniciaciones y de ritos que difieren según la cultura, es un periodo de grandes cambios y adaptaciones, durante el cual los jóvenes de ambos sexos pasan por momentos de inseguridad y de incertidumbre, lo que produce un exceso de emotividad que el adolescente requiere canalizar.

Stanley Hall, llaman a la adolescencia “periodo de tempestades y conflicto”. En realidad representa una etapa problemática y compleja en la lucha del joven por llegar a la madurez. También es un periodo de grandes esperanzas, experiencias nuevas y emocionantes, y de mayores oportunidades para el desarrollo personal.

*En 1904, Stanley Hall (1844-1924) publicó su obra *Adolescence, Its Psychology and Its Relations to Psychology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion and Education*, un tratado sobre las características psicológicas de la edad.*

Siguiendo las ideas de Rousseau, elaboró una teoría psicológica de la recapitulación en la cual sostiene que la experiencia humana se incorpora a la estructura genética de cada individuo, incorporando a su vez insumos de las teorías evolutivas de Lamark, Darwin y Haeckel⁶.

Explica el desarrollo sexual, social, intelectual y emocional de la adolescencia como una sucesión de crisis tensionales (estrés) y aflicción, y en una definición clásica y descriptiva, la concibe como la fase de transición entre la infancia y la edad adulta, la esencia de la adolescencia es el conflicto mismo.

⁵ Saavedra, R. Manuel S. *Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor*. México. 2004 Pax Editores. p.1..

⁶ Lutte G. *Liberar la adolescencia*. Herder. España. 1988 p. 38-39.

Desde hace mucho tiempo la adolescencia se considera un periodo de desarrollo difícil, tanto para los adolescentes como para sus padres⁷.

Los cambios a partir de la pubertad

En la adolescencia crecemos mucho tanto física como emocionalmente. A veces sentimos que más de la cuenta. A veces nos sentimos muy grandes y otras muy chiquitos. Todavía no somos adultos pero ya no somos unos niños. En ocasiones creemos y sentimos que tenemos el mundo en nuestras manos, otras veces nos sentimos con dudas, inseguros, tristes como si nos estuviera lloviendo y granizando solo a nosotros.

Queremos ir en contra de la corriente, en contra de cómo van los demás, rebelarnos y decir lo que nosotros pensamos, aunque también hay veces que no queremos saber del mundo y desearíamos estar en una isla, aunque tenemos una gran necesidad de hablar con alguien.

En la adolescencia nos gusta correr riesgos, sentimos que los demás pueden estar en peligro pero nosotros no, queremos que nos traten como adultos y tener los privilegios de la libertad, pero a la vez no queremos crecer ni tomar grandes responsabilidades⁸.

Tanner⁹ asegura que es imposible distinguir una serie de momentos distintos en el desarrollo físico humano, pues se trata de un proceso continuo y progresivo, excepto, el de la adolescencia, que es cuando el crecimiento se acelera produciendo una transformación rápida del organismo.

Desde el nacimiento pueden apreciarse los órganos sexuales que diferencian al niño de la niña. Al llegar a la adolescencia, se establece en forma definitiva, como manifestación de los caracteres sexuales secundarios, la morfología típica del varón y la mujer¹⁰.

⁷ María de los Ángeles Ituarte, *Adolescencia y personalidad*, Trillas, México, 1997, p.37.

⁸ Pick de Weiss, S. y Vargas Trujillo, E. (1990). "Yo adolescente: Respuestas claras a mis grandes dudas". México: Editorial Planeta (3ª edición, 19ª reimpresión, 2001).

⁹ Tanner. J.M., 1962, La evaluación de Crecimiento y madurez en niños, en metabolismo de proteína. Berlín Springer - Verlag. p. 361-382.

¹⁰ Casas, María de la Luz. *Hablemos con los jóvenes: guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros*. México, Trillas 1998. P 21 y 22.

Los cambios físicos y fisiológicos

Muchos son los cambios físicos que durante esta etapa ocurren en el sistema reproductor, en los caracteres sexuales secundarios, en el sistema cardiovascular, en la fuerza de los músculos y en muchos otros aspectos, la madurez física es una de las más claras concreciones de la adolescencia.

El primer cambio es el crecimiento del esqueleto (estirón) tanto en los varones como en las mujeres. Este es el primer detonante, por lo general, de la presencia de la acción hormonal que desencadena el desarrollo de los caracteres secundarios y se presenta aproximadamente 2 años antes en las niñas que en los niños. La edad promedio de inicio del estirón son los 9 años en las niñas y los 11 en los niños¹¹.

Durante la adolescencia las chicas suelen pesar más que los chicos, pero, como ocurre con la estatura, a los 14 años los chicos empiezan a superar a las chicas también en peso.

Aparte del aumento de peso y de estatura, también se producen cambios en la anchura de las caderas y los hombros. A las adolescentes se les ensanchan las caderas y a los adolescentes los hombros.

En el ser humano, el crecimiento está regulado por la secreción de la hormona de crecimiento y por las glándulas tiroideas.

Las hormonas son las responsables de la aparición del primer pelo del bigote en los chicos y el ensanchamiento de las caderas en las chicas. Las hormonas son sustancias químicas muy potentes secretadas por las glándulas endocrinas y que el torrente sanguíneo transporta por todo el cuerpo. Existen dos clases de hormonas que tienen concentraciones significativas en ambos sexos. Los *andrógenos* son el principal tipo de hormonas masculinas y los *estrógenos* son el principal tipo de hormonas femeninas.

¹¹ Saavedra, R. Manuel S. Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México. 2004 Pax Editores. p.2..

Los niveles de hormonas sexuales están regulados por dos hormonas secretadas por la glándula pituitaria: *FSH* (hormona folicestimulante) y *LH* (hormona luteinizante). La *FSH* regula el desarrollo folicular en el sexo femenino y la producción del espermatozoide en el sexo masculino. La *LH* regula la secreción de estrógenos y el desarrollo del óvulo en el sexo femenino y la producción de testosterona en el sexo masculino¹².

Para lograr los cambios, apreciables a simple vista, y los internos, que podemos apreciar sólo por manifestaciones externas, como la aparición de la menarquía (menstruación) en las niñas o la primera polución en los varones, entran en acción las hormonas que las glándulas sexuales vierten en el torrente sanguíneo y actúan determinando la madurez sexual.

Durante la pubertad se inicia la secreción de las hormonas hipofisarias gonadotrópicas que actúan directamente sobre las gónadas (ovarios y testículos) para que éstos empiecen a funcionar.

La *testosterona* es un andrógeno que desempeña un papel importante en el desarrollo puberal masculino, durante la pubertad los niveles crecientes de testosterona se asocian a una serie de cambios físicos en los chicos (desarrollo de genitales externos, aumento de estatura y cambio de voz). El *estradiol* es un estrógeno que desempeña un papel importante en el desarrollo puberal femenino, conforme van aumentando los niveles de estradiol en las chicas, se desarrolla, los senos y el útero y se producen cambios esqueléticos¹³.

Estas hormonas secretadas por los ovarios, en las chicas, y por los testículos, en los varones, permiten a los órganos de los aparatos reproductores alcanzar su maduración. Actúan también sobre todo el organismo y son responsables de los caracteres sexuales secundarios.

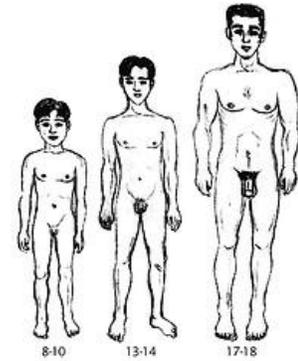
Los investigadores han descubierto que en los chicos los cambios puberales se desarrollan en este orden¹⁴:

¹² Santrock, John W. Psicología del desarrollo en la adolescencia. 9a ed. Tr. Ana Carmen Pérez Mc. Graw Hill. España 2003 P. 56-57

¹³ *Ibidem*

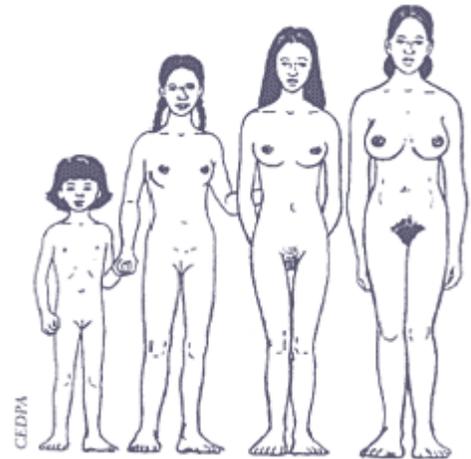
¹⁴ *Ibid.* P. 60-61

1. Incremento del tamaño del pene y los testículos
2. Aparición del vello púbico liso
3. Cambios menores en la voz
4. Primera eyaculación (espermaquía suele ocurrir durante la masturbación o durante el sueño)
5. Aparición de vello púbico rizado
6. Inicio del máximo crecimiento
7. Aparición de pelo en las axilas
8. Cambios en la voz más detectables
9. Crecimiento de la barba



En las chicas los cambios se dan en el siguiente orden:

1. Aumentan de tamaño los pechos o crece el vello púbico
2. Aparece pelo en las axilas
3. Aumentan de estatura
4. Ensanchamiento de caderas



En las chicas no se produce ningún cambio de voz equiparable al que tienen lugar en los chicos durante la pubertad.

Al final de la pubertad, los senos de las chicas están mucho más redondeados que al principio, los dos aspectos más visibles en el desarrollo físico de las chicas son el crecimiento de vello púbico y desarrollo mamario.

De manera muy general se pueden describir los cambios físicos propios de la adolescencia de la siguiente manera¹⁵:

1. El peso del corazón se duplica.
2. Se acelera el crecimiento de los pulmones y disminuye el metabolismo basal.

¹⁵ Saavedra, R. Manuel S. Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México. 2004 Pax Editores. p.8..

3. Las modificaciones morfológicas son provocadas por el funcionamiento del sistema de secreción hormonal.

4. La glándula hipófisis libera hormonas que regulan los cambios fisiológicos.

5. Las glándulas GH (hormona de crecimiento) y tiroides provocan la maduración de los cartílagos de la glándula epífisis y el aumento del tamaño celular.

6. Las hormonas sexuales (testosterona y foliculina) estimulan el crecimiento de espermatozoos y óvulos maduros.

7. La hormona tiroxina y el cortisol activan el desarrollo de los huesos y los músculos.

8. Desarrollo de los testículos, escroto y pene en los varones.

9. Crecimiento del vello pubiano, axilar y aparición del bigote y barba, cambio de voz y primera carga seminal en los varones.

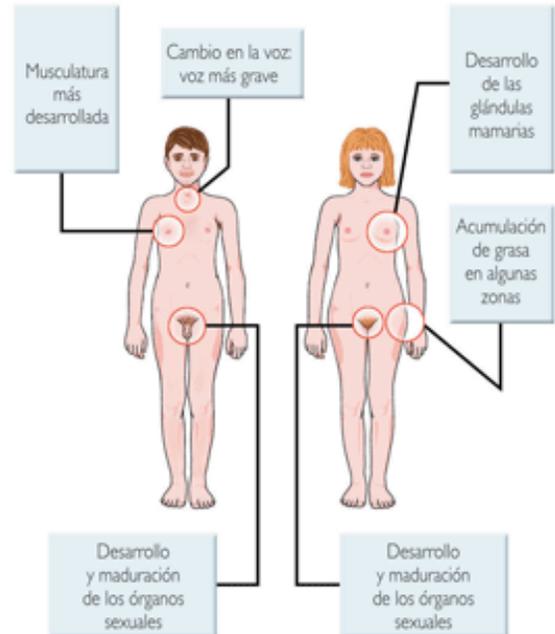
10. En las mujeres, crecimiento en los senos, aparición del vello pubiano y axilar, crecimiento del útero y la vagina y la menarquía.

11. Las proporciones del cuerpo de los varones y las mujeres se diferencian dimensional y morfológicamente.

12. En ellas aumenta el tejido adiposo subcutáneo y en ello el tejido musculoso.

13. Las glándulas sexuales y los órganos genitales alcanzan su desarrollo y sus caracteres funcionales plenos.

Lo anterior corresponde a patrones generales, lo que tienen variaciones debido al sexo, factores hereditarios y sociales.



Es indudable que el crecimiento y el aporte hormonal en la adolescencia repercute en las emociones de los jóvenes. Existe una intensificación emotiva en los púberes, que no solamente tiene origen en factores físicos y fisiológicos, sino también en el ambiente social que los rodea.

Siegel¹⁶ (ha reducido así el impacto que tienen sobre los adolescentes las transformaciones físicas a que se ven sometidos:

- ☑ Se produce un aumento de la toma de conciencia y del interés por los aspectos relacionados con el propio cuerpo, favorecidos, probablemente, por el desarrollo cognitivo que tiene lugar en estas edades.
- ☑ La mayoría de los adolescentes, al comienzo de esta etapa, se encuentran más interesados por su apariencia física que por cualquier otro aspecto de sí mismos.
- ☑ Por regla general, las chicas muestran mayor insatisfacción por su aspecto físico que los chicos.
- ☑ Existe una clara relación entre el atractivo físico y la aceptación social, y viceversa. Es decir, a los adolescentes con un buen grado de aceptación social sus compañeros les atribuyen una buena dosis de atractivo físico

El cambio durante la adolescencia tiene que ver con el tamaño y forma del cuerpo, en lo que se refiere a los mecanismos internos existe una relación enormemente coordinada entre distintas hormonas y el sistema nervioso central.

Al llegar a la pubertad, los testículos, los ovarios y las glándulas suprarrenales vierten en la sangre una gran cantidad de hormonas que producen la aparición de las características sexuales secundarias. A su vez, los citados productores de hormonas han necesitado ser estimulados por la hipófisis, la cual, a su vez, recibe una serie de estímulos químicos por parte del hipotálamo para comenzar este proceso. Si la cantidad de hormonas producida por los testículos y los ovarios es excesiva, los neuroreceptores lo detectan y el hipotálamo actúa inhibiendo el proceso mencionado.

Por el contrario, si baja el nivel en sangre de estas hormonas, entonces el hipotálamo sigue dando órdenes a la hipófisis para que las hormonas sexuales se sigan produciendo¹⁷.

¹⁶ Citado en: Carreto, Mario, Jesús Palacios y Álvaro Marchesi. *Psicología Evolutiva 3. Adolescencia, Madurez y Senectud*. Madrid, 1995, Alianza Editorial, Tercera Reimpresión. P.19

¹⁷ *Ibíd.* P.20

El adolescente se encuentra en una etapa de búsqueda, en un despertar al amor y la belleza, a veces ensombrecido por días de soledad y confusión, es un ser desbordante de vida y entusiasmo; fácilmente experimenta alegría, lo mismo que tristeza; es leal a su grupo pero crítico sutil de sus mayores y de él mismo. Padece una gran variedad de estados de ánimo, pasajeros, que van de la euforia a la tristeza sin razón aparente, de la excitación a la depresión o al miedo.

Cuántos más bruscos son los cambios físicos, más fácilmente se altera el estado emocional de los adolescentes; cuando el ritmo de desarrollo se hace más lento, los arranques emocionales dejan de producirse en forma continua y los problemas se enfrentan con más calma. Sin embargo, no hay dos personas que expresan sus emociones de una manera idéntica; cada quien tiene su forma característica de manifestar los diferentes estados de ánimo¹⁸.

Durante la adolescencia se producen cambios notables en los estímulos que provocan emociones, así como modificaciones en la forma de respuesta emocional. Sin embargo, hay similitud entre las emociones de la infancia y las de la adolescencia.

Por los acelerados cambios que presenta su cuerpo, el adolescente experimenta una preocupación extrema por su organismo, que lo lleva a los extremos entre el exagerado aprecio y el desprecio de su imagen.

Su inestabilidad emocional, propia de la falta de decisión, puede llevarlo a actitudes autodestructivas y conductas exageradas en esta época de su vida. Desde el punto de vista de la sexualidad genital, en esta etapa comienza la posibilidad reproductiva y, por tanto, el inicio de la atracción sexual entre hombres y mujeres. La atracción en este aspecto es impulsiva y orientada hacia la genitalidad, por lo que la educación en valores, aprendida durante las fases previas, resulta indispensable para que este impulso pueda ser orientado en una forma consciente y libre por la persona¹⁹.

¹⁸ *Ibíd.* p.38-39.

¹⁹ *Ibídem.*

El adolescente es muy crítico y contradictorio y ello se manifiesta en conductas rebeldes, agresivas, susceptibles, irritantes e hipersensibles, pero todo ello demuestra la lucha de la persona por decidir dentro de todas sus posibilidades de vida, las que más sienta identificadas de sus propios valores además tiene que reconocer la existencia de la sexualidad como parte natural de su vida y la necesidad de su manejo racional.

Los cambios cognitivos, conductuales y de personalidad en el adolescente

En la adolescencia además del crecimiento corporal, el individuo completa una evolución que incluye al pensamiento y a los sentimientos. Desde el primer año de vida la imitación, la observación y la acción sobre los objetos son la base de la evolución del pensamiento.

Sin embargo, es sólo al final de la infancia cuando se va desarrollando el pensamiento formal, es decir la capacidad, de establecer relaciones no sólo entre las cosas y el entorno, sino también entre los vocablos, los términos y los conceptos²⁰.

- Según los estudios de Jersild y Tasch²¹ algunos de los rasgos evidentes del desarrollo intelectual del adolescente son:
- Capacidad creciente para generalizar, mientras el niño observa de manera perceptual, el adolescente lo hace de modo conceptual.
- Capacidad para manejar abstracciones. Además de su pensamiento concreto, es capaz de pensar en forma abstracta.
- Capacidad para manejar la noción del tiempo. A partir de los doce años progresan en la comprensión del pasado y a los trece en su capacidad de anticipar el futuro.
- Capacidad creciente para manejar el pensamiento lógico y la comunicación.
- La mente es una fuente de placer, a través de la emoción del descubrimiento.

El desarrollo cognitivo se refiere a los procesos mentales complejos mediante los cuales el ser humano produce el conocimiento: sensación, percepción, atención, memoria, aprendizaje, imaginación, pensamiento, razonamiento, etcétera.

²⁰ Guido, Macías, Velázquez y Tamayo. *Ser Adolescente*. Trillas, México, 2000. P. 66

²¹ Jersild, Arthur T., y Tasch, Ruth J. Intereses de niños y que sugieren para la educación. Nueva York: Oficina de Publicaciones, Colegio de Profesores, Universidad de la Colombia, 1949. 173 p.

Inhelder y Piaget (1955) explican los aspectos funcionales y estructurales de la construcción del conocimiento, este último ha sido quien más ha aportado nociones detalladas y explícitas sobre la estructura cognoscitiva de los niños y los adolescentes.

Piaget, ha sido sin duda quien más ha aportado nociones detalladas y explícitas sobre la estructura cognoscitiva de los niños y adolescentes, tanto él como su colega Inhelder poseen la teoría más completa sobre el desarrollo de las actividades cognoscitivas del adolescente.

La explicación que da Piaget del desarrollo cognoscitivo empieza con la creencia en que la actividad motriz es la base de las operaciones mentales. Las operaciones –ideas y procedimientos- necesarias para habérselas con la vida apareciendo a medida que el individuo interactúa con su ambiente²².

Piaget “llega hasta demostrar que incluso el tipo más elemental de conocimiento perceptivo es resultado de una actividad constructiva del organismo en interacción con los datos sensoriales”. Ve el desarrollo y la evolución como *características intrínsecas del proceso cognoscitivo biológico y no como acontecimientos que ocurrieran fuera del proceso*, creía que los errores de los niños eran un mejor indicador de la manera en que pensaban y que nunca podrían llegar a serlo sus repuestas correctas; también llegó a estar convencido de que los errores no eran aleatorios sino sistemáticos, que había un patrón en ellos que revelaba las estructuras mentales subyacente que lo generaban mientras que las pruebas de CI se ocupan con el **qué** de las respuestas del niño, Piaget se preocupaba del **cómo**²³.

*Ha mantenido una interesante posición con respecto a las relaciones entre los aspectos cognitivos y afectivos en el sentido de que los serían la máquina o estructura del comportamiento, mientras que los segundos serían la energía correspondiente*²⁴.

²² Grinder, Robert E. tr. Manuel Arbolí Gascón. *Adolescencia*. Limusa S.A de C.V., México 2004. P.213

²³ *Ibidem*. P.662.

²⁴ Carreto, Mario, Jesús Palacios y Álvaro Marchesi. *Psicología Evolutiva 3. Adolescencia, Madurez y Senectud*. Madrid, 1995, Alianza Editorial, Tercera Reimpresión. P.29-32

Para Piaget, la inteligencia es el medio a través del cual los seres humanos se adaptan a su ambiente. Es un proceso que implica en esencia al individuo que intenta construir una comprensión de la realidad a través de la interacción con ella; el conocimiento no llega prefabricado, sino que le tiene que descubrir de manera activa. No consiste de:

...la simple copia de objetos externos ni del mero desdoblamiento de las estructuras formales previamente dentro de la persona, sino más bien de... un conjunto de estructuras construidas de modo progresivo mediante la interacción continúa entre la persona y el mundo exterior²⁵

La perspectiva del conocimiento como una “simple copia” del mundo externo o como registro pasivo de asociaciones se conoce como **asocianismo** y el mero desdoblamiento de estructuras formadas previamente se refiere al proceso de **maduración**. La teoría del conocimiento de Piaget, conocida como constructivismo difiere de ambas.

Estas estructuras se desarrollan de manera fácil de predecir y pueden resumirse como cuatro etapas que todos los niños atraviesan en la misma secuencia. Subyacentes a estos cambios se encuentran aspectos fundamentales del proceso del desarrollo que permanecen iguales y funcionan de la misma manera a través de las diversas etapas, en particular, **asimilación, acomodación y equilibración²⁶**.

Es necesario antes de describir cada una de las etapas anteriores referir qué representan los esquemas. Un **esquema** puede considerarse como la unidad básica o bloque de construcción de la conducta inteligente. De manera más formal, es un modo de organización de la experiencia que hace más sencillo al mundo, más fácil de predecir y de “conocer”, en el curso del desarrollo, los esquemas individuales se coordinan e integran en estructuras más inclusivas y son éstas más amplias las que constituyen capacidades y comprensión típica de cada desarrollo:

“Cada etapa se caracteriza por una estructura general en cuyos términos pueden explicarse los principales patrones de conducta”²⁷

²⁵ Piaget, J. *La teoría de Piaget Versión castellana*. London. Ed. Mussen, Manual de Psicología Infantil.

²⁶ Gross, Richard. Tr. Gloria Padilla Sierra. *Psicología: la ciencia de la mente y la conducta*. México, 1998. Editorial manual moderno 2ª reimpresión. P.662.

²⁷ Piaget j, & Inhelder B., *The psychology of the child*. London, 1969, Ed. Routledge & Kegan Paul.

Los esquemas son acciones, habilidades físicas e incluyen ideas, conceptos, trozos de conocimiento, etiquetas verbales y demás. En la acomodación se cambian los esquemas ya existentes para adaptarlos a los requerimientos del ambiente, lo que lleva a la equilibración. Cuando un esquema se ha desarrollado recientemente, la asimilación asegura que se consolide el nuevo aprendizaje que el esquema representa, es decir, se le practica de manera repetida hasta que puede utilizarse fácilmente e incluso de modo automático²⁸.

El comienzo de la adolescencia supone la utilización de un pensamiento abstracto a partir del cual el individuo empieza a reflexionar sobre sí mismo y a elaborar sus propias teorías y sistemas de creencias, tanto en el terreno personal como en el ámbito religioso y sociopolítico, pero esta misma capacidad que le permite al adolescente concebir distintas alternativas posibles al mundo que le rodea, le lleva a una posición egocéntrica que se pone de manifiesto por la presencia de una especie de mesianismo de una naturaleza tal que las teorías mediante las cuales se representa el mundo se centran en la actividad reformadora que se siente llamado a desempeñar en el futuro²⁹.

Piaget describe cuatro etapas principales las cuáles son:

1. **Sensoriomotora (0 a 2 años).**
2. **Preoperacional (2 a 7 años).**
3. **Operacional Concreto (7 a 11 años).**
4. **Operacional Formal (11 a 15 años).**

Todas estas etapas son fundamentales en el desarrollo del ser humano, pues cada una describe las habilidades que vamos adquiriendo, sin embargo únicamente describiré la que cobra más importancia dentro de éste capítulo que es la **Etap Operacional Formal**.

²⁸ Gross, Richard. Tr. Gloria Padilla Sierra. *Psicología: la ciencia de la mente y la conducta*. México, 1998. Editorial manual moderno 2ª reimpresión. P.663.

²⁹ Carreto, Mario, Jesús Palacios y Álvaro Marchesi. *Psicología Evolutiva 3. Adolescencia, Madurez y Senectud*. Madrid, 1995, Alianza Editorial, Tercera Reimpresión. P.34-36

Etapa Operacional Formal³⁰

(11 a 15 años)

Mientras que el niño operacional concreto aún necesita manipular las cosas (incluso cuando esto lo haga “dentro de su cabeza”), la persona con pensamiento operacional formal puede manipular ideas o proposiciones y razonar solamente con base en afirmaciones verbales (operaciones de “primer orden” y “segundo orden” respectivamente. “Formal” se refiere a la capacidad para seguir la forma de un argumento sin referencia a un contenido particular, una forma de argumento donde la conclusión es cierta en términos lógicos y siempre lo será con la independencia de a qué se puedan referir A, B ó C.

Los adolescentes también pueden pensar en términos hipotéticos, piensan acerca de situaciones que, de hecho, no han experimentado antes, o acerca de cosas que nadie ha experimentado antes.

Las personas con operaciones formales puede, lidiar con las posibilidades y no sólo con las realidades, con “aquello que no es y aquello que podría ser”, con la alternativa a la realidad existente, lo mismo que con las inconsistencias y contradicciones en la conducta de otras personas. Los adolescentes pueden hacerse preguntas que antes hubieran sido imposibles, como ¿qué o quién podré ser? Este tipo de preguntas formales parten de la “crisis de identidad” de los adolescentes de la que habla Erickson.

Los adolescentes pueden experimentar y buscar de manera sistemática y metódica para encontrar la solución al problema, por ejemplo el problema del vaso precipitado (Inhelder y Piaget, 1958), hay cuatro vasos de precipitado que contienen un líquido incoloro e inodoro (1,2,3 y 4) además de una pequeña botella (g) que también contiene un líquido incoloro e inodoro; el problema consiste en encontrar el líquido, o combinación de líquidos, que se volverá amarillo cuando se le agregue unas cuantas gotas de la botella g (la combinación real es 1 más 3 más g).

³⁰ Gross, Richard. Tr. Gloria Padilla Sierra. *Psicología: la ciencia de la mente y la conducta*. México, 1998. Editorial manual moderno 2ª reimposición. P.674-675

Con frecuencia, los niños en el periodo de las operaciones concretas comienzan intentando varias combinaciones aleatorias de pares de líquidos, mientras que los adolescentes consideran de modo sistemático todas las posibles combinaciones; lo cual muestra un razonamiento **hipotético-deductivo**.

Muchos estudios han encontrado que incluso los adultos cometen todo tipo de errores en los problemas de razonamiento formal y sólo cerca de una tercera parte de los adolescentes y adultos promedio llegan a obtener las operaciones formales. El razonamiento hipotético-deductivo de las operaciones formales no aparece en absoluto en algunas culturas e inclusive donde ocurre, puede no ser el modo típico del pensamiento, parece depender en gran medida de la escolaridad secundaria.

Aunque el pensamiento operativo formal puede surgir durante la adolescencia, no se le puede considerar como el “modo característico de pensamiento para ese periodo de desarrollo”.

Piaget sugiere que todos los individuos normales obtienen las operaciones formales, si no para la edad de 15 años, entonces para la de 20, pero lo logran en diferentes áreas de acuerdo con sus aptitudes y áreas de experiencia y conocimiento. Conocimiento y entrenamiento específicos que tienen las personas son tan importantes para su desempeño cognoscitivo como lo es su nivel general de desarrollo cognoscitivo, lo que parece constituir una postura, bastante diferente de aquella que adopta para las primeras tres etapas.

El adolescente y su personalidad

La palabra personalidad encierra un significado casi mágico, para el adolescente se convierte en un tema de mayor interés, la conciencia de sí mismos que ahora tienen hace que cada vez tengan más en cuenta la opinión que de él puedan formarse los demás, en todas las conversaciones entre amigos se comenta a menudo el comportamiento de determinadas personas de su entorno: los padres, familiares, profesores, ídolos deportivos, héroes del exterior, incluso en las valoraciones sobre miembros del sexo contrario se presta más atención a determinados aspectos concretos del carácter o la personalidad que a la presencia física del sujeto.

Al comenzar la adolescencia, el muchacho(a) pudo haber desarrollado hábitos morales, tales como la veracidad, la honradez, la honestidad, la afabilidad, la jovialidad, la rectitud, el respeto por la autoridad, la adaptabilidad social, y otros aspectos, como la iniciativa, la confianza en sí mismo, el espíritu de cooperación, la capacidad para la dirección, el coraje, el autodomínio físico; o bien puede haber desarrollado hábitos opuestos.

En la medida en que el adolescente necesita formarse una imagen propia requiere reafirmar lo aprendido. Se encuentra en una lucha ambivalente entre la dependencia y la independencia, ansía llegar a ser adulto, pero le duele abandonar su niñez; quiere autoafirmarse pero añora la seguridad que le brindan sus padres.

Las diferencias que distinguen a un individuo de otro son más profundas ahora que en los años de la niñez. Conscientes de esto, los adolescentes hacen gala de una gran habilidad para captar e imitar las expresiones de los demás.

El adolescente y la autoimagen

“Sí mismo” y “autoconcepto” se utilizan de modo intercambiable para referirse a la autoconciencia general del individuo. De acuerdo con Murphy,³¹ el sí mismo y el autoconcepto se utilizan de modo intercambiable para referirse a la autoconciencia general del individuo, y Burns lo define como el conjunto de actitudes que una persona sostiene hacia sí misma.

El autoconcepto se refiere a una serie de creencias, actitudes, ideas y conocimientos que tenemos acerca de nuestra persona, es un término general que, de manera tradicional, se refiere a tres componentes principales³²:

1. Autoimagen
2. Autoestima
3. Sí mismo ideal

³¹ Murphy, G. *Personality: A bio-social approach to origins and structure*. New York 1947. Harper & Row

³² Gross, Richard. Tr. Gloria Padilla Sierra. *Psicología: la ciencia de la mente y la conducta*. México, 1998. Editorial manual moderno 2ª reimpresión. P.544-554

La **autoimagen** se refiere a la manera en que uno se describe a sí mismo, el tipo de persona que uno piensa que es, los rasgos de la personalidad son más una cuestión de opinión y de juicio y lo que se piensa acerca de cómo es uno mismo puede ser diferente de la manera en que otros lo ven a uno.

Mientras que, en esencia, la autoimagen es descriptiva, la **autoestima** es, esencialmente, evaluativa: se refiere al agrado en el cual la persona se agrada y acepta o aprueba a sí misma, qué tan valiosa se considera. Coopersmith (1967), la definió como “el juicio del valor personal, que se expresa en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo”.

El modo en que la persona se agrada o valora a sí misma puede constituir un juicio general o puede relacionarse con áreas específicas de su vida.

La autoestima se considera como el modo en que el individuo evalúa su autoimagen, es decir, qué tanto agrado se siente por el tipo de persona que se considera ser.

También se determinará en parte por la manera en que la autoimagen difiere del sí mismo ideal, el tercer componente del autoconcepto, por lo tanto, es el **sí mismo ideal**, el tipo de persona que se desearía ser.

Según Coleman, el desarrollo de la identidad requiere no sólo sentirse independiente y diferente de los demás, sino también de saber cómo se aparece para el resto del mundo. Los cambios corporales espectaculares afectan gravemente estos aspectos de la identidad y representan un considerable reto para la adaptación, inclusive para el joven mejor adaptado. En consecuencia, el momento preciso en que ocurre el arranque repentino del crecimiento en la adolescencia puede tener un importante efecto sobre el autoconcepto del adolescente, en especial sobre su autoestima³³.

Los efectos conductuales y emocionales de la maduración temprana y tardía en el autoconcepto parecen ser diferentes en varones y mujeres. Es probable que debido al significado subjetivo del cambio corporal, la pubertad parezca ser una transición más difícil para las niñas que para los varones. La insatisfacción de las niñas con su apariencia comienza en ocasiones durante la pubertad, junto con un descenso en la autoestima.

³³ *Ibidem.* P.555

El adolescente experimentará muchas y diferentes identidades y personalidades que pueden implicar que asuma puntos de vista sumamente extremos acerca de ciertos asuntos: mientras que los niños sólo juegan con los roles sociales, el adolescente los pone a prueba en realidad, la confusión de identidad tiene cuatro aspectos principales³⁴:

1. **Intimidad:** Temor al compromiso ó a involucrarse en relaciones cercanas, debido al miedo a perder su propia identidad. Esto puede resultar en aislamiento, relaciones estereotipadas y formalizadas.
2. **Perspectiva temporal:** Incapacidad para planificar a futuro o mantener cualquier sentido del tiempo, asociado con ansiedad por el cambio de volverse un adulto.
3. **Industriosidad:** Dificultad en la canalización de recursos, de un modo realista, hacia el trabajo o el estudio, lo cual requiere compromiso. Como defensa el adolescente puede encontrar imposible concentrarse o se compromete frenéticamente en una sola actividad con exclusión de otros.
4. **Identidad Negativa:** No sabe lo que es, a dónde o a quién pertenece. Una identidad negativa aunque es claramente opuesta a lo que los padres y otros adultos aprobarían, no es un acto de rebelión sino una manera de lograr una identidad; por lo que una identidad de tipo negativo puede ser mejor que no tener ninguna.

La sociabilidad consiste en la búsqueda de un socio, bien sea otro individuo, un grupo o una sociedad, con los que se establecen relaciones interindividuales e intergrupales. Esto requiere capacidad y voluntad para vivir con otro y con otros.

Harry Stack Sullivan³⁵ expone la importancia del cambio del predominio de las actividades de grupo durante lo que él llama la niñez media a la formación más selectiva de pares durante la adolescencia. Divide el proceso de socialización de la personalidad adolescente en tres fases principales:

³⁴ *Ibidem.* P.564

³⁵ Saavedra, R. Manuel S. Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México. 2004 Pax Editores. p. 37-39

Preadolescencia

- Se caracteriza por la necesidad de intimidad personal.
- Se establecen relaciones de carácter isofílico (con miembros del mismo sexo).
- No se establece una intimidad o relación física.
- La necesidad de compañero obedece al temor de la soledad.

Adolescencia temprana

- Aparecen los sentimientos sexuales asociados con la satisfacción genital.
- Se despierta la necesidad de gratificación sexual.
- Se presentan conflictos entre las necesidades de concupiscencia y la necesidad de seguridad.
- También entre la idea del valor de sí mismo y la necesidad de concupiscencia asociada con atributos morales.

Adolescencia tardía

- Camarillas unisexuales aisladas
- Camarillas unisexuales en la interacción de un grupo con otro
- Camarillas unisexuales con miembros de la sección superior, formando camarillas heterosexuales
- Parejas vagamente asociadas.

A lo largo de esta formación de la identidad y la personalidad adolescente se pueden observar algunos rasgos característicos y comunes en esta etapa como son *los siguientes*³⁶:

³⁶ Casas, María de la Luz. *Hablemos con los jóvenes: guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros*. México, Trillas 1998. P 46.

Rebeldía

La rebeldía es una manifestación típica en los adolescentes que frecuentemente protestan contra cualquier orden o sugerencia de los padres y maestros, cuando perciben en ella autoritarismo o sienten que no se toman en cuenta sus puntos de vista. Entre los 14 y los 17 años de edad según Gerardo Castillo, es la fase del negativismo y de las impertinencias, la cual propicia la rebeldía en el ámbito familiar y escolar.³⁷

Inseguridad

En muchas ocasiones los adolescentes se sienten inseguros en su forma de actuación frente a sí mismos y ante quienes los rodean, pues con frecuencia ignoran cuál comportamiento es el mejor en cada caso.

Borreguismo

Para los adolescentes es importante ser parte de un grupo, por la inseguridad que presentan en una búsqueda de perfección. El joven desea “ser como los demás”, pero no realmente porque desee ser masificado, al contrario, él quiere ser original, y de hecho lo que todo ser humano desea es ser individual.

Pero como mecanismo defensivo a su inseguridad, el joven preferirá el grupo, que le brinda una aparente aceptación.

Indecisión

El adolescente desea libertad, y esto implica saber escoger, lo cual no es fácil porque cada elección implica tomar una decisión, lo cual no es fácil porque cada elección implica aceptar una cosa o alternativas y dejar todas las demás.

Cuando la elección se enfrenta entre un bien y un mal evidentes, la decisión es bastante sencilla, pero las cosas se complican cuando hay que elegir entre un bien mayor y otro que aparenta casi igual validez.

³⁷ Gerardo Castillo, *Los adolescentes y sus problemas*, 7ª. Ed., Editora de Revistas, México 1190, p.9

Es importante reconocer que solamente la reflexión y la práctica de la elección que implica aceptar las consecuencias de la misma, harán, con el tiempo, que se tomen decisiones cada vez mejores. No somos asertivos por naturaleza; la asertividad se aprende y se practica.

Debilidad de carácter

La aceptación de la presión del grupo es otra de las características propias de la adolescencia. Así como el joven desea ser parte del grupo, para sentirse apoyado, y esta necesidad se basa en la inseguridad, en ocasiones su misma inseguridad le hace estar condicionado a la voluntad de los líderes. De ahí la necesidad de formar un carácter firme en los hijos. Ello se logra mediante la toma de decisiones en la responsabilidad.

En este capítulo se abordaron los aspectos y características principales de la adolescencia que nos permitió recordar un poco las experiencias personales de la etapa y además entenderlas, se define a la adolescencia como la serie de cambios que ponen fin a la niñez, en teoría resulta muy fácil, sin embargo no lo es, llegar a los doce años y decir se terminó la niñez ahora me encuentro en otra etapa, puede resultar tan complicado como uno mismo no lo imagina, esta nueva etapa puede traer consigo sentimientos encontrados en lo que se pasa como ya mencione anteriormente de la alegría a la tristeza, del enojo a la felicidad, en fin, se pueden observar infinidad de cambios temperamentales.

Poner fin la etapa que para muchos representa la inocencia y gozo del descubrimiento de nuestro alrededor, la niñez puede resultar complicado porque estamos en el intermedio ya no somos niños pero tampoco somos adultos, esta etapa implica crecimiento y a la vez adquisición de más responsabilidades, es en esta etapa donde cada individuo empieza a tomar las riendas de su vida, a tomar decisiones las cuales muy probablemente repercutirán en su futuro, a identificar sus necesidades y buscar la manera de satisfacerlas por uno mismo en la medida de lo posible, implica también responsabilizarse de cada uno de nuestros actos, por todo esto probablemente es que esta etapa puede resultar una de las más difíciles en la vida del ser humano, porque no contamos con la orientación y el conocimiento necesarios de cómo enfrentar cada una de estas situaciones, porque a pesar de existir tanta información, ¿Que tanta es verídica?, ¿Que tanta es confiable? ¿Qué tanto nuestros adolescentes se acercan a las fuentes adecuadas

de información? Y en el peor de los casos que tanto ¿Nuestros adolescentes preguntan en realidad sus dudas y cuestiones acerca del tema? Por todo esto el papel de las y los pedagogos en la orientación cobra vital importancia dentro de este sector de la población.

A pesar de los cambios que se observan a nuestro alrededor, de los avances tecnológicos y de la información, es muy importante tener contacto con nuestros adolescentes, atender sus necesidades, responder a sus inquietudes porque el avance tecnológico sin duda no garantiza un avance paralelo respecto a la cultura, a la educación sexista que hemos recibido a lo largo de los años, pues es preocupante observar que los problemas sociales a los que nuestros jóvenes se enfrentan siguen en aumento como la drogadicción, el alcoholismo, el incremento de embarazos no deseados y por supuesto la violencia en la pareja, familia, trabajo, que se observan como resultado de la repetición de patrones de conducta observados durante muchos años atrás a nuestro alrededor.

Con este capítulo, he podido analizar y descubrir características de los adolescentes que si bien como ser humano he pasado y atravesado por este proceso y tuve en algún momento algunas de ellas, no eran del todo comprendidas y ahora las he podido analizar como ser humano, y también como pedagoga. Sin duda la adolescencia representa una etapa difícil, resulta complicado cerrar el ciclo que hemos tenido durante años, de ser niños. Cuando somos adolescentes pensamos que es más sencillo ser niño, porque a pesar de ser emocionante la nueva etapa, en la que empezamos a ser jóvenes, adquirimos nuevas responsabilidades, pero también libertades con las que podemos realizar sueños, objetivos o metas que cuando éramos niños pensábamos realizar, cuando fuéramos grandes, y a la vez resulta complicado aceptar que ya somos grandes y que la vida no resulta tan fácil, que no se limita en levantarse un día cualquiera, ir a la escuela, regresar, hacer tarea, jugar y dormir, porque cuando se es adolescente hasta el reto más pequeño implica tomar una gran decisión, al menos así es percibido por el adolescente, todo esto también como consecuencia de todas las etiquetas que la sociedad a nuestro alrededor se ha encargado de poner para los adolescentes.

Sin duda cuando se es adolescente la imagen corporal, puede representar uno de los más difíciles conflictos con uno mismo, porque es difícil aceptar que el cuerpo no es el mismo con el que estuvimos probablemente a lo largo de 11 u 12 años aproximadamente, nuestras extremidades crecen y de repente parecer torpe al no poder realizar las mimas

actividades físicas que cuando niños puede resultar crítico en el adolescente, los intereses van cambiando, y en este sentido la imagen corporal puede ser uno de los conflictos de los chicos y chicas porque muchos adolescentes intentan cubrir las expectativas físicas hacia ellos de terceras personas sean familia, amigos o las o los chicos que les pueden resultar interesantes.

Con la adolescencia también comienzan las experiencias amorosas que a veces pueden resultar determinantes en el futuro de cada persona, por lo general sólo queda en la experiencia, pero es muy importante tener en cuenta que es en este momento donde se empiezan a desarrollar los roles que la sociedad ha otorgado al hombre y la mujer, se van poniendo en prácticas todos aquellos patrones de conducta en las relaciones de pareja que han sido aprendidos en nuestro desarrollo como individuos hasta el momento.

Esta etapa es indudablemente una de las más importantes por las que atraviesa el ser humano, pues en esta se sientan las bases para una vida adulta en la que de acuerdo a como aprendamos a manejarnos a nosotros mismos, sabremos cómo llevar nuestra vida adulta y como enfrentar la infinidad de retos que se nos presentan a diario. Es muy importante que el adolescente adquiera una seguridad propia para poder dirigirse como una persona responsable, y sin la orientación adecuada seguramente esto no será posible, es por ello que esta propuesta pedagógica representa una herramienta para el óptimo desarrollo del adolescente la cual abarcará desde la aceptación de los cambios físicos hasta los emocionales.

La sexualidad en los jóvenes

Cuando pensamos en sexualidad, inmediatamente se representan cuerpos diferentes de hombres y mujeres, por lo general asumidos bajo una diferencia fundamental entre los sexos. La sexualidad es un fenómeno social, histórico, cambiante y definible en el contexto de una cultura sujeta a convenciones culturales, en la cual los cambios en las costumbres sensualizan los cuerpos y con frecuencia, esto es explotado³⁸.

³⁸ Rivera, Mendoza Margarita. *La sexualidad y su significación en el cuerpo adolescente*. México. 2007 Miguel Ángel Porrúa Editores. P. 89

El final de los años sesenta y principios de los setenta fue un momento de liberación para los jóvenes y para las mujeres en el mundo occidental. El alcance de la “liberación” fue muy amplio: tuvo que ver con el sexo, con los tabúes que dominaban en las relaciones de pareja y con las actitudes respecto al cuerpo.

La información sobre la sexualidad comenzó a diseminarse a través de todos los medios: la familia, la escuela, el cine y la televisión. Desde la educación formal adquirió un sentido científico que llevó al estudio del cuerpo y los órganos sexuales en su anatomía y fisiología solamente. Desde la educación informal, comenzó a inducirse la sexualidad abierta y libre, pero también vinculada a estereotipos de cuerpos y necesidades bajo un tinte comercial³⁹. El adolescente es un receptor del flujo de estas informaciones al tiempo que enfrenta procesos personales de crecimiento y desarrollo, pero a la vez intenta insertarse a un mundo hasta ahora ajeno para él.

Durante la adolescencia, la vida de los chicos y las chicas se ve envuelta en un halo de sexualidad, es un periodo de exploración y experimentación con el sexo, de fantasías y realidades sexuales y de incorporación de la sexualidad a la identidad de la persona. Los adolescentes tienen una curiosidad casi insaciable por los misterios del sexo, es muy importante dejar claro que la sexualidad es una parte muy normal del desarrollo adolescente.

La sexualidad es una construcción social, las normas y valores que nos rigen como grupo en cuanto a nuestras costumbres sexuales, las hemos “creado” sobre la base de ciertas condiciones económicas, políticas y sociales, de acuerdo a juegos de poder, discurso dominantes y avances científicos y tecnológicos, etc. y como la hemos construido, las podemos cambiar de acuerdo con cada momento histórico, es el conjunto de características biológicas, psicológicas y socioculturales que nos permiten comprender el mundo y vivirlo por medio de nuestro ser como hombres y mujeres⁴⁰.

³⁹ *Ibídem.*

⁴⁰ Monroy, Anamelí, *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud. Guía práctica para padres y educadores*. México 2004. Editorial Pax México. 1ª reimpresión. P. 78

Eusebio Rubio Aureoles⁴¹, en su artículo *Introducción al estudio de la sexualidad humana: Conceptos básicos*, propone que la sexualidad humana es el resultado de la integración de cuatro potencialidades humanas que dan origen a los cuatro holones (o subsistemas) sexuales, a saber: la reproductividad, el género, el erotismo y la vinculación afectiva interpersonal, el autor considera que estos cada uno de estos conceptos tiene manifestaciones en todos los niveles de estudio del ser humano y por ello no son ofrecidos como conceptos biológicos, sociales o psicológicos, y son los que a continuación se mencionan.

El holón de la reproductividad humana

La potencialidad de reproducirnos es consecuencia directa del hecho de ser seres vivos. Por reproductividad se quiere decir: tanto la posibilidad humana de producir individuos que en gran medida sean similares (que no idénticos) a los que produjeron, como las construcciones mentales que se producen acerca de esta posibilidad. La reproductividad humana es un holón sexual que tiene manifestaciones psicológicas y sociales de la mayor importancia y no se limita al evento biológico de la concepción, embarazo y parto.

El holón del género

Entendemos género como la serie de construcciones mentales respecto a la pertenencia o no del individuo a las categorías dimórficas de los seres humanos: masculina y femenina, así como las características del individuo que lo ubican en algún punto del rango de diferencias.

La dimensión humana del género permea casi toda la existencia humana. Por medio del género los grupos sociales realizan una multitud de interacciones.

En sus niveles biológicos, existen desarrollo importantes que hay que considerar: la determinación del mismo, los múltiples niveles en los que opera en proceso prenatal y posnatal de diferenciación sexual (genérica), las manifestaciones anatómicas (más que

⁴¹ Rubio Eusebio. *Introducción al estudio de la sexualidad humana: Conceptos básicos en sexualidad humana*. En: Consejo Nacional de Población, "Antología de la Sexualidad Humana". Tomo I. Consejo Nacional de Población- Miguel Ángel Porrúa. México. 1994.

evidentes) del dimorfismo, las manifestaciones (menos evidentes) del dimorfismo en el sistema nervioso central, entre otros temas.

En el plano psicológico, el género adquiere relevancia central en la conformación de la identidad individual. La identidad es el marco interno de referencia que nos permite respondernos quiénes somos, qué hacemos, qué queremos y a dónde vamos.

El holón del erotismo

El erotismo es un elemento de la sexualidad que nos remite a las experiencias más comúnmente identificadas como sexuales.

Cuando hablamos de experiencias sexuales, casi siempre nos referimos a experiencias en las que se experimentan los cambios corporales que han hecho que los científicos empírico-positivistas, encuentren en la experiencia de excitación y orgasmo, la manera más eficaz para la operacionalización del concepto de conducta sexual.

Por erotismo entendemos los procesos humanos en torno al apetito por la excitación sexual, la excitación misma y el orgasmo, sus resultantes en la calidad placentera de esas vivencias humanas, así como las construcciones mentales alrededor de estas experiencias. El erotismo tiene niveles de manifestación biológica, erotismo, una característica específicamente humana.

La forma más aceptada de conceptualización de la filosofía del erotismo humano, es verlo como el resultado de tres procesos fisiológicos interdependientes, concurrentes, pero distintos: el deseo o petito sexual, la excitación y el orgasmo (Kaplan, 1979).

Todos desarrollamos una identidad erótica.

El holón de la vinculación afectiva interpersonal

El desarrollo de los vínculos afectivos es resultado de la manera en que la especie humana evolucionó: a mayor tiempo de desarrollo, mayor necesidad de cuidado.

Por vinculación afectiva, entendemos la capacidad humana de desarrollar afectos intensos ante la presencia o ausencia, disponibilidad o indisponibilidad de otro ser humano en específico, así como las construcciones mentales, individuales y sociales que de ellos se derivan. La forma más reconocida de vinculación afectiva, es el amor.

Los seres humanos nos vinculamos gracias a que los afectos provocados por los otros, son lo suficientemente intensos como para tratar de mantenerlos o evitarlos. El amor es una forma ideal de vinculación.

El amor tiene un carácter activo, el amor da y además tiene cuidado, responsabilidad, respecto y conocimiento por la otra persona con que experimentamos afectos intensos.

Las bases biológicas de estos fenómenos empiezan a identificarse, cuando menos en lo que se refiere a algunas formas de vinculación afectiva como el amor romántico, el enamoramiento y posiblemente la matriz del vínculo materno-infantil.

Muchos de los fenómenos demográficos como las migraciones y los patrones de formación de uniones, están relacionados en alguna medida con los fenómenos de vinculación humana.

El primer elemento de la sexualidad, es el propio sexo o lo que llamamos sexo biológico y que se determina por los caracteres sexuales primarios. Cuando un ser nace, encontramos que sus características físicas son diferentes, según se trate de hombre o mujer; esto es a lo que se le conoce como sexo de asignación⁴². Al llegar la pubertad, el hipotálamo actúa sobre la glándula hipófisis, la cual provoca que las hormonas gonadotrópicas, según el sexo de la persona, estimulen los testículos o los ovarios, provocando la producción de espermatozoides y hormonas masculinas, y de óvulos y hormonas femeninas en la mujer.

Los hombres y las mujeres poseen órganos específicos que establecen las diferencias físicas entre unos y otros, tal es el caso de los órganos reproductores los cuales constituyen el **aparato genital** que está concebido para la reproducción, sintetizar las hormonas sexuales y miccionar, y *son los siguientes*⁴³:

⁴² Vargas, Fermín Helia Leticia y Mario González Santoyo. *El hombre la orientación y la sociedad*. México, 1995. EPSA (Ediciones Pedagógicas S.A. de C.V.). p.87

⁴³ Aguilar J. Pubertad y reproducción en: *Hablemos de sexualidad*. México: MEXFAM, 1990.

Vulva:

La vulva está formada por el monte de Venus, los labios mayores, los labios menores, el clítoris, el vestíbulo, el meato urinario, el orificio vaginal, el himen y las glándulas de Bartholín.

Monte de Venus:

Abultamiento cutáneo grasoso que se encuentra en la región del pubis, en la parte inferior de la pared abdominal. Está cubierto por vello y tiene la forma de un triángulo de base invertida.

Labios mayores:

Pliegues cutáneos de color oscuro cuyas paredes externas se cubren de vello. Al separarlas dejan al descubierto otras estructuras anatómicas.

Labios menores:

Formaciones mucosas de color rosado y con cierta humedad que conforman el prepucio y el frenillo del clítoris.

Vestíbulo:

Espacio triangular que puede observarse al separar los labios menores, y en el que se encuentran el meato urinario y el frenillo del clítoris.

Clítoris:

Órgano eréctil que sobresale entre los repliegues labiales. Tiene una gran cantidad de terminaciones nerviosas, por lo que su función es decisiva en la excitación.

Orificio vaginal:

Conocido también como introito, al nacer, en la mayoría de los casos se encuentra limitado por el himen.

Himen:

Membrana semirrígida formada por tejido conectivo y que tiene diferentes formas. En la porción central se hallan uno o varios orificios que permite la salida de la menstruación.

Meato urinario:

Orificio en donde termina la uretra femenina y por el cual sale la orina.

Glándulas de Bartholín:

Estas dos glándulas se encuentran a los lados del orificio vaginal y secretan un líquido lubricante durante el coito.

Vagina:

Tubo músculo-membranoso que comunica la vulva con el útero. Esta cubierto por mucosa, y su espacio es virtual. Durante la excitación el trasudado de sus paredes forma un líquido lubricante; durante el coito alberga al pene y es el canal durante el parto.

Útero:

Órgano muscular con forma similar a la de una pera. Se compone de dos capas: el endometrio y el miometrio. En su cavidad se desarrolla el producto de la concepción y se localiza entre la vagina y el recto. En los ángulos que la forman se originan las trompas de Falopio.

Trompas de Falopio:

Dos tubos ubicados en la parte superior del útero, que miden de 10 a 12 cm y tienen un revestimiento músculo-membranoso. Están formados por tres porciones: externa, media e interna. Su función es transportar los óvulos expulsados por los ovarios hasta el útero.

Ovarios:

Órganos pares ubicados a ambos lados del útero, relacionados con las trompas de Falopio. Tienen forma de almendra y son de color blanco opaco. Al corte, un ovario presenta una parte cortical superficial y una porción central medular. Los ovarios cumplen dos funciones: la de madurar los óvulos (ovulación) y la de producir hormonas femeninas (estrógenos y progesterona). Estas hormonas producen los cambios secundarios durante la pubertad y preparan al útero para la nidación del óvulo.

Óvulo:

Célula femenina que, unida al espermatozoide, produce la fecundación. Lo óvulos se encuentran en forma de folículos desde el nacimiento y su producción termina durante la menopausia; en cada mujer existen alrededor de 400 000. Los folículos que no maduran se convierten en cuerpos atrésicos o cicatriciales.

El Pene:

Órgano impar situado en la línea media de la porción inferior de la pared abdominal. Tiene forma cilíndrica y en su extremo libre termina con el glande o cabeza. Está recubierto de piel fina, la cual se prolonga hasta la cabeza del pene formando el prepucio, que lo cubre parcial o totalmente. La parte anterior del glande, es decir, el meato urinario, sirve para la expulsión de la orina y la eyaculación del semen.

El pene adopta dos estados, el flácido y el erecto; este último se produce durante la excitación sexual y se debe a la acumulación de sangre en los cuerpos cavernosos y el cuerpo esponjoso, lo que produce un aumento de su volumen y un cambio en su consistencia. El pene, tiene dos funciones: la copulación y la micción.

Escroto:

Bolsa de piel en cuyo interior se encuentran los testículos. Posee varias capas que contienen fibras musculares, como el cremáster, que provoca la elevación y el descenso del testículo. Su función es ayudar a mantener los testículos abajo del abdomen para que éstos tengan una temperatura adecuada.

Testículo:

Órgano par que se desarrolla en la cavidad abdominal y que en el momento del nacimiento debe estar en el escroto. Su función es la producción de testosterona y espermatozoides.

El testículo, cuerpo ovoide, tienen en su interior cientos de lóbulos constituidos por túbulos seminíferos; éstos a su vez, forman los tubos rectos y, posteriormente, los conos deferentes, mediante los cuales los espermatozoides son movilizados hacia el epidídimo, estructura alargada en forma de coma, localizada en la parte superior del testículo.

Conducto deferente:

Conducto delgado, con una capa muscular, que abarca desde el epidídimo hasta las vesículas seminales; pasa por la cavidad abdominal y detrás de la vejiga. Existe un conducto por cada testículo; su función es conducir los espermatozoides del epidídimo a las vesículas seminales.

Vesículas seminales:

Estructuras en forma de saco situada detrás de la vejiga; poseen una capa muscular y otra secretora. Su función es proteger y nutrir al espermatozoide.

Próstata:

Glándula que rodea la uretra, localizada abajo y delante de la vejiga. Está formada por tejido glandular y atravesada por los conductos eyaculadores. Su función es producir un líquido alcalino, claro y lechoso, que nutre a los espermatozoides y que, junto con el líquido de las vesículas seminales, forma el semen.

Glándula de Cowper:

También conocidas como glándulas bulbo-uretrales, estas dos glándulas se encuentran después de la próstata. Su función es secretar un líquido alcalino que neutraliza la acidez de la uretra y lubrica antes del paso del semen en la eyaculación.

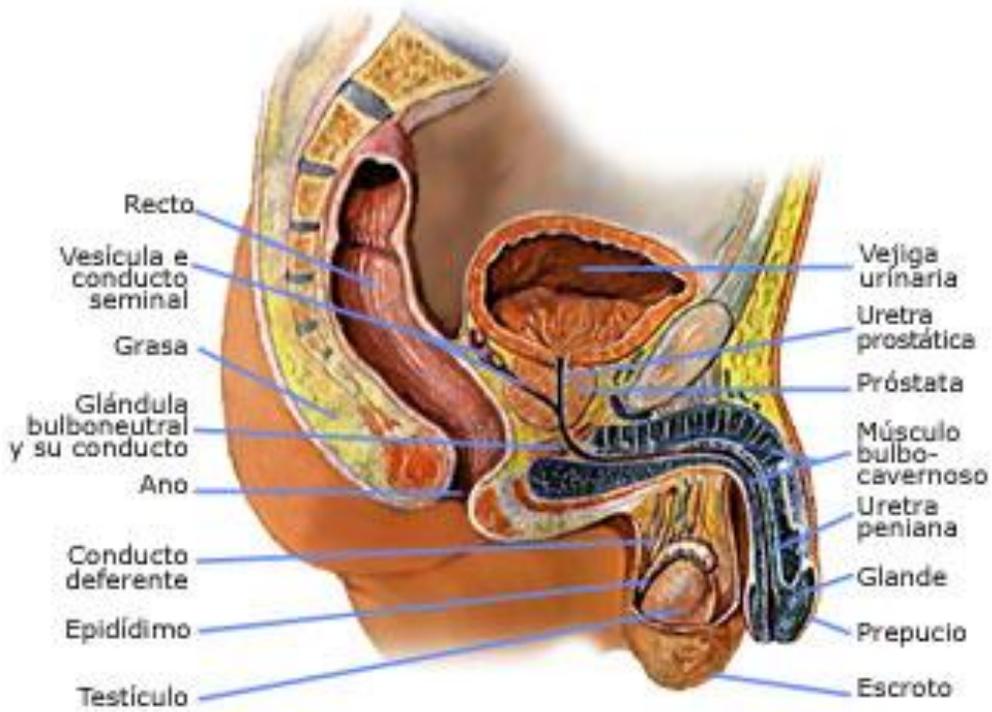
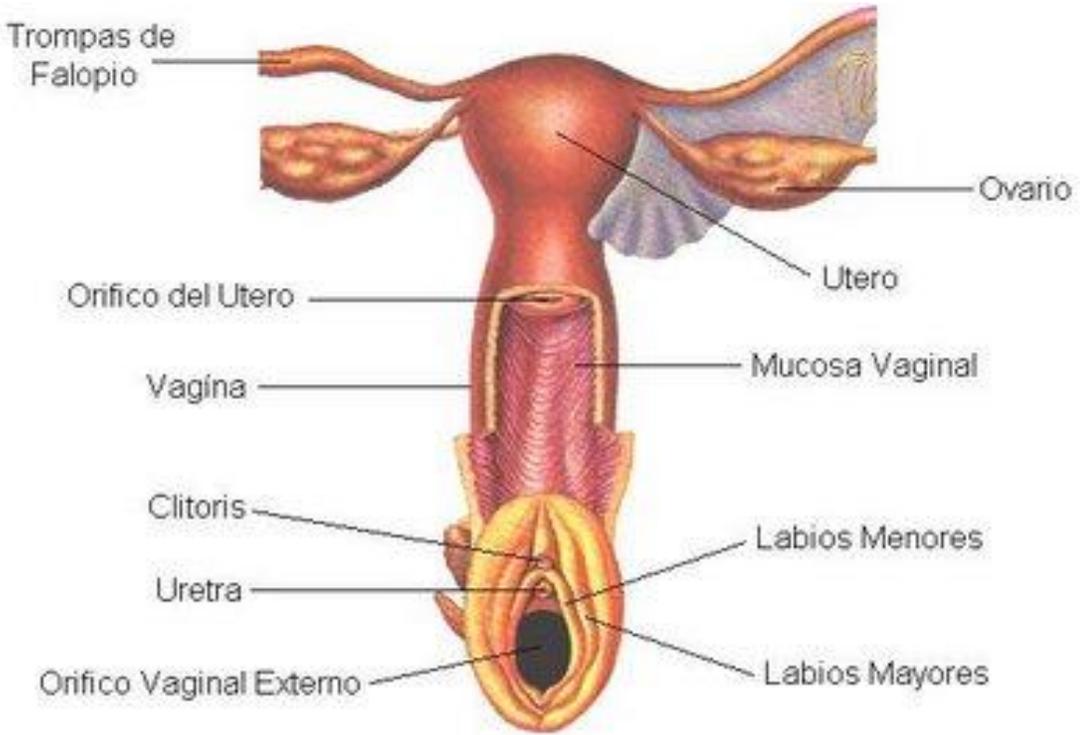
Uretra masculina:

Conducto que se inicia en el cuello de la vejiga y termina en el nivel del glande en el meato urinario. Su función es conducir la orina y, en el momento de la eyaculación, el semen.

Espermatozoides:

Células que, al unirse con el óvulo de la mujer, dan lugar a una nueva vida. Están compuestos por cabeza, cuello y cola. Su producción se inicia en la pubertad y termina con la muerte.

Cada eyaculación contiene 100 millones de 300 millones de espermatozoides y tiene un volumen aproximado de 3 ml. Un espermatozoide se mantiene vivo entre 24 y 72 horas. La fecundidad depende del número de espermatozoides y sus características.



El adolescente y las relaciones sexuales

El desarrollo sexual parece estar influido por motivos aprendidos, apetitos y expectativas. Ni las hormonas ni las experiencias sociales, tomadas ambas individualmente, dan razón de las manifestaciones del comportamiento sexual⁴⁴.

En el pasado las relaciones sexuales estaban reservadas a las parejas casadas, hoy en día el sexo entre adultos ocurre fuera del matrimonio, entre personas divorciadas, solteras y un largo etcétera. El sexo entre adolescentes solteros no es más que una extensión de esa tendencia general hacia una mayor permisividad sexual en la cultura de los adultos.

Con independencia de todas las conductas sexuales anteriores: besos, abrazos, caricias, masturbación..., se considera a la primera vez que se realiza el coito una experiencia personal y social especialmente relevante y significativa⁴⁵.

La sexualidad de los adolescentes cumple con al menos tres características socialmente establecidas: es un tiempo biológico, sujeta a la demora, y un lugar indefinido. Un tiempo biológico (que comienza alrededor de los 15 años), una condición social (básicamente vivir en pareja) y estar sujeto a estereotipos de género que establecen roles bien determinados para hombres y mujeres, y recientemente también a modelos de cuerpo y de relaciones de intimidad⁴⁶.

La adolescencia es una etapa de transición entre el niño sin interés por el sexo y el adulto sexualmente activo. El aumento de la permisividad en la sexualidad adolescente ha ido incrementándose con la permisividad sexual en la cultura. El momento en que los adolescentes empiezan a mantener relaciones sexuales varía considerablemente de unos países a otros y entre los distintos géneros.

El sexo para el varón parece tener dos significados principales. El primero es pasarla bien –puro placer visceral- a veces sin relación alguna con las mujeres; es asunto de gran interés antes de que tengas lugar las experiencias heterosexuales.

⁴⁴ Grinder, Robert E. tr. Manuel Arbolí Gascón. *Adolescencia*. Limusa S.A de C.V., México 2004. P.96

⁴⁵ Buil, Rada, Carlos, Iñaki Lete Lasa, et. Al. *Manual de salud reproductiva en la adolescencia. Aspectos básicos y clínicos*. INO reproducciones S.A de C.V., España 2001

⁴⁶ Rivera, Mendoza Margarita. *La sexualidad y su significación en el cuerpo adolescente*. México. 2007 Miguel Ángel Porrúa Editores. P. 108

En segundo lugar es un aspecto de status masculino que versa sobre la “conquista” de las mujeres. Contrariamente el sexo para éstas se relaciona antes que nada con el tener niños y, luego, con el estar enamoradas. El varón se ve como objeto de amor y el sexo como experiencia de ese amor⁴⁷.

Cuando los adolescentes exploran su identidad sexual, se guían por los llamados roles sexuales. Un **rol sexual** es un patrón estereotipado de prescripciones de cómo deberían comportarse sexualmente las personas. Las mujeres y los hombres han sido socializados para que sigan roles sexuales diferentes. Las diferencias existentes entre los roles femenino y masculino pueden provocar problemas y confusiones en los adolescentes a medida que van construyendo su identidad sexual. Los adolescentes tienden a asociar el hecho de mantener relaciones sexuales con el amor⁴⁸.

La mayoría de los estudios indican que los adolescentes tienden en mayor medida que las adolescentes a afirmar que han mantenido relaciones sexuales y que son sexualmente activos⁴⁹.

El conocimiento obtenido en relación con la sexualidad, se caracteriza por la imprecisión y escasez de la información: a pesar de la proliferación de imágenes, los adolescentes, al opinar sobre la sexualidad, reproducen discursos heredados de las instituciones que les rodean, la mayoría no han incorporado experiencias prácticas sobre las relaciones sexuales, sino que las han vivido por medio de modelos familiares asociales⁵⁰.

Es importante recordar que aunque la preferencia u orientación sexual más reconocida es la heterosexual, existen otras como son la bisexual y la homosexual que los jóvenes pueden preferir para ejercer la sexualidad.

⁴⁷ *Ibidem* 329.

⁴⁸ Saavedra, R. Manuel S. *Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor*. México. 2004 Pax Editores. p.32

⁴⁹ Feldman, Turner y Araujo, *Trayectorias sexuales durante la adolescencia: Relación, Características demográficas y riesgo Sexual*. Springer Netherlands. Utrecht. 1999.

⁵⁰ Rivera, Mendoza Margarita. *La sexualidad y su significación en el cuerpo adolescente*. México. 2007 Miguel Ángel Porrúa Editores. P. 107

La masturbación

Algunos adolescentes optan por la abstinencia, la salida más aceptada por los adultos en nuestra cultura. Al no realizar ninguna actividad sexual ni auto erótica, se verán sometidos a una descarga fisiológica llamada polución nocturna y sueños húmedos, en que los espermatozoides y el líquido seminal provocan la eyaculación, la mayoría de las veces acompañada de sueños eróticos. En las mujeres se presentan fantasías y orgasmos durante el sueño.

La masturbación es una actividad practicada por la mayoría de los adolescentes y los adultos. Aunque aparece desde la infancia, es en la adolescencia cuando se manifiesta como la actividad principal de satisfacción sexual. La masturbación es la manipulación de los genitales con el fin de sentir placer. La realizan tanto hombres como las mujeres, aunque socialmente está más permitida al hombre. En términos generales la mujer ha estado rodeada por la culpa y el miedo⁵¹.

La autoestimulación forma parte de la actividad sexual de prácticamente todos los adolescentes y es una de las válvulas de escape más habituales de sus necesidades sexuales, es una práctica muy saludable que permite al adolescente ensayar su sexualidad y tener un recurso más cuando decida iniciar su vida en pareja.

Otra salida al impulso sexual juvenil es la realización de actos sexuales libres, sin un compromiso mayor que la misma unión genital determinada. Generalmente esta práctica se da en periodos de ensayos y puede durar poco tiempo.

⁵¹ Aguilar J. Pubertad y reproducción en: *Hablemos de sexualidad*. México: MEXFAM, 1990.

Los Métodos Anticonceptivos

El primer texto médico en el que encuentran antecedentes históricos de los anticonceptivos fue descubierto en Egipto en el año 1850 a.c. En él se daban recetas tales como: “lavados de la vagina con miel y bicarbonato después del acto sexual” o la aplicación de una “mezcla de excrementos de cocodrilo con una pasta especial que se insertaba en la vagina⁵²”.

Sin embargo, el desarrollo de la anticoncepción con el fin de generalizar su uso entre la población ocurrió apenas en la segunda mitad del siglo pasado, con la aparición de los métodos anticonceptivos modernos y su promoción en varios países.

Como su nombre lo indica, los métodos anticonceptivos evitan que el óvulo y el espermatozoide se unan, previniendo así que se lleve a cabo la fecundación. Son clasificados en temporales y definitivos, los primeros son aquellos cuyo efecto dura el tiempo que se les está empleando, pero al suspender su uso la mujer puede embarazarse, tal es el caso de:

- ✓ Preservativo o condón
- ✓ Diagrama
- ✓ Los espermicidas (espumas, jaleas, óvulos)
- ✓ Dispositivo intrauterino (DIU)
- ✓ Hormonales (pastillas, inyecciones, implantes)

Dentro de esta clasificación existen otros métodos conocidos como “naturales” o de abstinencia y son:

- ✓ El ritmo
- ✓ El método termométrico
- ✓ El moco cervical
- ✓ El método ritmo calendario
- ✓ La palpación del cuello uterino
- ✓ El coito interrumpido

⁵² *Ibídem.*

Los métodos definitivos son aquellos que después de practicados evitan permanentemente la concepción de un hijo tales son el caso de:

- ✓ La vasectomía
- ✓ La salpingoclasia

A continuación se presentan las características de algunos métodos anticonceptivos.

Método Anticonceptivo	Compuestos	Características	Ventajas	Desventajas
Preservativo (Condón)	Latex, Poliuretano Espermicidas	Es una funda diseñada para ser colocada en el pene erecto del hombre o en la vagina (en el caso de los condones femeninos)	Resulta altamente eficaz para prevenir embarazos Previene contraer la mayoría de las ITS Los hay para hombres y mujeres	Aún no se ha comprobado que pueda evitar la infección por VIH. Si se usa varias veces al día, el nonoxynol-9 puede irritar la cavidad vaginal o anal, aumentando el riesgo de contraer infecciones por vía sexual.
Dispositivo Intrauterino (DIU)	Objeto de material sintético (plástico)	No permite la migración del espermatozoide en el útero No permite la fecundación	Previene la implantación	Debe ser colocado por un médico capacitado en su inserción
Método anticonceptivo oral (Píldora)	Estrógenos y progestágenos	Inhibe maduración del óvulo Afecta el moco cervical No permítela entrada del espermatozoide	Eficaz en la prevención de embarazos La mujer se encuentra protegida todo el mes	Trastornos circulatorios Trastornos hepáticos Posibles efectos sobre algunos tipo de cáncer

Infecciones de Transmisión Sexual

Con el inicio el ejercicio de la sexualidad, aparece el riesgo de contraer infecciones contagiosas por lo que será necesario mencionar la infecciones que pueden atacar al organismo, éstas se manifiestan en forma diferente en los hombres como en las mujeres y son las llamadas infecciones de transmisión sexual (ITS). Estas infecciones se pueden prevenir en su mayoría si se tiene la información y los cuidados necesarios.

Las ITS, son graves porque amenazan la salud en diversas formas. Pueden causar esterilidad, infertilidad, muerte fetal, abortos, ceguera, daño cerebral, cáncer e incluso la muerte. También son una amenaza para la salud del recién nacido ya que la mayoría de estas infecciones pueden ser transmitidas de la madre al producto y ocasionar malformaciones congénitas o que se presente la infección en el niño desde el nacimiento.

Existe actualmente una gran lista de ITS, ocasionadas por diferentes gérmenes, entre los cuales se hallan virus, bacterias, parásitos, y hongos. Sin embargo, las manifestaciones clínicas pueden ser las mismas para diferentes gérmenes y el tratamiento varía según el germen causal. A continuación se presenta un esquema de algunas de las ITS más frecuentes⁵³

Nombre	Microorganismo que la produce	Síntomas	Factores de riesgo	Prevención
Gonorrea	Gonococo de neisser	Inflamación de articulaciones, problemas en la piel, ardor al orinar, secreción amarillenta o sanguinolenta	* Falta de higiene *Relaciones sexuales con equipo contaminado	-Buena higiene -Relaciones sexuales con protección
Sífilis	Treponema palidum	Aparecen lesiones en genitales que no duelen (chancro), erupciones en la piel y mucosas, dolor en articulaciones.	*Relaciones sexuales sin protección *Tocar a personas enfermas con lesiones en la piel	-Uso de preservativo
Herpes	Herpes simple Tipo 1 Tipo 2	Se producen fuegos en la boca o garganta (tipo 1), o en genitales (tipo 2). Inflamación de ganglios, dolor y ardor en la zona infectada.	*Práctica de sexo oral con personas infectadas]Contacto sexual con personas infectadas	-Evitar contacto físico con personas infectadas con herpes -Relaciones sexuales con protección

⁵³ Flores González, Ana María y Roberta Medellín Tapia. *Adolescencia y Aprendizaje*. 3° ed. México SepIndautor p. 55 y 56

Virus de papiloma humano	Papiloma	Verrugas en genitales, que pueden alcanzar gran tamaño. Se pueden eliminar las verrugas, pero el virus se queda. Es el precursor de cáncer cérvico-uterino	*Relaciones sexuales con personas infectadas y promiscuidad	-Evitar relaciones sexuales con personas infectadas
SIDA	VIH	Inflamación de ganglios, baja de peso, aparecen úlceras que no duelen, pérdida de apetito, baja de defensas, fiebres altas.	*Contacto sexual con personas infectadas. *Transfusión con equipo contaminado	-Relaciones sexuales con protección -Transfusión con equipo estéril.

En este capítulo se abordaron los aspectos y características principales de la adolescencia que nos permitió recordar un poco las experiencias personales de la etapa y además entenderlas, se define a la adolescencia como la serie de cambios que ponen fin a la niñez, en teoría resulta muy fácil, sin embargo no lo es, llegar a los doce años y decir se terminó la niñez ahora me encuentro en otra etapa, puede resultar tan complicado como uno mismo no lo imagina, esta nueva etapa puede traer consigo sentimientos encontrados en lo que se pasa como ya mencione anteriormente de la alegría a la tristeza, del enojo a la felicidad, en fin, se pueden observar infinidad de cambios temperamentales. Poner fin a la etapa que para muchos representa la inocencia y gozo del descubrimiento de nuestro alrededor, la niñez puede resultar complicado porque estamos en el intermedio ya no somos niños pero tampoco somos adultos, esta etapa implica crecimiento y a la vez adquisición de más responsabilidades, es en esta etapa donde cada individuo empieza a tomar las riendas de su vida, a tomar decisiones las cuales muy probablemente repercutirán en su futuro, a identificar sus necesidades y buscar la manera de satisfacerlas por uno mismo en la medida de lo posible, implica también responsabilizarse de cada uno de nuestros actos, por todo esto probablemente es que esta etapa puede resultar una de las más difíciles en la vida del ser humano, porque no contamos con la orientación y el conocimiento necesarios de cómo enfrentar cada una de estas situaciones, porque a pesar de existir tanta información, ¿Que tanta es verídica?, ¿Que tanta es confiable? ¿Qué tanto nuestros adolescentes se acercan a las fuentes adecuadas de información? Y en el peor de los casos que tanto ¿Nuestros adolescentes preguntan en realidad sus dudas y cuestiones acerca del tema? Por todo esto el papel de las y los pedagog@s en la orientación cobra vital importancia dentro de este sector de la población.

A pesar de los cambios que se observan a nuestro alrededor, de los avances tecnológicos y de la información, es muy importante tener contacto con nuestros adolescentes, atender sus necesidades, responder a sus inquietudes porque el avance tecnológico sin duda no garantiza un avance paralelo respecto a la cultura, a la educación sexista que hemos recibido a lo largo de los años, pues es preocupante observar que los problemas sociales a los que nuestros jóvenes se enfrentan siguen en aumento como la drogadicción, el alcoholismo, el incremento de embarazos no deseados y por supuesto la violencia en la pareja, familia, trabajo, que se observan como resultado de la repetición de patrones de conducta observados durante muchos años atrás a nuestro alrededor.

Con este capítulo, he podido analizar y descubrir características de los adolescentes que si bien como ser humano he pasado y atravesado por este proceso y tuve en algún momento algunas de ellas, no eran del todo comprendidas y ahora las he podido analizar como ser humano, y también como pedagoga. Sin duda la adolescencia representa una etapa difícil, resulta complicado cerrar el ciclo que hemos tenido durante años, de ser niños. Cuando somos adolescentes pensamos que es más sencillo ser niño, porque a pesar de ser emocionante la nueva etapa, en la que empezamos a ser jóvenes, adquirimos nuevas responsabilidades, pero también libertades con las que podemos realizar sueños, objetivos o metas que cuando éramos niños pensábamos realizar, cuando fuéramos grandes, y a la vez resulta complicado aceptar que ya somos grandes y que la vida no resulta tan fácil, que no se limita en levantarse un día cualquiera, ir a la escuela, regresar, hacer tarea, jugar y dormir, porque cuando se es adolescente hasta el reto más pequeño implica tomar una gran decisión, al menos así es percibido por el adolescente, todo esto también como consecuencia de todas las etiquetas que la sociedad a nuestro alrededor se ha encargado de poner para los adolescentes.

Sin duda cuando se es adolescente la imagen corporal, puede representar uno de los más difíciles conflictos con uno mismo, porque es difícil aceptar que el cuerpo no es el mismo con el que estuvimos probablemente a lo largo de 11 u 12 años aproximadamente, nuestras extremidades crecen y de repente parecer torpe al no poder realizar las mismas actividades físicas que cuando niños puede resultar crítico en el adolescente, los intereses van cambiando, y en este sentido la imagen corporal puede ser uno de los conflictos de los chicos y chicas porque muchos adolescentes intentan cubrir las expectativas físicas

hacia ellos de terceras personas sean familia, amigos o las o los chicos que les pueden resultar interesantes.

Con la adolescencia también comienzan las experiencias amorosas que a veces pueden resultar determinantes en el futuro de cada persona, por lo general sólo queda en la experiencia, pero es muy importante tener en cuenta que es en este momento donde se empiezan a desarrollar los roles que la sociedad ha otorgado al hombre y la mujer, se van poniendo en práctica todos aquellos patrones de conducta en las relaciones de pareja que han sido aprendidos en nuestro desarrollo como individuos hasta el momento.

Esta etapa es indudablemente una de las más importantes por las que atraviesa el ser humano, pues en esta se sientan las bases para una vida adulta en la que de acuerdo a como aprendamos a manejarnos a nosotros mismos, sabremos cómo llevar nuestra vida adulta y como enfrentar la infinidad de retos que se nos presentan a diario. Es muy importante que el adolescente adquiera una seguridad propia para poder dirigirse como una persona responsable, y sin la orientación adecuada seguramente esto no será posible, es por ello que esta propuesta pedagógica representa una herramienta para el óptimo desarrollo del adolescente la cual abarcará desde la aceptación de los cambios físicos hasta los emocionales.

Capítulo II

Género

Género

La perspectiva de género es un enfoque de planeación con el que se pretende que las políticas, los programas y los proyectos promuevan en su acción social la equidad entre mujeres y hombres.

A través de los años nos hemos visto envueltos en determinados roles destinados a hombres y mujeres, en donde se ha percibido a la mujer como el sexo débil y al hombre como el sexo fuerte, con ello las actividades que se atribuyen a cada uno se delimitan al hogar y el trabajo fuera de casa respectivamente. A través de las generaciones se han desarrollado roles y actividades determinadas según el sexo, que a su vez se van transmitiendo y aprendiendo para ser reproducidos en el futuro.

Nos encontramos inmersos en una sociedad machista y sexista en la cual las funciones que fungen las mujeres y los hombres se encuentran muy arraigadas y han sido establecidas bajo una educación patriarcal desde la antigüedad, estas se encuentran perfectamente bien definidas y podemos verlas reflejados en el actuar cotidiano y el lenguaje coloquial como por ejemplo: “los niños visten de azul y las niñas de rosa” “los hombres en la cocina estorban” “tenías que ser mujer” “los puestos de mando en las empresas solo son para los hombres, las mujeres sólo sirven para servir café y atender a los jefes”, entre otras utilizadas en el lenguaje usado en nuestra cultura, que reflejan la educación machista que hemos tenido desde pequeños, sigue vigente y es urgente modificar.

Comprender el género permite visualizar a la humanidad de manera integral para abordar líneas de acción en la solución de desigualdades e inequidades que enmarcan y determinan el presente, a su vez permite entender que la vida, sus condiciones y situaciones son transformables hacia el bienestar si se construyen la igualdad y la equidad, sin dejar de lado que es necesario reflexionar y educar sobre el valor de las mujeres y los hombres, sus derechos y oportunidades dentro de la sociedad mexicana.

Una vez analizada esta perspectiva, sus orígenes, implicaciones y ventajas (por mencionar algunas) veremos cómo estos patrones aprendidos en la vida cotidiana hacen eco hoy en día dentro de la violencia, en todas sus formas, sobre todo en el noviazgo adolescente.

El género

Durante mucho tiempo se ha considerado al género como sinónimo de sexo o de feminismo, dejando de lado que el género es la construcción cultural de la diferencia sexual, puede cambiar en cada época y grupo social.

Es necesario hacer la diferenciación entre concepto, categoría, perspectiva y teoría de género, muchas veces lo encontramos como sinónimo, sin embargo el significado de cada uno es diferente, empezamos por género.

Joan W. Scott, propone como definición de género que:

Es un elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias que distinguen los sexos y el género es una forma primaria de relaciones significantes de poder⁵⁴.

Sin embargo, para poder hablar de género es necesario primero dejar en claro la distinción, entre dos palabras que se asocian y que es preciso delimitar cada una, me refiero a sexo y género, comenzaremos por la primera:

Sexo, son aquellas categorías biológicas que se refieren a las diferencias determinadas genéticamente entre hombre y mujer, se trata de características naturales e inmodificables⁵⁵, el sexo da cuenta de las características biológicas y anatómicas de los seres humanos, esto es de los cuerpos, de su aparato reproductor identificado por los genitales.

Los géneros, son categorías socioculturales; un conjunto de ideas, creencias y atribuciones sociales construidas en cada cultura y momento histórico, tomando como base la diferencia sexual; a partir de lo cual se constituyen los conceptos de masculinidad y feminidad, determinando así la relación entre ambos. Se refiere a los valores, atributos, roles y representaciones que la sociedad asigna a hombres y mujeres.

⁵⁴ Citado en: Lamas, Marta. Lamas, Marta. *El género: La construcción cultural de la diferencia sexual*. Programa Universitario de Estudios de Género/Grupo Miguel Ángel Porrúa. México. 1996. P10.

⁵⁵ Gallo Campos Karla. *Op.Cit.*

Al hablar de género nos referimos a la identidad social que se confiere a un cuerpo sexuado.

El concepto de género se refiere a una representación social y cultural que tiene, implicaciones concretas en la vida de varones y mujeres. Define en categorías complementarias, y paradójicamente excluyentes, lo masculino y lo femenino; categorías en las que se “clasifican”, respectivamente, todos los varones y todas las mujeres, independientemente de las diferencias específicas de cada mujer y cada varón, la teoría de género permite entender y pensar en el varón y en la mujer a través de identidades construidas a partir de la identificación con sus iguales, estructuradas mediante las experiencias de socialización⁵⁶.

Para entender los procesos de diferenciación y de relación entre hombres y mujeres se utiliza la categoría de género. El género es una construcción que la sociedad y la cultura imponen a hombres y mujeres por medio de ideas y representaciones que se asignan a cada sexo. Influye en todas las áreas de la vida de los individuos, en la construcción de identidad, en la conformación de valores, actitudes, sentimientos, conductas y en las actividades diferentes para cada sexo.

En el género se agrupan todos los aspectos psicológicos, sociales y culturales de lo femenino y lo masculino, se construyen culturalmente con formas de pensar socialmente aceptadas, que corresponden a los variados modos en que se organizan la sociedad.

Ser varón o ser mujer va más allá de la diferencia biológica-sexual. La masculinidad o femineidad son formas identitarias que se construyen a lo largo del proceso de socialización de los seres humanos.

Utilizar la categoría de género para referirse a los procesos de diferenciación, dominación, y subordinación de las mujeres hacia los hombres abre la posibilidad de la transformación de costumbres e ideas, y busca explicar las acciones humanas como un producto construido con base en un sentido objetivo.

⁵⁶ Flores Palacios, Fátima Lorenia Parada Ampudia *Las sexualidades y las ideologías. Antología de la sexualidad humana, Tomo I.* Miguel Ángel Porrúa/CONAPO, México, 1994. P 203

La perspectiva de género, llamada también enfoque de género, se basa en la teoría de género y se inscribe en tres paradigmas: el teórico histórico-crítico, el cultural del feminismo, el del desarrollo humano. En la academia, en los movimientos y organizaciones feministas, en las organizaciones ciudadanas y también en los organismos públicos e internacionales, se desarrolla una visión explicativa y alternativa de lo que acontece en el orden de géneros. A esta visión analítica encauzada hacia la acción institucional y civil se le conoce, precisamente como perspectiva o enfoque de género.

Desde la perspectiva de género el análisis desmenuza las características y los mecanismos de orden patriarcal, y de manera explícita critica sus aspectos nocivos, destructivos, opresivos y enajenantes debidos a la organización social estructurada en la inequidad, la injusticia, y la jerarquización basadas en la diferencia sexual transformada en desigualdad.

Por lo tanto la perspectiva de género se refiere a la metodología y los mecanismos que permiten identificar, cuestionar y valorar la discriminación, desigualdad y exclusión de las mujeres, que se pretende justificar con base en las diferencias biológicas entre mujeres y hombres, así como las acciones que deben emprenderse para actuar sobre los factores de género y crear las condiciones de cambio que permitan avanzar en la construcción de la equidad de género⁵⁷.

Se acepta que quien se ubica en esa perspectiva hace referencia a la concepción que sintetiza las teorías y las filosofías liberadoras desarrolladas a partir de las contribuciones feministas a la cultura y a la política. Permite enfocar, analizar y comprender las características que definen a mujeres y hombres de manera específica, así como sus semejanzas y sus diferencias.

⁵⁷ Artículo 5° de la Ley del Instituto Nacional de la Mujeres.

Desde esta perspectiva se analizan las posibilidades vitales de unas y otros, el sentido de sus vidas, sus expectativas y oportunidades, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros; así como los conflictos institucionales y cotidianos que deben encarar, y las múltiples maneras en que lo hacen⁵⁸.

Por último, la teoría de género abarca los planteamientos teóricos, metodológicos, filosóficos, étnicos y políticos necesarios para comprender el complejo de las relaciones de poder que determina la desigualdad entre hombres y mujeres. El dominio que los primeros ejercen sobre las segundas, la condición de preponderancia paradigmática y a la vez enajenante de ellos, y la condición de subordinación, dependencia y discriminación en que viven ellas. Permite visualizar a las sociedades y a las culturas en su conjunto, y por lo tanto a todos los sujetos que intervenimos en sus procesos, mujeres y hombres.

Es también el punto de partida para ubicarse en la perspectiva de género al emprender investigaciones y acciones de cambio. Es por lo tanto una teoría que busca entender al mundo de las relaciones de género y proceder a transformarlo. Su fundamento es crítico, la índole de los enfoques que genera es crítica, y le es imprescindible la crítica de la modernidad. Esta teoría enfoca a hombres y mujeres como sujetos históricos, construidos socialmente, producto de la organización de género dominante en la sociedad. Esta teoría ubica a las mujeres y a los hombres en su circunstancia histórica; por ello puede dar cuenta de las relaciones de producción y de reproducción social como espacios de construcción de género.

Esta teoría responde a la necesidad de abordar de manera integral la sexualidad humana, como sus implicaciones económicas, políticas, psicológicas y culturales en la organización social⁵⁹.

⁵⁸ Cazés, Daniel. *La perspectiva de Género. Guía para diseñar, poner en marcha, dar seguimiento y evaluar proyectos de investigación y acciones públicas y civiles*. CONAPO-PRONAM. México. 1998 p. 25

⁵⁹ Cazés Daniel.

Además permite entender cómo actúan en las personas los papeles y los estereotipos que son definidos, por un grupo social determinado, para los varones y las mujeres de ese grupo y cómo responden ellos y ellas a estas asignaciones, de tal suerte que llegan a parecer conductas “naturales” y no culturales (por ejemplo, parece natural que la mujer sea ama de casa, cuidadora, administradora e intendente del hogar, y el varón proveedor y responsable frente a las dificultades de vida).

Podemos encontrar antecedentes importantes del género en Simone de Beauvoir quien en su obra “El Segundo Sexo”, desarrolla una formulación sobre el género en donde plantea que las características humanas consideradas como “femeninas” son adquiridas por las mujeres mediante un complejo proceso individual y social, en vez de derivarse “naturalmente” de su sexo o como ella lo menciona “*uno no nace, sino que se hace mujer*”. Su reflexión abrió un campo nuevo para la interpretación del problema de la igualdad entre los sexos y enmarcó el campo de la investigación académica feminista posterior. Trató de mostrar que el género es una especie de “filtro” cultural con el que interpretamos el mundo, y también una especie de armadura con la que construimos nuestra vida.

Durante el auge del nuevo feminismo de los años setenta, varias académicas anglosajonas sistematizaron la intuición intelectual de De Beauvoir con la categoría género e incorporaron en dicho término el sentido que le daba la vertiente médica de la psicología.

Así la categoría de género se convirtió rápidamente en uno de los cimientos conceptuales con que las feministas construyeron sus argumentos políticos⁶⁰.

Kollontai durante la segunda década de siglo XX, De Beauvoir durante los años cuarenta y Roelvelt y las otras delegadas de la ONU durante los cincuenta, analizaron lo fundamental de los universos femeninos, teorizaron sobre ellos y coadyuvaron a las búsquedas de las mujeres con importantes elementos intelectuales y políticos para sus movilizaciones modernas.

⁶⁰ Lamas, Marta. *El género: La construcción cultural de la diferencia sexual*. Programa Universitario de Estudios de Género/Grupo Miguel Ángel Porrúa. México. 1996. P10.

Al conjunto de estos, planteamientos y movilizaciones que los han motivado y enriquecido a través de las épocas, se le da el nombre de feminismo.

El *feminismo* es una filosofía, una concepción de la historia y de las realidades sociales, y una propuesta política de transformación de las relaciones genéricas. De este no están excluidos los hombres, ellos mismos se insertan con diferentes visiones en corrientes de pensamiento y acción que, poco a poco, van confluyendo con los postulados democratizadores del feminismo y comienzan a enriquecerlos⁶¹.

Las tareas domésticas y otras similares impuestas como obligación a las mujeres nunca han carecido de importancia, pero siempre se han considerado secundarias. En la estructura milenaria de las relaciones sociales a la que llamamos *patriarcado*⁶², la producción, la calle, el trabajo remunerado y la vida pública se reservan para los hombres; de la misma manera, la reproducción, el hogar, los cuidados personales, la vida privada, se asignan a las mujeres⁶³.

En torno a lo masculino prevalece el mito de que la producción, la fuerza, la inteligencia, la razón y la creatividad hacen trascendente sólo a lo masculino, y a los hombres superiores.

Sobre lo femenino, en cambio, se mantiene y alimenta la leyenda de la reproducción que convierte a lo femenino en intrascendente por considerarlo natural, instintivo e irracional, lo que define a las mujeres como inferiores.

Lo anterior hace referencia a los sistemas de creencias que devalúan y atribuyen poco o nulo prestigio a lo femenino y a las mujeres.

⁶¹ Cazés, Daniel. *La perspectiva de Género. Guía para diseñar, poner en marcha, dar seguimiento y evaluar proyectos de investigación y acciones públicas y civiles*. CONAPO-PRONAM. México. 1998 p. 19

⁶² Según el diccionario de la Lengua Española Esencia, se refiere a la persona más respetada y con mayor autoridad de una familia. De este término se hace referencia posteriormente.

⁶³ Cazés, Daniel. *La perspectiva de Género. Guía para diseñar, poner en marcha, dar seguimiento y evaluar proyectos de investigación y acciones públicas y civiles*. CONAPO-PRONAM. México. 1998 p. 23

Asignación de género⁶⁴

No se nace con género masculino o femenino, se nace con sexo. Las sociedades construyen su propio desiderátum con los contenidos obligados de ser mujer y de ser hombre, que deben asumir lo sujetos sexuados conforme al género que se les asigna.

A partir del sexo biológico, en el momento del nacimiento se define al sujeto como niño o niña, como masculino o femenino, hombre o mujer.

En función del mandato cultural de lo que se ha establecido para hombres y mujeres, se deciden las posibilidades de acción e interacción que las personas podrán desempeñar en las relaciones sociales, económicas y políticas que encuadren sus vidas.

Roles de género

La teoría de género reconoce que los comportamientos llamados “femeninos y masculinos” son construcciones sociales relacionadas con aspectos culturales, a través de los cuales se definen los roles y tareas a cada género, y no características inherentes e inmodificables de la naturaleza⁶⁵.

El niño aprende a ser hombre/mujer imitando, representando los gestos y maneras de los adultos que son importantes en su vida y respondiendo a sus expectativas: el niño imita a su padre y la niña imita a su madre, porque la sociedad espera de ellos que se comporten de distinta forma, según su sexo.

Con el tiempo, esta imitación, este rol masculino o femenino se hacen forma de ser y de pensar: el niño tiene que ser y pensar como hombre, la niña tiene que hacer lo mismo dentro de su rol femenino, y si no lo hacen bien las castigará la sociedad con la burla o el desprecio. Lo que empieza como una imitación se convierte en un modo de ser.

Los demás nos definen, nos dan un rol y con ello nos dicen qué somos, qué debemos ser y cómo somos, y acabamos creyéndolo. Hasta cierto punto somos lo que los demás han esperado que seamos⁶⁶.

⁶⁴ Cazés, Daniel. *La perspectiva de Género. Guía para diseñar, poner en marcha, dar seguimiento y evaluar proyectos de investigación y acciones públicas y civiles*. CONAPO-PRONAM. México. 1998 p. 100

⁶⁵ Pagina 43

⁶⁶ Material lectura “Psicología del aprendizaje y la motivación” Capitulo 5.El efecto Pigmalión

El rol de género es el conjunto de expectativas que describen cómo deberían pensar, actuar y sentir los hombres y las mujeres.

Los roles imponen normas de conducta y sirven para mantener las clases sociales. A este sometimiento es a lo que generalmente se llama adaptación. ¿Adaptación a qué? A las expectativas de los demás, y más a las de aquellos que tienen poder sobre nosotros.

El aprendizaje de roles, consiste en llevar a la práctica todas aquellas enseñanzas que se han aprendido durante la vida, por ejemplo en las chicas se observa que incorporan las características de la femineidad repitiendo lo que hace su mamá. El modelo materno y el modelo social están impregnados por los valores míticos de lo femenino: secundariedad, servicialidad, repetición, etc., se estimula la dulzura, mientras que en el niño la agresividad⁶⁷.

Chicos y chicas crecen en un mundo dividido; por un lado los hombres libres e independientes y por el otro las mujeres serviciales, dependientes, pasivas, débiles, dulces, etc.

Robert Stoller, uno de los primeros científicos reconocidos por la sociedad patriarcal en hacer distinción entre sexo y género, concluyó que la asignación de rol casi siempre es más determinante en la consolidación de la identidad sexual que la carga genética, hormonal o biológica.

Los roles que la sociedad ha señalado para mujeres y hombres los podemos observar desde el momento de concepción de los seres humanos, estamos muy acostumbrados a estereotipar a las personas desde antes de nacer, en cuanto sabemos de qué sexo será el próximo ser compramos objetos para su desarrollo de acuerdo con las características que la sociedad ha otorgado, es clásico por ejemplo encontrar que será niña, la visten de rosa y si es niño lo visten de azul, en los objetos de juego y recreación, también lo podemos encontrar de manera muy marcada, las niñas juegan con muñecas ó trastecitos imitando las funciones que la sociedad ha señalado para las mujeres, mientras que los niños juegan

⁶⁷ Lamas, Marta. *El género: La construcción cultural de la diferencia sexual*. Programa Universitario de Estudios de Género/Grupo Miguel Ángel Porrúa. México. 1996. P15.

con coches o pistolas imitando también las funciones que la sociedad ha asignando para ellos.

Conforme la perspectiva de género ha ido ganando terreno es posible encontrar dentro de los juegos y juguetes aquellos que van más allá de reflejar las funciones exclusivas dentro del hogar y cuidado de los hijos, por ejemplo en las muñecas que representan alguna profesión como doctoras o dentistas.

La construcción de la identidad de cada género se hace de manera dicotómica. Si a los hombres se les asigna la racionalidad, a las mujeres se les asigna la sensibilidad, si a los hombres se les asigna el espacio público, a las mujeres el privado. A los hombres se les asignan las características, actitudes y roles que la sociedad más valora, y que además son las que se asocian con lo humano y la cultura. A las mujeres se le asignan las características, actitudes y roles menos valoradas, y que además son más asociadas con animales y la naturaleza⁶⁸.

El papel de los medios de comunicación en la reproducción de la inequidad de género

Los mensajes que son transmitidos en los diferentes medios de comunicación en todos los horarios, son influencias importantes en los roles de género, frecuentemente encontramos en la televisión comerciales de productos de limpieza para el hogar hechos, por mujeres y pensados en mujeres; muñecas para niñas, carritos o juegos rudos para niños; o bien los condones hechos para hombres para satisfacer a las mujeres sexualmente y de esta manera poder demostrar su hombría.

La programación que vemos a diario reflejada en los medios de comunicación define las actitudes que deben tener mujeres y hombres de acuerdo con lo que la sociedad espera de ellas y ellos claramente tenemos los programas matutinos dirigidos a las mujeres que trabajan en casa por las mañanas, donde se ve la vida de los “famosos”, como hacer más rica la comida, como satisfacer a su marido, etc.

⁶⁸ Alda Facio, *Juzgar con perspectiva de género. Manual para la aplicación en México de los tratados internacionales de protección de los derechos humanos de las mujeres y la niñez*. Instituto Nacional de las Mujeres. México. 2002.

Por la tarde la programación sigue pensada en ellas con las telenovelas donde presentan el papel de la mujer como la débil, la sensible, la noble la que da la vida por los demás o que es engañada por el marido, etc. y durante los cortes comerciales los anuncios de productos de limpieza no faltan. En el radio podemos encontrar lo mismo pero sin imágenes, y las programaciones que si ven a la mujer de manera integral y equitativa, son transmitidos en las frecuencias que casi nadie escucha AM.

De acuerdo con Gilmore⁶⁹ “la masculinidad es la forma validada de ser un hombre en la sociedad”. Las sociedades construyen su modelo hegemónico de masculinidad en el que los varones son impulsados continuamente a la búsqueda del poder y a su ejercicio con el otro o la otra, considerados más débiles.

El sistema del patriarcado se basa en las diferencias biológicas entre hombres y mujeres y se origina en la familia dominada por el padre, estructura reproducida en todo el orden social y mantenida por el conjunto de las instituciones de la sociedad política y civil orientadas hacia la promoción del consenso en torno a un orden social, económico, cultural, religioso y político que determinan que las mujeres como categoría social, siempre estarán subordinadas a los hombres como categoría social, aunque pueda ser que una o varias mujeres tengan poder, hasta mucho poder, o que todas las mujeres ejerzan cierto tipo de poder como lo es el poder que ejercen las madres sobre las hijas y los hijos⁷⁰.

Nuestra cultura patriarcal ha legitimado la creencia de que el masculino es el único género con derecho al poder de actuación y autoafirmativo: ser varón supone tener el derecho a ser un individuo pleno en todos sus derechos que se gobierna a sí mismo. El varón, que es socializado en estas creencias, construye su identidad conformando un ideal de superioridad y de dominación a los demás, y pone en juego sus relaciones.

⁶⁹ Gilmore, D., *Hacerse hombre. Concepciones culturales de la masculinidad*. Ediciones Paidós. Argentina 1994.

⁷⁰ Alda Facio, *Juzgar con perspectiva de género. Manual para la aplicación en México de los tratados internacionales de protección de los derechos humanos de las mujeres y la niñez*. Instituto Nacional de las Mujeres. México. 2002.

La cultura e ideología se reflejan en el lenguaje. El poder de nombrar, crear y definir las palabras, de crear y definir las reglas gramaticales de un lenguaje determinado, de proporcionar a las cosas identidad, evocándolas y estableciéndolas como puntos de referencia o relacionándolas con otras, es el poder de conformar una cultura determinada, es el poder de establecer lo que existe y lo que no existe, lo que se considera natural y lo que no lo es, lo bueno y lo malo. El poder de la palabra es el poder de escoger los valores que guiarán a una determinada sociedad⁷¹.

En nuestra sociedad ha sido determinado que la voz hombre sirviera para denominar tanto al varón de la especie como a la especie toda y creando reglas gramaticales que permitieran que lo masculino pudiera tanto excluir como incluir/ocultar a lo femenino, mientras que relegan lo femenino a la categoría de “específico” y “particular” de ese sexo. Lo masculino es la norma o el paradigma y lo femenino es “el otro” o lo que existe sólo en función de lo masculino o para lo masculino.

Con el diccionario podemos comprobar que el lenguaje no es neutral sino que tiene una perspectiva claramente masculina y además presenta a las mujeres como series inferiores o más cercanas a los animales, podemos ver cómo el patriarcado conceptualiza la mujer como animal de sexo femenino mientras que el hombre es un ser racional

El *Diccionario de la Lengua Española*⁷² define hombre y mujer, de la siguiente manera respectivamente.

Hombre: (además del sustantivo masculino que comprende a todo el género humano) en su acepción varón como criatura racional al sexo masculino. Mientras que el término mujer está definido como persona del sexo femenino, además incluye la siguiente definición de hombre: Individuo que tiene las cualidades consideradas varoniles por excelencia, como el valor y la firmeza.

Nuestra cultura le atribuye a lo femenino características relacionadas con lo débil y poco apto para el trabajo, ser mujer sólo requiere un hecho de la naturaleza mientras que para ser hombre se requieren virtudes humanas.

⁷¹ *Op.Cit.*

⁷² Diccionario de la Lengua Española, Real Academia Española, tomo II. Vigésimo primera edición, Madrid, 1992.

Estamos acostumbrados y acostumbradas a que los hombres sean el paradigma de ser humano y que la masculinidad sea la centralidad misma alrededor de la cual giran todos los hechos y cosas y desde la cual se definen y valoran. Lo femenino existe sólo como, la hembra de...

Los términos “hombre” y “mujer” sirven para contrastar los miembros masculinos y femeninos de la categoría más grande de “seres humanos”; y como tales se nos presentan como opuestos complementarios.

El término “hombre” puede ser usado en un sentido más general para señalar a la especie humana como un todo, de cualquier otra categoría.

El principio de igualdad es entendido como el deber de otorgarle a las mujeres los mismos derechos que tienen los hombres y no otros derechos que necesitamos las mujeres precisamente por ser subvaloradas. No es gratuito que nuestro lenguaje este lleno de estereotipos y percepciones discriminatorias sobre las mujeres.

La construcción lingüística del castellano provoca que las mujeres seamos invisibles y sólo existamos en la sombra lingüística del género masculino; los modelos de lenguaje contienen claridad para los varones y son ambiguos para las mujeres.

Violencia de género

La violencia es un comportamiento aprendido que tiene sus raíces en la cultura y en la forma como ésta se estructura socialmente. La violencia contra las mujeres se origina en la existencia de desequilibrios de poder en determinados contextos, formas de control interpersonales, posiciones de desventaja social frente a los hombres, y por pautas de construcción y orientación de la identidad.

Como consecuencia de los mitos que se han elaborado y practicado en cuanto a hombres y mujeres se refiere el trabajo de las mujeres, su valor, aspiraciones, deseos, metas y necesidades, fueron invisibles ante los ojos de la sociedad, la diferencia, se transformó en desigualdad, esta en opresión llegando hasta la violencia de género.

Con violencia de género se alude a las formas con que se intenta perpetuar el sistema de jerarquías impuesto por la cultura patriarcal. Se trata de una violencia estructural hacia las mujeres, con objeto de subordinarlas al género masculino. Se expresa a través de conductas y actitudes basadas en un sistema que acentúa las diferencias, apoyándose en los estereotipos de género⁷³.

La violencia de género no es resultado inexplicable de conductas desviadas y patológicas sino una práctica aprendida, consciente y orientada, producto de una organización social, estructurada sobre la base de la desigualdad de género. Desde este enfoque, la violencia de género se expresa en distintas formas, ámbitos y relaciones: violación, hostigamiento sexual, violencia en el hogar y “feminicidio”. Estas definiciones coinciden con el significado atribuido a la violencia contra las mujeres que se considera enraizado en el orden social de género y producto de la dominación masculina. Ambos términos refieren a lo mismo. “Violencia contra las mujeres” fue la denominación empleada por el movimiento de mujeres cuando empezó a denunciar su vigencia. “Violencia de género” es un concepto más reciente y emerge con la intención de resaltar que es una expresión estructural de las relaciones de poder entre mujeres y hombres⁷⁴.

Los tipos de violencia contra las mujeres suelen presentarse con más frecuencia en el ámbito familiar; sin embargo, también se suscitan en el trabajo, la escuela y la calle, entre otros. La Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia establece en su Artículo 6⁷⁵, las siguientes definiciones:

I. La violencia psicológica. Es cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica, que puede consistir en: negligencia, abandono, descuido reiterado, celotipia, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, restricción a la autodeterminación y amenazas, las cuales conllevan a

⁷³ Corsi, Jorge, La violencia hacia la mujer en el contexto doméstico, Fundación Mujeres. Consultado en: <http://www.corsi.com.ar/articulos.html>

⁷⁴ Guía metodológica para la sensibilización en género: Una herramienta didáctica para la capacitación en la administración pública. Volumen 4: Violencia contra las mujeres, un obstáculo crítico para la igualdad de género. Instituto Nacional de las Mujeres. Noviembre 2008p. 15

⁷⁵ LEY GENERAL DE ACCESO DE LAS MUJERES A UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA
<http://www.cddhcu.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf>

la víctima a la depresión, al aislamiento, a la devaluación de su autoestima e incluso al suicidio;

II. La violencia física.- Es cualquier acto que inflige daño no accidental, usando la fuerza física o algún tipo de arma u objeto que pueda provocar o no lesiones ya sean internas, externas, o ambas;

III. La violencia patrimonial.- Es cualquier acto u omisión que afecta la supervivencia de la víctima. Se manifiesta en: la transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades y puede abarcar los daños a los bienes comunes o propios de la víctima;

IV. Violencia económica.- Es toda acción u omisión del agresor que afecta la supervivencia económica de la víctima. Se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, así como la percepción de un salario menor por igual trabajo, dentro de un mismo centro laboral;

V. La violencia sexual.- Es cualquier acto que degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la víctima y que por tanto atenta contra su libertad, dignidad e integridad física. Es una expresión de abuso de poder que implica la supremacía masculina sobre la mujer, al denigrarla y concebirla como objeto, y

VI. Cualesquiera otras formas análogas que lesionen o sean susceptibles de dañar la dignidad, integridad o libertad de las mujeres.

Los adolescentes y el género

Los cambios biológicos que acompañan a los adolescentes establecen un punto de partida para la incorporación de la sexualidad en el rol de género, la forma en que la sexualidad se convierte en una parte integrante de dicho rol está determinada por factores sociales.

Una posible explicación del incremento de las diferencias en el rol de género es la importancia de la socialización para adaptarse a los roles y tareas que la sociedad ha preparado para las chicas y los chicos adolescentes.

La interiorización del rol de género en la adolescencia probablemente no obedece solamente a un aumento de las presiones sociales para conformarse a los roles masculino y femenino tradicionales, sino también a los cambios puberales que

introducen la sexualidad en el comportamiento de género. La masculinidad y feminidad se van negociando a lo largo de la adolescencia, y gran parte de esta renegociación está relacionada con la sexualidad⁷⁶.

Los padres son los primeros en hacer discriminaciones relacionadas con el comportamiento apropiado para cada género, pero los iguales no tardan mucho en unirse al proceso de socialización que modela el comportamiento femenino y masculino. Durante la primera infancia y la etapa preescolar y escolar, los niños muestran una clara preferencia por relacionarse con otros niños del mismo sexo. Después de realizar extensas observaciones de los patios de juego de diversas escuelas primarias, dos investigadores caracterizaron los contextos de juego como “escuelas de género”, señalando que los niños enseñaban a otros niños los comportamientos típicamente masculinos y reforzaban estos comportamientos, mientras que las niñas se enseñaban y reforzaban mutuamente los comportamientos femeninos⁷⁷.

Es evidente que nos encontramos en una sociedad patriarcal, en la cual es fundamental obedecer al padre y reproducir sus enseñanzas a futuro, a pesar de que “se ha reconocido el papel de la madre dentro de la familia mexicana”, siempre se le ha subvalorado y visto como un paño de lágrimas, como la débil de la familia, aquella que siempre brindará el apoyo emocional, mientras que al padre siempre se le verá como aquella persona íntegra y sustentable.

La perspectiva de género ha permitido detectar en el actuar de todos los días, el lenguaje, los medios de comunicación, entre muchos otros, la subvaloración que se tiene hacia la mujer, que por lo tanto refleja una forma de violencia en cada situación de subvaloración reflejadas muy a menudo en nuestra sociedad.

Con el preámbulo de este capítulo de violencia de género nos adentraremos en el próximo capítulo en el tema de violencia, el cual nos permitirá sentar las bases y conceptos fundamentales respecto a esta, para abordar de lleno el tema de violencia en el noviazgo.

⁷⁶ Santrock, John W. Psicología del desarrollo en la adolescencia. 9a ed. Tr. Ana Carmen Pérez Mc. Graw Hill. España 2003 P. 269

⁷⁷ Luría y Herzog citado en; *Ibidem*

Capítulo III

Violencia

Violencia

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) fue el primer organismo que reparó en la gravedad de este hecho al reconocer que es el crimen encubierto más frecuente del mundo y en 1996 la Organización Mundial de la Salud (OMS) acordó que la violencia es un importante problema de Salud Pública.

La expresión más evidente de esta problemática social, la vemos reflejada en las guerras, los asesinatos, los secuestros y las agresiones físicas, también se puede identificar en actos violentos subjetivos como pensamientos o sentimientos en las relaciones interpersonales de los seres humanos.

La violencia es un fenómeno real, complejo, multifacético y extendido que se encuentra presente en todos los ámbitos ó contextos socioeconómicos y educativos, es un fenómeno social muy serio, que existe desde hace mucho tiempo sin embargo, ha cobrado mayor importancia hace apenas algunos años cuando se empezó a manifestar como un tema de preocupación en la sociedad debido a los alcances inimaginables que se han observado en el surgimiento, desarrollo y principalmente en las consecuencias de este que han dado cabida a concebir a la violencia como un serio problema de salud para todas las personas inmersas en esta problemática.

Forma parte de nuestras experiencias cotidianas y la mayoría de las veces es una presencia invisible que acompaña gran parte de nuestras interacciones diarias, desafortunadamente en la actualidad casi naturalmente la violencia circula en torno de nosotros. Se desarrolla en diferentes ámbitos: social, político, económico y familiar (entre otros), adquiere formas específicas de manifestación según los contextos en que se manifiesta.

Violencia

Podemos describir la violencia como la manifestación de un fenómeno interaccional, que debe explicarse como un proceso de comunicación particular entre dos o más personas, todos cuanto participan en esta interacción se hallan implicados, entendiendo por violencia todo atentado a la integridad física y psíquica del individuo, acompañado por un

sentimiento de daño psicológico y moral. El ser humano construye permanentemente su realidad, adjudicándole significados en función de los cuales estructuran sus conductas.

Es necesario conocer aquellos *conceptos que van a permitir acercarnos al problema de la violencia* desde el conocimiento de los factores que intervienen en su producción, con el objeto de revisar las opiniones que frecuentemente circulan respecto de este tema, los más comunes son:

*Conflicto*⁷⁸: Este es un término que alude a factores que se oponen entre sí. Puede referir a contrastes intra o interpersonales. El conflicto es un factor participante en cualquier agrupamiento humano. Los conflictos interpersonales suelen traducirse en situaciones de confrontación, competencia, queja, lucha, disputa y su resolución a favor de una u otra parte, se relaciona con nociones tales como la autoridad, el poder, la aptitud, la capacidad, la habilidad, etcétera.

A partir de los años 70, los investigadores sociales comenzaron a revisar el concepto de conflicto familiar como sinónimo de “anormalidad”

*Agresividad*⁷⁹: Capacidad humana para “oponer resistencia” a las influencias del medio. La agresividad humana tiene vertientes fisiológicas, conductuales y vivenciales, constituye una estructura psicológica compleja, que Fernando Lolas definió de la siguiente manera:

Es un constructo teórico en el que cabe distinguir tres dimensiones: a) una dimensión conductual la que llamamos agresión; b) una dimensión fisiológica, que forma parte de estados afectivos; c) una dimensión vivencial o subjetiva que califica la experiencia del sujeto, a la que llamaremos hostilidad.

*Agresión*⁸⁰: Conducta mediante la cual la potencialidad agresiva se pone en acto. Las formas que adopta son disímiles: motoras, verbales, gestuales, posturales, etcétera.

⁷⁸ Corsi, Jorge. *Violencia intrafamiliar. Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social*. México, 1994. p.17

⁷⁹ Op.cit

⁸⁰ Op.cit

Daño: Debe entenderse cualquier tipo y grado de menoscabo para la integridad del otro, existen diferentes tipos de daños ocasionados en el contexto de una relación de abuso: daño físico, psíquico, económico, etcétera.

Debemos tener clara también la diferencia entre maltrato y agresión, esta diferencia la define su objetivo; mientras la agresión se define por la lesión que produce, el maltrato se describe con las palabras sometimiento, humillación, dominio, esclavitud⁸¹.

Los conceptos anteriores nos permitirán tener presente que si bien estos conceptos tienen cabida en las manifestaciones de la violencia, no son sinónimos de ella. Es importante retomar los conceptos que diferentes autores han escrito sobre violencia. Partir de que el abordaje teórico del fenómeno de la violencia permitirá conceptualizar las relaciones violentas entre adolescentes.

La raíz etimológica de la palabra violencia, remite al concepto de “fuerza”, la violencia implica siempre el uso de la fuerza para producir daño. El uso de la fuerza remite al concepto de poder, además este concepto se relaciona también con violentar, violar, forzar.

El Diccionario de la Real Academia Española⁸² define *violentar* como *la aplicación de medios sobre personas o cosas para vencer su resistencia*.

La OMS define la violencia, en general como *el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas posibilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones*, y la clasifica en tres categorías fundamentales: la violencia contra uno mismo (que engloba los comportamientos suicidas), la violencia interpersonal (que se subdivide en intrafamiliar y comunitaria o entre individuos no relacionados), y la colectiva (propia de un grupo de personas contra otro con fines políticos, económicos o sociales)⁸³.

⁸¹ Fernández Cáceres, Carmen. *Violencia familiar y adicciones. Recomendaciones preventivas*. Centros de Integración Juvenil. México, Distrito Federal. 2007. P. 27

⁸² Diccionario de la Lengua Española, Real Academia Española, tomo II. Vigésimo primera edición, Madrid, 1992.

⁸³ Martínez Escudero, María Vega y Oscar Fernández Rodríguez. *Malos tratos: detección precoz y asistencia en atención primaria*. México, 2005, Ars. Médica, p.3.

Violencia es cualquier acto que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para el ser humano, incluyendo las amenazas de dichos actos, coerción y/o privaciones arbitrarias de libertad, que ocurren ya sea en la vida pública o privada⁸⁴.

Domenech, ha concebido a la violencia como una acción contra el natural modo de proceder y con base en esta conceptualización ha definido a *la violencia por el uso de una fuerza, abierta u oculta, con el fin de obtener de un individuo o de un grupo lo que no quieren consentir libremente*⁸⁵.

A partir de esta aproximación Jorge Corsi señala que *la violencia implica el uso de fuerza para producir un daño*⁸⁶.

La violencia implica siempre el uso de la fuerza para producir un daño. En un sentido amplio, puede hablarse de violencia política, violencia económica, violencia social, violencia familiar, maltrato, etcétera. En todos los casos, el uso de la fuerza nos remite al concepto de poder.

En el ámbito de las relaciones interpersonales, la conducta violenta es sinónimo de *abuso de poder*, en tanto y en cuanto el poder sea utilizado para ocasionar *daño* a otra persona.

Por eso el vínculo entre dos personas caracterizado por el ejercicio de la violencia de una de ellas hacia la otra se denomina *relación de abuso*⁸⁷.

El desequilibrio de poder en el que se basa toda relación de abuso, es a menudo el producto de una construcción de significados que sólo resulta comprensible desde los códigos interpersonales.

⁸⁴ Instituto Nacional de las Mujeres. Acciones para erradicar la violencia intrafamiliar y contra las mujeres.

⁸⁵ Domenech, Jean Marie en *Revista Internacional de las Ciencias Sociales* vol. XXX n°4, UNESCO, 1978, París, , p. 779

⁸⁶ Blanco, María T. *Relaciones de violencia entre adolescentes. Influencia de la familia, la escuela y la comunidad*. Espacio editorial, 2006, Buenos Aires Argentina.p.18.

⁸⁷ Corsi Jorge. *Violencia masculina en la pareja: una aproximación al diagnóstico y los modelos de inversión*. Buenos Aires. Paidós. 1995. p. 12

La mayor parte de las conductas violentas tienen como meta ejercer control sobre la conducta del otro y se justifican mediante objetivos como disciplinar, educar, hacer entrar en razón, poner límites, proteger, tranquilizar etc.

Según Foucault, la violencia es una forma de ejercicio del poder que afecta negativamente la libertad y la dignidad del otro. Cuando existe un ejercicio del poder, el otro tiene la posibilidad de reaccionar. En cambio, cuando lo que se ejerce es dominio, la posibilidad de reaccionar deja de existir⁸⁸.

Las víctimas más comunes ante el fenómeno de la violencia son los miembros más vulnerables⁸⁹:

- a) De acuerdo al sexo, las mujeres.
- b) De acuerdo a la edad, los niños y ancianos.
- c) Por su condición física, hombres y mujeres con enfermedad física y/o mental.
- d) Por desventaja física, económica o cultural

Para que el maltrato se defina como tal, existen cinco características inherentes que son:

1. Que sea recurrente y constante, no sólo único o aislado.
2. Que sea intencional, es decir, con claridad en la conducta.
3. Que implique un acto de poder o sometimiento: controlar a quien la recibe.
4. Tendencia a que cada vez sea mayor la gravedad de la lesión.
5. Su resolución sería a partir de recibir apoyo profesional.

A partir de estas definiciones de violencia y aquellas palabras relacionadas generalmente con esta problemática social, entendemos que el uso de la fuerza (física, psicológica, verbal, económica o política) implica la existencia de cierto desequilibrio de poder, que puede ser permanente o momentáneo⁹⁰.

⁸⁸ Whaley Sánchez, Alfredo. *Violencia intrafamiliar, causas biológicas, psicológicas, comunicacionales e interaccionales*. Editorial Valdez, México 2001

⁸⁹ Instituto Nacional de las Mujeres. *Acciones para erradicar la violencia intrafamiliar y contra las mujeres*.

⁹⁰ Corsi, Jorge. *Violencia intrafamiliar. Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social*. México, 1994. p.17

El empleo de la fuerza se constituye, así, en 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 que la conducta violenta sea posible, tiene que darse una condición: la existencia de un cierto desequilibrio de poder, que puede estar definido culturalmente o por el contexto u obtenido mediante maniobras interpersonales de control de la relación⁹¹.

En sus múltiples manifestaciones, siempre es una forma de ejercicio de poder mediante el empleo de la fuerza e implica la existencia de un *arriba* y un *abajo*, reales o simbólicos, que adoptan habitualmente la forma de roles complementarios: padre-hijo, hombre-mujer, maestro-alumno, patrón-empleado, joven-viejo, etcétera.

Cada ser humano está limitado por espacios que definen su persona, cuando las personas sufren violencia de cualquier tipo alguno o varios de *estos espacios*⁹² se ven invadidos por el agresor, de acuerdo con Foucault la libertad del individuo se ve coartada por la invasión de estos espacios:

- a. Espacio Físico: Se considera dos puntos como lo son el cuerpo de la persona y el espacio donde desarrolla sus actividades.
- b. Espacio Corporal: Abarca características individuales como su piel, movimiento, color, estatura, sus formas de percepción, es decir los cinco sentidos del ser humano. También se considera el espacio donde se desarrollan las necesidades personales físicas del individuo. Incluye lugares como lo son la vivienda el espacio para dormir, para desarrollar trabajos, espacios de descanso, de entrenamiento y espacios personales. El espacio físico es el más importante para el agresor, ya que es aquí donde se comprueban los resultados y la eficacia de su violencia.

⁹¹ *Ibidem.* p. 12

⁹² Whaley Sánchez, Alfredo. *Violencia intrafamiliar, causas biológicas, psicológicas, comunicacionales e interaccionales*. Editorial Valdez, México 2001.

- c. Espacio Intelectual: Se entiende como las ideas y pensamientos de una persona. En la manera en que una persona analiza y entiende sus experiencias mediante sus estructuras simbólicas, como percibe y procesa los hechos con su conocimiento y experiencia, la interpretación individual que tiene del mundo. Sus ideas son impresiones expresivas de un hecho, su pensamiento es el medio por el cual llega a entender y crear soluciones a los hechos que percibe. Este espacio es muy particular ya que le permite saber que es diferente a otras personas y valorarse como individuo para crear un proceso de intercambio con otros individuos.

- d. Espacio Emocional: Son los sentimientos o emociones de la persona. Formas de reacción interna de una persona hacia su medio ambiente y hacia sí mismo, experiencias individuales que la persona procesa internamente, su relación con el mundo externo. Este espacio es el más profundo, considerando que las emociones son las que nos ayudan a entender las razones de nuestra relación con un hecho o una persona determinada, cuando estas se encuentran dañadas por decisiones que tomamos pueden ser equivocadas, ya que no sabemos que nos hieren y que nos causan alegría, el agresor busca desequilibrar las emociones de su víctima para que no tenga forma de entender las razones de querer evitar la violencia en que vive, de este modo, si la víctima no entiende las razones para estar en esa relación violenta, se quedará y no se preguntará si le duele o no.

- e. Espacio Social: Es todo aquel en el cual se desarrollan contactos, interaccionan y existe intercambio entre dos o más personas, comprende tanto a las personas cercanas como el tipo de interacción o intercambios que alguien tiene en su entorno social, familiares, amigos, grupos de estudiantes, de recreación, vecinos.

- f. Espacio Cultural: Abarca las diversas formas de procesar la realidad, de acuerdo con parámetros establecidos por el aprendizaje que el individuo ha recibido en su grupo social, familiar, económico, étnico, religioso, educativo y geográfico. Podemos considerar que cada familia tiene su propia cultura y ésta depende del lugar de donde proviene. Existen familias en las que el maltrato es inusual y por lo tanto lo perciben como un problema inexistente, así mismo pueden haber otras

que el maltrato sea lo más común y lo acepten como una parte normal de su dinámica familiar.

Tipos de violencia

De acuerdo con la OMS (2003)⁹³, la violencia se divide en tres categorías generales según las características de quienes las ejercen:

Violencia autoinfligida (autoagresión). Es la violencia que una persona ejerce sobre sí misma; considera el comportamiento suicida y las autolesiones.

Violencia interpersonal. Se divide en dos subcategorías:

- a) Familiar y de pareja: La violencia se presenta entre los miembros de la familia o con la pareja y casi siempre sucede en el hogar. También contempla el maltrato a menores y a personas mayores.
- b) Comunitaria: Se produce entre personas sin parentesco y que pueden conocerse o no y sucede por lo general fuera del hogar. Comprende la violencia juvenil, los actos fortuitos de violencia, la violación o el ataque sexual por parte de extraños y la violencia instituciones como escuelas, lugares de trabajo, prisiones y asilos para ancianos.

Violencia colectiva:

Se divide en violencia social y se refiere a actos delictivos contra grupos u organizaciones, acciones terroristas, guerra y conflictos afines; así como económica, con ataques de grupos por fines de lucro.

En el siguiente diagrama se resumen los tipos de abuso que se presentan en los diversos tipos de violencia y a continuación presentamos los tipos de violencia y maltrato que encontramos frecuentemente en nuestra sociedad:

93

http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/global_campaign/en/campaign_newsletter1_es.pdf

Tipo de abuso	Poder o fuerza	Tipo de daño
Físico	Físico	Físico/emocional
Emocional o psicológico	Psicológico	Emocional
Sexual	Físico/psicológico	Emocional/físico
Financiero	Económico	Económico/emocional
Social y ambiental	Psicológico/físico	Económico/social/económico

1) Maltrato infantil⁹⁴

Se demuestra en forma activa mediante el abuso físico, emocional, o sexual y en su forma pasiva mediante abandono físico y emocional o en el caso de los niños que presencian actos de violencia.

2) Violencia conyugal⁹⁵

Incluye el maltrato hacia la mujer, por medio de abuso físico, emocional o sexual, entre otras formas de abuso, violencia cruzada, así como el maltrato hacia el hombre. Incluye el maltrato a ancianos e hijos tanto en forma activa (maltrato físico o emocional, abuso financiero), como en su forma pasiva (abandono físico y emocional).

3) Violencia de género⁹⁶

Que se ejerce principalmente en función del sexo y en muchos casos de la edad y situación de vulnerabilidad en que se encuentran los niños en nuestra sociedad. Este tipo de violencia también es producto del dominio y el poder de género usado para reproducir y mantener estatus y autoridad.

⁹⁴ Instituto Nacional de las Mujeres. Acciones para erradicar la violencia intrafamiliar y contra las mujeres.

⁹⁵ Op.Cit.

⁹⁶ Op.Cit.

4) Violencia física⁹⁷

Se refiere a agresiones en el cuerpo, incluye acciones como pegar, empujar, cortar, puede ser ejercida con objetos o con partes del cuerpo. Va desde daños leves a graves.

Considerada como la invasión del espacio física de una persona y se hace de dos maneras:

- Por medio del contacto directo con el cuerpo de la otra persona mediante golpes, jalones, así como la limitación de sus movimientos de diversas formas como pueden ser el encierro, provocar lesiones con cualquier tipo de arma, lo más grave en este caso es causar la muerte.
- Realizando actos violentos alrededor de la persona como pueden ser romper objetos delante de ella golpear o maltratar objetos o animales en su presencia.

Es de suma importancia señalar que la violencia física es el último recurso que utiliza el agresor, ya que con anterioridad trata de controlar y dominar de otras formas más sutiles como lo son la violencia verbal y psicológica.

5) Violencia sexual⁹⁸

La violencia sexual es muy generalizada y se encuentra dentro de los ámbitos de la violencia física, pero se puede decir que invade todos los espacios de la víctima.

Este tipo de violencia es muy severa ya que ejerce imponiendo ideas y actos sexuales a la víctima generalmente por medio de la violencia verbal, menospreciando a la pareja haciéndola sentir que no vale nada.

La violencia sexual también afecta emocionalmente, debido a que es una forma de castigar constantemente a la víctima.

⁹⁷ Blanco, María T. *Relaciones de violencia entre adolescentes. Influencia de la familia, la escuela y la comunidad*. Espacio editorial, 2006, Buenos Aires Argentina.p.19.

⁹⁸ Op.cit

6) Violencia verbal⁹⁹

Se refiere a amenazas, insultos, burlas, frases dañinas es la más usual y repetitiva.

Dicha violencia requiere del uso de la palabra para afectar y dañar a la víctima, como puede ser haciéndola creer que está equivocada y hablar en falso de la víctima, existen diversas formas de ejercer este tipo de violencia:

- La forma más usual consiste en amenazar con promesas de violencia si intenta oponerse, como pueden ser: *ni se te ocurra, vas a ver cómo te va*, etc.
- Otra forma de degradar es por medio de frases como pueden ser: *mejor ni me hables, ya ven como es ésta, por favor no empieces, no hagas el ridículo*, entre otras. Este tipo de violencia logra disminuir el valor de la persona causándole una gran inseguridad en sus propias habilidades.
- Otra forma de degradar a la víctima es con frases que parecen alentadoras o que justifican en sus acciones como lo pueden ser: *se que no puedes hacer algo mejor, no te preocupes si no sabes hacer bien eso*, etc. Esta forma de violencia es muy dolorosa ya que no es visible, sin embargo afecta emocionalmente y de manera muy sutil.
- Cosificar es otra forma de ser verbalmente violento, consiste en hacer sentir a la víctima como un objeto sin valor poniéndole sobrenombres o dirigiéndose a ella de forma despectiva, con palabras soeces, así como pueden ser ruidos que ella escucha pero no entiende, entre otros.
- La mentira, el cambio de tema, hablar mal, hacer bromas, criticar negativamente a la persona, todas tienen como objetivo degradar al individuo, quitarle su personalidad, menospreciarla y aceptar la imposición de su autoridad.

Este tipo de violencia también tiene como objetivo restringir sus actitudes y negar su propia realidad, el herir a la víctima emocionalmente, es una forma de agresión física que no deja evidencia visible como los moretones pero se encuentra presente, también es dolorosa y su recuperación toma mucho más tiempo, descartando constantemente la percepción de la persona abusada acerca del abuso. Es importante mencionar a la violencia para verbal que se refiere a gestos o señas que tienen intención de insultar o dañar.

⁹⁹ Op.cit

7) Violencia Psicológica¹⁰⁰

A menudo pasa desapercibida, consiste en juegos psicológicos, chantajes, reírse de, sembrar rumores, aislar y rechazar.

Se manifiesta en actos que atacan los sentimientos o las emociones de la persona, dichos actos son persistentes y muy difíciles de reconocer, ya que son mucho más encubiertos que la violencia verbal. Tiene como objeto destruir los sentimientos y la autoestima, haciendo dudar de su propia realidad, así como limitando sus recursos para sobrevivir.

Este tipo de violencia es sumamente dañina ya que causa que la víctima se sienta presionada sin poder identificar o definir de donde viene la presión, manteniéndola desequilibrada, ya que cree ser la causa de la presión que se impone.

Por lo general los cuatro tipos de violencia mencionados hasta ahora son empleados de forma progresiva, la violencia emocional por su parte desequilibra a la persona; la víctima duda de su habilidad para procesar la información que recibe y por lo tanto deja a la persona demasiado expuesta a ser controlada.

El agresor por su parte invierte una gran cantidad de tiempo y energía invadiendo los espacios de su víctima como si fueran suyos, así mientras más invada los espacios, la víctima tiene menos capacidad de actuar para generar cambios y tomar decisiones, al pasar por esto la víctima no puede coordinar y provocar que su análisis de la situación sea completo.

La invasión de espacios es calculada por el agresor para causar el daño suficiente y así mantener predispuesta y controlada a la víctima.

Kirkwood es una de las autoras que ha intentado reconstruir el tejido elemental de la violencia psíquica, ha identificado seis componentes principales que constituyen una descripción del fenómeno, pueden analizarse por separado a los fines de su análisis, pueden presentar una superposición entre sí, ellos son:

Degradación, temor, cosificación, privación, sobrecarga de responsabilidades y distorsión de la realidad subjetiva.

¹⁰⁰ Op.cit

8) Violencia económica¹⁰¹

Este tipo de violencia hace referencia al control de los recursos económicos, del dinero que se gana y no se aporta a la casa, no aportar para las necesidades primarias de la familia, así como para el mantenimiento del hogar en general, incluso no generar dinero. También se define violencia económica cuando uno de los miembros de la familia usa del poder económico para provocar un daño a otro; constituye una modalidad por la cual las víctimas son privadas o tienen muy restringido el manejo del dinero, la administración de los bienes propios o gananciales o mediante conductas delictivas, ven impedido su derecho de propiedad sobre los mismos¹⁰².

El patrón de la violencia emocional y económica es muy semejante entre sí, y en ambas el grupo de mujeres más jóvenes es uno de los que tiene las prevalencias más altas. De aquí la enorme importancia de conocer con mayor detalle la dinámica de las relaciones afectivas en las edades más tempranas.

9) Maltrato a personas con discapacidad

A quienes se les niegan oportunidades a nivel laboral y de convivencia social por el desconocimiento o negación de sus necesidades.

10) Abandono¹⁰³

Es el acto de desamparo injustificado hacia uno o varios miembros de la familia con los que se tienen obligaciones que derivan de las disposiciones legales y que ponen en peligro la salud (*Diario Oficial de la Federación*, 8 de marzo 2000). El término abandono físico y por omisión se refiere al total descuido y abandono de la persona.

¹⁰¹ Op.cit

¹⁰² Groosman, Cecilia P y Silvia Mesterman. *Violencia en la familia: la relación de pareja: aspectos, sociales, psicológicos y jurídicos*. Universidad, 2005. Buenos Aires. P. 96

¹⁰³ Instituto Nacional de las Mujeres. Acciones para erradicar la violencia intrafamiliar y contra las mujeres.

Hasta ahora he retomado las descripciones del conceptos de violencia así como sus diferentes formas, sin embargo es necesario saber que la ocasiona, de acuerdo con Alfredo Whayley en su obra *Violencia intrafamiliar, causas biológicas, psicológicas, comunicacionales e interaccionales*, la violencia tiene una explicación desde diferentes perspectivas las cuales son:

Posibles explicaciones al problema de la violencia

En nuestra sociedad existen algunos mitos que encubren y normalizan la violencia uno de ellos es que la conducta violenta es natural del ser humano, la realidad es que la violencia se aprende en la familia, la escuela, la comunidad, en los medios de difusión y a través de todas las intenciones sociales.

La violencia presenta múltiples formas y debido a que éstas se repiten a través de la cultura, de generación en generación, su práctica es permanente e invisible a la vez; es decir, tanto las familias como la sociedad están acostumbradas a la violencia al grado que forma parte de lo cotidiano y lo “normal”, por lo que difícilmente se visualiza como una patología.

La violencia es una conducta que se aprende y se construye; es intencional, recurrente, forma parte del deseo y sometimiento, con amplia tendencia a incrementarse de no detectarse a tiempo.

La violencia no es un hecho natural, se aprende a través de la cultura, de las instituciones, de la influencia familiar, escolar, comunitaria, de los medios de difusión, donde se producen y reproducen relaciones violentas.

En la familia se transmite de generación en generación, es decir, de padres a hijos. Este aprendizaje se refuerza de forma permanente, con la repetición regular de ciertas conductas. Se “normaliza” en la medida en que se acepta y forma parte de lo cotidiano¹⁰⁴.

¹⁰⁴ Fernández Cáceres, Carmen. *Violencia familiar y adicciones. Recomendaciones preventivas*. Centros de Integración Juvenil. México, Distrito Federal. 2007. P. 27

Es importante dejar claro que no es de carácter hereditario, no se es violento por naturaleza, ni se nace siéndolo, es una conducta como ya mencioné que se aprende y, por tanto, se decide ejercerla para imponer dominio sobre otra persona.

Desde la ***interpretación biológica*** la agresión puede ser explicable como una respuesta de supervivencia de un individuo u organismo a su medio. El medio se percibe como lleno de peligros naturales como el hambre, sed y daños que puedan provocar algunos animales. Para poder sobrevivir a estos eventos naturales, en muchas ocasiones es necesario actuar de manera violenta.

La evolución de las especies, permite comprender mejor la complejidad del sistema nervioso y a través de ella, la del comportamiento. Esquemáticamente, el cerebro ha recorrido tres etapas que inician desde la evolución del hombre hace millones de años.

La agresión posee una función de supervivencia para el individuo y la especie. Se ha comprobado que la agresión, en sus orígenes biológicos profundos, no es más que un medio último de adaptación sin que pueda demostrar la existencia de un verdadero estado emocional de odio.

El sistema nervioso asume el papel de coordinador en los distintos niveles jerárquicos. En el caso de la agresión, recoge estímulos de la periferia que provocan que el individuo se mueva, emprendiendo la huida, el luchar o desarrollar una acción definida sobre el entorno, que modificará a éste de forma que pierda su carácter agresivo.

En todos los escalones del sistema nervioso existen sistemas de organización jerarquizadas: médula espinal, tronco cerebral, hipotálamo, sistema límbico, cortex. El sistema nervioso se reduce, a un circuito sensoriomotor que determina una respuesta motora a los estímulos procedentes del medio ambiente.

El cerebro permite al hombre representarse mentalmente al mundo y comunicar a sus semejantes para hacerlos partícipes de sus propias experiencias y transmitírsela por el lenguaje; un capital de informaciones que serían incapaces de adquirir por sí mismo a lo largo de su propia vida.

El comportamiento agresivo ha sido estudiado gracias a la observación de las costumbres de los animales y los experimentos sobre éstos¹⁰⁵.

Los comportamientos agresivos en el animal son esencialmente aquellos con lo que tienden a provocar la huida de otro animal o menos frecuentemente su destrucción. Ello no implica forzosamente un combate sino que suelen conseguir la meta, en el comportamiento animal, la agresividad no implica siempre una hostilidad.

En los humanos los expertos distinguen dos categorías de agresión. La “normal” la que está dirigida contra un amigo, y la “anormal” o sea la que está dirigida contra un enemigo o una persona amada. Se ha encontrado que los accesos de furor excesivo, el descontrol episódico es consecuencia de microdescargas eléctricas del cerebro (paroxismos) localizadas en el área denominada sistema límbico el cual está alojado en el lóbulo temporal del cerebro, recientes estudios han mostrado, que en este lugar, donde se asientan las bases biológicas de las emociones y otras funciones vitales como: apetito, sueño, agresividad, sexualidad, así como de los procesos de memoria tanto de corto como de largo plazo.

Se describe el descontrol como periodos de intensa ira “desencadenada por situaciones triviales y acompañadas de violencia verbal o física desmedida o desproporcionada”. En la mayoría de los casos quienes lo padecen al terminar éste, no recuerdan lo sucedido y por el contrario antes de este descontrol cerebral son personas con “carácter agradable y cordial”.

A pesar de lo anterior no se ha podido relacionar este descontrol cerebral con el hecho de ser victimario o víctima de castigo físico, pese a que en investigaciones más recientes se ha demostrado que los castigos sufridos en la niñez constituyen un importante factor de riesgo en cuanto a la conducta violenta en hombres adultos. No es posible explicar cómo un trastorno cerebral lleve a una persona a atacar “solamente” a las mujeres amadas y a sus hijos.

¹⁰⁵ Whayley Sánchez, Alfredo. *Violencia intrafamiliar, causas biológicas, psicológicas, comunicacionales e interaccionales*. Editorial Valdez, México 2001 p. 67-69

Con respecto a la capacidad intelectual de los cónyuges violentos no se ha podido correlacionar ésta con la capacidad de ser violento como lo demuestran las diversidades de cónyuges golpeadores y sus actividades tan distintas y heterogéneas, por todo ello no se puede *culpar* al cerebro de la *selectividad* que éstos cónyuges tienen contra sus esposas e hijos. Se debe acudir a la multicausalidad¹⁰⁶.

Las posturas instintivas defienden la tesis de que nacemos con un componente de agresividad innata, que se manifestarán de distintos modos.

Ashley Montagu¹⁰⁷, subraya la diferencia entre la agresividad animal, que está vinculada a configuraciones instintivas específicas, tales como la defensa del territorio, la auto conservación o la reproducción de la especie, y la agresividad humana.

Desde la ***perspectiva psicológica*** se asume que la persona violenta tiene un problema psicológico o psiquiátrico y por esta razón utiliza la violencia para tratar de comunicarse.

La explicación psicológica común argumenta que la persona sufre de una disfunción psicológica que lo hace sentir vulnerable, inseguro y con baja autoestima, por lo cual tiene que sobre compensar mediante la violencia, al enfrentarse con su pareja o hijos para afirmarse en valor y poder. En diversas ocasiones se considera que la conducta violenta es sólo resultado de la influencia de su historia y que él es una parte pasiva del proceso.

Por último tenemos la explicación desde la ***perspectiva de género***, que argumenta que la violencia tiene objetivos muy específicos que no necesariamente tienen que ver con la supervivencia del individuo. Cuando se es violento, el objetivo es tener a la víctima bajo control para obtener beneficios, es una forma de imponer la esclavitud de una persona que le sirva a otra. Tras estas descripciones se puede decir que la violencia es el resultado de la interacción entre la agresividad natural sin embargo no es justificable.

¹⁰⁶ Op.Cit

¹⁰⁷ Montagu, A. *La naturaleza d ela agresividad humana*, Madrid, Alianza, 1978.

Características de la violencia

Se culpa a las personas agredidas con argumentos tales como: “a las mujeres le gusta el maltrato” y “se lo merece por lo que hizo”, o naturalizan la violencia con sentencias tales como: “así es la vida”, “quien te quiera bien, te hará llorar”, “te pega porque te quiere” y “de otra manera no entiende” y como a todo mundo le parece normal que haya sufrimiento, difícilmente las personas maltratadas pueden tener otra opinión del problema y de sí mismas

Los actos de violencia son cíclicos y recurrentes. La intención es dominar, someter y controlar. Se dice que el agresor tiene falta de control de impulsos, inseguridad, inmadurez, necesidad de reconocimientos y afecto e incapacidad de resolver los conflictos asertivamente. En todos los casos es un ejercicio de poder, ya sea para reestablecer el dominio o perpetuar el control de una persona sobre otra, y la violencia se agrava cuando el agresor consume alcohol y otras drogas¹⁰⁸.

De acuerdo con *Martínez Escudero*¹⁰⁹ el maltratador utiliza estrategias para conseguir el control sobre la mujer, partiendo del abuso psicológico, difícil de percibir, de acuerdo con la autora son características restrictivas, controladoras que disminuyen la capacidad de decisión y autonomía de las personas (celos, control de la ropa, amistades, actividades, horarios, etc.), y que a su vez producen dependencia y aislamiento.

Por lo general son las mujeres las que se encuentran inmersas en estas conductas y las admite como manifestaciones de interés y amor, no percibiéndolas como agresivas, desarrollando de esta forma una situación de indefensión y vulnerabilidad algunas de las *estrategias utilizadas son:*¹¹⁰

- *Aislar a la víctima* de todo contacto social, de su entorno familiar y de sus amistades, controlando sus salidas y actividades, y desvalorizando a su familia. Ésta es la táctica mas nociva que el maltratador puede utilizar, ya que aumenta la

¹⁰⁸ Fernández Cáceres, Carmen. *Violencia familiar y adicciones. Recomendaciones preventivas*. Centros de Integración Juvenil. México, Distrito Federal. 2007. P. 70

¹⁰⁹ *Malos tratos: detección precoz y asistencia en atención primaria*. México, 2005, Ars. Médica.

¹¹⁰ Martínez Escudero, María Vega y Oscar Fernández Rodríguez. *Malos tratos: detección precoz y asistencia en atención primaria*. México, 2005, Ars. Médica.

dependencia respecto a él e impide que la mujer compare comportamientos o pida y reciba ayuda.

- *Intimidación* a través de amenazas, gritos, destrucción de objetos personales y, si es necesario, con golpes.
- *Desvalorización personal* mediante humillaciones e insultos que producen inseguridad y disminución de la autoestima, y que destruyen la confianza de la víctima en sí misma.
- *Hacer pequeñas concesiones* que crean una gran dependencia emocional en la víctima porque son las únicas fuentes de afecto y de relación.
- *Culpabilizar* a su mujer de todo lo que sucede y, al mismo tiempo, hacerse la víctima, provocar pena y recurrir a chantajes emocionales que hacen que la mujer llegue a dudar de su responsabilidad y le impiden tomar conciencia de ser víctima de malos tratos.

Ámbitos de expresión de la violencia

La violencia se reproduce en forma de cascada, desde lo macrosocial (la cultura, el sistema de creencias, la ideología, la concepción de género, etcétera), hasta en escenarios microsociales (la familia, las relaciones interpersonales entre los hijos y sus iguales, etcétera)

En algunas familias, aun cuando la violencia está presente, no se habla de ella, por un encubrimiento intencionado o por una ausencia de alarma; es decir, que aparentemente la situación no causa incomodidad. Sin embargo, sus miembros van enfermando gradualmente y ese “malestar” se manifestará en alteración del estado emocional o en la aparición de diferentes padecimientos físicos. Es importante estar alerta a cualquier manifestación por mínima que parezca.

La violencia es estructural porque las condiciones económicas, políticas e históricas, marcan la desigualdad social, que se concreta en la falta de empleo, la inseguridad social, el consumo de drogas, la falta de servicios, las condiciones de marginación y vulnerabilidad, las enfermedades y la delincuencia. La violencia se produce y reproduce en las instituciones, los ámbitos comunitarios, la escuela, los medios de difusión, la familia y en hombres y mujeres.

La violencia familiar es un reflejo de la violencia estructural que se traduce en las relaciones asimétricas de las personas.

En la familia se reproducen modelos que toman los hijos de los padres o cuidadores como formas de relacionarse para conseguir sus fines y resolver sus conflictos.

Los niños y niñas que presencian actos violentos (padre y madre que se pelean, gritos o golpes) y/o que sufren directamente golpes, humillaciones, abusos sexuales, por parte de los integrantes de la familia son víctimas silenciosas, que al no recibir atención profesional pueden llegar a ejercer violencia.

La violencia en la pareja se reproduce en forma cíclica con conductas violentas que pueden pasar como problemas naturales y justificados de toda pareja, pero que no lo son. Las consecuencias y los daños de la violencia en la persona que la sufre, son muchos, tanto físicos como emocionales. Algunas personas que sufren violencia pueden consumir psicofármacos y alcohol a escondidas en un intento de mitigar su malestar y soportar esa relación. Además, pueden desarrollar otros trastornos como depresión, insomnio, estrés, angustia, ansiedad, etcétera. Los hijos también pueden llegar a abusar y ser dependientes del alcohol y otras drogas, para llamar la atención de los padres que tienen relaciones violentas, como una manera de manifestar el conflicto que viven al ver a sus padres en constantes peleas y disputas para huir de su realidad y descargar toda su tensión, dolor y sufrimiento. Además, pueden desarrollar trastornos del sueño, depresión, dependencia a las relaciones de pareja, sentirse culpables de la situación, etcétera.

El ciclo de la violencia

Leonor Walter¹¹¹ describió el patrón cíclico que sigue la violencia, para explicar cómo se produce y mantiene la relación de maltrato, el ciclo se desarrolla en tres fases:



1. Acumulación de tensión
2. Fase aguda de la agresión
3. Fase de luna de miel

1. Acumulación de tensión: esta fase se caracteriza por la acumulación de tensión en las interacciones, es un periodo de agresiones predominantes psíquicas y amenazas e intento de golpes, en el que las mujeres niegan la realidad de la situación y los hombres incrementan la opresión, los celos y la posesión, creyendo que su conducta es legítima.

En esta fase se presentan cambios continuos en el ánimo del agresor causados por sentimientos de frustración, la mayoría de los agresores pasan por un proceso donde el temor y el sentimiento de indefensión se intensifican tras la fachada del malhumor y preocupación, el temor se acompaña de una sensación desagradable llamada excitación aversiva.

Se trata de un estado de molesta excitación: el individuo se presenta agitado, tenso, frenético, se siente dominado por una fuerza interior; en estos casos el agresor también se aterroriza por la idea de que su familia lo abandone, pese a eso no reconoce que necesita a su familia para definirse a sí mismo, le asusta la idea de pensarse solo y este proceso se conoce como dependencia encubierta.

¹¹¹ Martínez Escudero, María Vega y Oscar Fernández Rodríguez. *Malos tratos: detección precoz y asistencia en atención primaria*. México, 2005, Ars. Médica, p.20.

En esta fase la víctima utiliza estrategias para eludir la agresividad, tales como minimizar o justificar agresiones leves que son interpretadas como aceptación de autoridad por parte del agresor, sin embargo las repeticiones de los eventos leves van generando mayor acumulación displacentera que es la que da lugar a la segunda fase del ciclo.

Esta relación, definida por el control sobre los hechos, tiende progresivamente a debilitarse a favor de un nivel cada vez mayor de tensión. Hombre y mujer se encierran en un circuito en el que están mutuamente pendientes de sus reacciones.

<i>Persona violentada</i>	<i>Persona que ejerce violencia</i>
Tiene enojo, desesperación, tensión, miedo, vergüenza, disgusto y depresión. Se siente humillada y que recibe un trato injusto.	Tensa, frustrada, a disgusto y celosa.
Se comporta de manera cuidadosa, sumisa y trata de disminuir el enojo o la frustración de su pareja.	Su comportamiento es explosivo, iracundo, posesivo, dominante, exigente, irritable y utiliza el silencio para controlar.
Tiende a reprimir la expresión de sus sentimientos o puede que inicie el consumo de alcohol o drogas para evadir o ignorar la situación.	Puede consumir alcohol y otras drogas.

2. Cuando la tensión alcanza el punto máximo, sobreviene la fase 2, fase de explosión violenta, caracterizada por el descontrol y la inevitabilidad de los golpes. Las mujeres se muestran sorprendidas frente al hecho que se desencadena de manera imprevista ante cualquier situación de la vida cotidiana, por trivial que fuere.

En esta fase aparece la violencia física o sexual de manera incontrolada y destructiva, la víctima no intenta evitar las situaciones desencadenantes de la violencia y sólo espera que pase lo más pronto posible. La intensidad de la ira no guarda relación con lo que provocó, el agresor actúa como si su vida estuviera amenazada así que su excitación y furor explotan y agrede a la víctima.

Algunos autores señalan que esta fase puede durar varios días y es controlada totalmente por el agresor.

<i>Persona violentada</i>	<i>Persona que ejerce violencia</i>
Se siente asustada, atrapada, inútil y paralizada ante la violencia.	Presenta enojo, ira, disgusto, celos o frustración.
Trata de protegerse o aparentar que esta inconsciente, busca responder a los golpes o comportarse sumisa, intenta huir o buscar ayuda.	El comportamiento es peligrosamente violento, castiga duramente, sus acciones tienen un marcado intento de herir o asesinar, está fuera de control y es irracional.

- La fase 3 es radicalmente la opuesta a la 2, denominada fase de luna de miel se distingue por una conducta de arrepentimiento y afecto después de que ha estallado la violencia y se ha disipado la tensión. Esta etapa tiene una variedad de conductas, desde la negación de lo ocurrido hasta las tentativas de expiación y las promesas de cambiar. El principal sentimiento que predomina en esta fase es el arrepentimiento y la culpa, se llegan a elaborar promesas de cambio del agresor para que ya no ejerza violencia.

Se renuevan los sentimientos de amor vividos como una nueva oportunidad donde la víctima le cree o le quiere asumiendo como su responsabilidad la continuidad de la relación familiar, la víctima también cree que la conducta que presenta su agresor durante el arrepentimiento representa su verdadero sentir. Esa conducta le ayuda a considerar el potencial de la relación y apelar a la necesidad de redimirlo. En esta fase el agresor otorga todo el poder a la víctima. La fase de arrepentimiento no dura para siempre, concluye cuando el agresor vuelve a sentirse ansioso y vulnerable, así que el próximo episodio violento comienza a generarse.

El presente ciclo se interpreta en función de los cambios que se producen en la pareja a lo largo del tiempo. Puede ocurrir que el ciclo se presente varias veces a lo largo del día. Luego, tarde o temprano, todo recomienza y la fase 1 vuelve a escena.

Persona violentada

Siente enojo por lo sucedido, tiene sentimientos de culpa y esperanza.

Inventa excusas para el agresor, trata de resolver o prevenir futuros incidentes, espera y cree que el cambio será duradero.

Persona que ejerce violencia

Remordimiento, olvida el grado de violencia, no tiene la habilidad de entender por qué su pareja se siente molesta y siente inseguridad y miedo de perderla.

Se siente apenada después de cometer el abuso (por lo menos las primeras veces), pide perdón, llora, promete cambiar, es amable, buena pareja y padre. Admite que lo ocurrido estuvo mal. Esta actitud suele ser convincente porque en ese momento se siente culpable, siente que la otra persona tiene el poder.

Hace obsequios o pide perdón, culpa al alcohol y a otras drogas de sus actos, o bien, a otras personas o a la vida por sus acciones abusivas.



De acuerdo con María Martínez Escudero (2005) a medida que pasa el tiempo, la duración de las fases de tensión y agresión suele aumentar, mientras que la de reconciliación disminuye o es inexistente. Si el ciclo no se rompe, las agresiones se repetirán cada vez con mayor frecuencia e intensidad y aumentará de gravedad y el riesgo para la mujer.

Las principales características detectadas que inciden en la violencia constituyen en ser un rasgo repetitivo o cíclico y el incremento tanto en magnitud como en frecuencia de repeticiones y que se presentan no obstante el deseo del agresor de no repetir el evento

violento. Estos elementos son indicadores de que se requiere una intervención externa para poder prevenir o detener la emisión de la violencia.

El abuso emocional, que acontece en la fase 1 del ciclo de la violencia, es un acto de abuso psicológico manifestado a partir de comportamientos que atacan o injurian la dignidad de otro sujeto. Su presencia establece una forma de control y dominio por parte de uno de los miembros de la relación sobre otro u otros.

Este tipo de abuso puede adoptar formas directas o indirectas de expresión, el abuso emocional puede generar síntomas invisibles en lo inmediato y huellas graves en lo inmediato o mediato.

Las parejas que mantienen este modo de relación repiten una y otra vez un circuito, en este caso emocional. Es posible también hablar de la circularidad de la violencia emocional, de la que también podemos describir tres fases: acumulación de tensión, estallido y periodo de calma, en el que surgen la seducción y la convicción de que los episodios no van a volver a ocurrir¹¹².

Las consecuencias del abuso emocional se exteriorizan básicamente en cinco estados, pueden ser en su totalidad o parcialmente, según las diferentes situaciones y circunstancias, entre otros Cecilia Grossman, nos menciona los siguientes¹¹³:

- *Confusión*: tensión, incertidumbre, parálisis.
- *Duda*: negación, pérdida de seguridad y de autoestima, culpa, disonancia cognitiva.
- *Stress*: palpitations, opresión, dificultad para respirar, fatiga, insomnio, irritabilidad, dolor de cabeza, desorden estomacal, ansiedad.
- *Miedo*: desconfianza, estado de alerta, obediencia, sumisión.
- *Aislamiento*: soledad, vacío, dificultad para la comunicación con otros.

La persona afectada por la violencia (víctima), tiene creencias muy arraigadas que inconscientemente reproduce como características de su personalidad como son la

¹¹² Groosman, Cecilia P y Silvia Mesterman. *Violencia en la familia: la relación de pareja: aspectos, sociales, psicológicos y jurídicos*. Universidad, 2005. Buenos Aires. P. 101

¹¹³ *Violencia en la familia: la relación de pareja: aspectos, sociales, psicológicos y jurídicos*. Universidad, 2005. Buenos Aires. P. 107

incondicionalidad, el amor (lo hago porque lo quiero), el poder (disminución del poder propio), la disminución de propio valor y la disminución del registro de malestar.

Cuando el ejercicio del poder (poder se refiere a la capacidad de hacer y actuar, produciendo efectos) deviene abuso de poder, la relación de dominio es al que se instala y constituye el común denominador de todas las manifestaciones de la violencia interpersonal.

Es importante destacar que parte considerable de esta problemática social deviene del hecho de que hemos sido educados y educadas con una concepción sexista en la cual los ideales de hombre y mujer construidos social e históricamente, censuran, vigilan, castigan o reconocen los comportamientos desde que son niñas y niños, como característica del poder, ejecutadas por los hombres y las mujeres¹¹⁴.

Esta problemática social no resuelta se remonta a épocas anteriores, sin embargo en las últimas décadas la sociedad está interesada en poner de manifiesto este fenómeno por diferentes razones, por ello es necesario tener en cuenta el papel de las y los pedagogos como promotores de la educación contra la violencia en las relaciones interpersonales y coadyuvar en prevención para la erradicación, identificación y tratamiento de esta problemática social desde una perspectiva pedagógica. Este contexto y recapitulación de información de la violencia, nos permitirá abordar el tema Violencia en el Noviazgo en el próximo capítulo.

La propuesta de taller para adolescentes busca describir puntualmente las características de la violencia en el noviazgo que se dan en nombre del amor y por ello no se identifican o simplemente se ignoran. De esta manera se podrá analizar la dinámica, las causas y consecuencias de esta problemática social, para llevar a cabo la labor pedagógica brindando la información y prevención necesaria al respecto.

¹¹⁴ Blanca Aguilar Plata, Tapia Campos Martha. *La violencia nuestra de cada día* Comunicación Política Editores & Plaza Valdez y Editores. México 2006 p. 133

Capítulo IV

Violencia en el noviazgo

Violencia en el noviazgo

El noviazgo nos remite a la idea de que es la etapa donde las parejas únicamente viven dicha y felicidad, es decir se trata de un periodo de enamoramiento y satisfacción, por lo que las conductas violentas suelen pasar inadvertidas.

El noviazgo o inicio de relaciones amorosas se presenta durante la adolescencia, etapa donde la mayoría de los seres humanos se encuentra en la “búsqueda” de la aceptación de sus pares, en el conocimiento de sí mismo y de aquéllos que lo rodean, compañeros de la escuela, vecinos, etcétera.

La adolescencia es una época de cambios no es suficiente la manifestación afectiva de la familia; se requiere establecer relaciones con otras personas. De un momento a otro los adolescentes se encuentran involucrados emocionalmente. Lo ideal es que sean felices mientras dure esta relación, sin embargo, también en el noviazgo puede existir violencia.

Comúnmente cuando se habla de violencia de pareja, casi siempre se piensa en un matrimonio que convive cotidianamente; desafortunadamente, la violencia también existe en las relaciones de noviazgo y puede ocurrir desde la primera cita o varios meses o años después y ser el inicio de una vida en pareja marcada por el maltrato.

La mayoría de las veces la conducta violenta es ejercida por un hombre hacia una mujer y es muy difícil que quien la padezca o la ejerza la perciba, debido a que se confunde con una expresión de interés y amor.

Al igual que en la violencia de género, también existen diversas maneras de manifestarse en el noviazgo, entre las que destacan, el control de las actividades del otro, los celos, las exigencias, las amenazas, la prohibición de actividades, la vigilancia sobre la forma de vestir, el obligar a la pareja a tener relaciones sexuales, el inducirla al consumo de drogas y los golpes o empujones.

La violencia en el noviazgo se encubre y justifica con afirmaciones tales como: “Es posesivo porque te quiere”, “no te controla, te cuida”, “no es celoso, teme perderte”, “si nos casamos, cambiará”, “los hombres son violentos por naturaleza”, “le pegó porque estaba borracho”; por tratarse de una relación de noviazgo entre adolescentes, suele pensarse que “es cosa de la edad”. Es importante dejar claro que nada justifica la violencia, en ninguna circunstancia; el amor no debe estar asociado con el sufrimiento. Pensar que con el tiempo el agresor cambiará es falso, nadie cambiará a petición o por necesidad ajena.

Por mucho que en la adolescencia las personas se sientan “enamoradas”, deben revisar la forma de relacionarse; por ejemplo, reflexionar en la manera de compartir y organizar tiempos, estudios, necesidades, intereses de ambos; todos son importantes, no sólo los de alguien en particular.

En esta etapa de conocimiento mutuo, la unión de una pareja está marcada por sueños, intereses y proyectos comunes; la violencia en este periodo detiene cualquier meta, limita la acción y la calidad de vida se ve disminuida cuando existe maltrato.

El noviazgo

Durante la adolescencia los jóvenes buscan una imagen idealizada del amor y del sexo, y además sienten que se afirman como adultos. Desde niños han observado a través de los medios de comunicación y de los casos de la vida real, que en su mayoría los adultos forman parejas, y ellos por el deseo de llegar a la adultez, también desean tener una pareja, e incluso en ocasiones tienen comportamientos de intimidad sexual para los que no están preparados, porque todavía no alcanzan un crecimiento, conocimiento y maduración personal.

Desde una visión romántica el noviazgo se considera una relación de pareja que se vive durante la juventud, que es aceptada, acordada y socialmente reconocida para experimentar e intercambiar no sólo palabras dulces y buenos sentimientos, sino también deseos y caricias erótico-sexuales; relación que puede concluir cuando no cumple con las expectativas de las y los involucrados, o bien transformarse en un compromiso de mayor duración. Para algunas personas, el noviazgo constituye la antesala de la unión civil o consensuada.

La palabra noviazgo proviene del latín “novus” *nuevo*. Las relaciones sentimentales surgen a partir de la adolescencia como resultado de la maduración sexual y psicológica. La sensación de estar enamorado puede o no corresponder a la realidad. El festejante, la niña cortejada, forman parte del aprendizaje gradual de la vida en pareja, de sus acontecimientos y particularidades¹¹⁵.

Por definición, el noviazgo es una etapa transitoria, no es para siempre, como el matrimonio. Durante este periodo, si se confirma la elección, también se pueden consolidar las bases para el matrimonio.

Es un periodo variable en el cual una pareja, después de la elección mutua, se conoce en aspectos sustanciales de la personalidad de cada uno. Para ambos, la pareja elegida es ese “alguien especial” en quien encuentran cualidades que le atraen y que no ve en otras personas; estas cualidades hacen nacer una simpatía mutua que deriva en afecto y amor.

Para las y los jóvenes, el noviazgo tiene como finalidad principal el conocimiento mutuo en casi todos los aspectos. Cada encuentro nuevo significa un aprendizaje del rol sexual opuesto y de las características psicológicas anheladas, en quien se busca como el compañero para determinados momentos de la vida. El noviazgo ofrece problemas específicos, que la sabiduría resultante de haberlos vivido y de haberlos observado en los demás permite analizar y resolver¹¹⁶.

¹¹⁵ Castro Pérez, Roberto. *Encuesta sobre la dinámica de las relaciones en el noviazgo entre las estudiantes de bachillerato y preparatoria de una escuela privada, 2006. Marco teórico, diseño metodológico y resultados*. Instituto Nacional de las Mujeres. Pp.68

¹¹⁶ Soifer Raquel. *¿Para qué la familia?* Ed. Kapelusz p. 45

Muchas personas confunden amor con necesidad o costumbre. Este pseudoamor se funda en las ventajas que el otro pueda proporcionar y dura mientras duran estas. Quien se casa con la belleza o con la riqueza exclusivamente, cuando éstas se pierdan, experimentará que también el amor se acaba, pues no fue sustentado sobre bases sólidas. En la práctica, algunos jóvenes creen que el deseo es amor; dicen: “Cómo me ama...”, “Se sacrifica tanto por mí...”, “Es tan cariñoso(a)...” ¿Cómo un joven o una muchacha pueden saber lo que es el amor si confunden amor con deseo? Para responder a esta pregunta es necesario analizar la personalidad de su pareja, ver que sea tal como el novio o la novia percibe a su compañero (a) y no sólo esté tratando de mantener una imagen que no concuerda con la realidad. “Si es así con todos y no sólo contigo, llevas ventaja”, podemos responderle¹¹⁷.

La afinidad no es sinónimo de amor. El pasarla bien, divertirse y ser amigos, no es amor, es parte del amor, igual que la atracción sexual, que es parte importante pero no es todo. Debe haber afinidad de convivencia para poder compartir una vida común, tener una educación similar y valores comunes, ideales y metas semejantes. Es necesario analizar si los novios son afines en varios aspectos o sólo les gusta estar juntos para algo específico. “Ser muy buen bailarín, simpático en las fiestas o besar muy bien”, no es suficiente argumento para comprometerse en una relación de convivencia plena.

El enamoramiento suele idealizar; la experiencia emocional es intensa y el sentimiento, por definición voluble. El verdadero amor, en cambio, es el que está dispuesto al compromiso y la aceptación plena de la otra persona.

¹¹⁷ Casas, María de la Luz. *Hablemos con los jóvenes: guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros*. México, Trillas 1998. P 21 y 22.

El noviazgo fundado sobre las bases equivocadas¹¹⁸

Para algunos novios es difícil realizar un proyecto adecuado, por una o varias de las siguientes causas:

1. Admiración que no es amor: cuando se da la idealización de algunas cualidades.
2. Compasión: cuando se involucran personas inseguras que obtienen seguridad protegiendo a otro.
3. Culpa: “si terminamos se suicida”.
4. Considerarse el “salvador (a)”: “yo lo voy a cambiar”.
5. Pensar que es la última oportunidad.
6. Miedo a la soledad: se debe enseñar a las personas a estar solas para que no se involucren en una relación sólo por miedo a la soledad. “El que no sabe estar solo, no sabe estar acompañado”, dice un dicho.
7. Atracción sexual: exclusivamente centrada en los atributos físicos y en el placer.
8. Ser salvado de determinadas circunstancias que se juzgan como negativas; por ejemplo, cuando se desea huir del hogar paterno, por los conflictos y problemas que se dan en él. Ó salvar al otro de tales circunstancias.
9. Diversión o pasatiempo.
10. Interés económico o de convivencia social o utilitarista.

Algunos noviazgos se viven de manera cercana y profunda, en los que impera ya la regla de la fidelidad mutua; otros, en cambio son vínculos abiertos establecidos entre sí, de común acuerdo, sin compromisos: los llamados “frees”¹¹⁹.

Un noviazgo incluye compromisos, sentimientos, deseos y ganas de compartir con una pareja, de forma cotidiana; en cambio, un free es una relación que no está basada en sentimientos, sino en el gusto y el disfrute de ratos que se comparten de mutuo acuerdo, sin compromisos en esa relación.

¹¹⁸ Op. Cit

¹¹⁹ Castro Pérez, Roberto. *Encuesta sobre la dinámica de las relaciones en el noviazgo entre las estudiantes de bachillerato y preparatoria de una escuela privada, 2006. Marco teórico, diseño metodológico y resultados.* Instituto Nacional de las Mujeres. Pp.68

Un free tiene reglas que la personas acuerdan de forma explícita o implícita; o sea, determinadas reglas habladas y acordadas previamente, tales como¹²⁰:

- No hay obligación de llamarse por teléfono
- No hay compromiso
- No hay que pedir, ni dar cuentas, ni cuestionar a la otra persona.
- No hay planes a futuro, ni proyecto de vida juntos.
- No existe amor, ni celos.
- Hay plena libertad de salir con más personas.
- Es una relación ligada a la atracción, al deseo y al gusto de estar juntos.

En algunas ocasiones la relación free puede convertirse en noviazgo y entonces la pareja tiene la posibilidad de acordar una nueva forma de relación, siempre y cuando ambos estén de acuerdo.

Las etapas del enamoramiento¹²¹

El proceso de enamoramiento tiene las etapas siguientes:

1. *Trastorno de la atención.* Cuando toda la atención se vuelca sobre la otra persona y no podemos pensar más que en ella.
2. *Cristalización.* Se le atribuye a la otra persona todo el bien y todo lo bello. Al haber correspondencia, el amor hace surgir lo mejor del otro.
3. *Admiración.* Al descubrir la realidad y el verdadero ser de la otra persona, se da el verdadero conocimiento del tú. Hay que admirar a la persona por lo que es y no por lo que se cree que va a ser.

¹²⁰ Delgado Ballesteros, Gabriela. Et.Al, *Tu futuro en libertad. Por una sexualidad y salud reproductiva con responsabilidad.* 2008. Gobierno del Distrito Federal. México. P 31.

¹²¹ Casas, María de la Luz. *Hablemos con los jóvenes: guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros.* México, Trillas 1998. P 21 y 22.

4. *Trastorno del tiempo* El tiempo vuela junto a la otra persona, se ve la vida como un suspiro. Es el querer compartir la intimidad sin alcanzar el tiempo para hacerlo. Lo emocional debe basarse en la realidad, pues la verdad del amor exige la objetividad en el conocimiento del otro.

En el enamoramiento no se concibe la vida sin el otro, no hay proyectos sin que aparezca el otro, lo cual sienta las bases del compromiso: “Para siempre, contigo, sólo contigo”. Para el enamoramiento ese proyecto se asume como un compromiso, el proyecto de ser feliz y mejor no puede concebirse sin la otra persona, pues sin ella no tendrían sentido la vida ni la capacidad de encontrar la felicidad.

Una vez descritas las concepciones del noviazgo en la adolescencia, resulta importante retomar de Ernesto Rage Atala acerca de los tipos de relaciones interpersonales que pueden darse en los seres humanos que son las siguientes:

Patrones de atracción de parejas¹²²

Relación nutriente: madre-hijo

En esta relación el hombre “débil” –tipo hijo- ha escogido inconscientemente a una mujer “fuerte” –tipo madre-. Este rol permite a la mujer asumir el papel parecido al que su propia madre jugaba y no requiere gran ajuste creativo. Ella atiende, toma las decisiones, distribuye el dinero y planea el futuro. Su vida consiste en dedicarse por completo a su pareja.

El hombre se siente cómodo protegido y bien cuidado. No toma decisiones porque todo se lo deja a la mujer. Se conforma con ser un hijo sumiso y obediente.

¹²² Ernesto J. Rage Atala. *La pareja elección, problemática y desarrollo*. Universidad Iberoamericana. Plaza y Valdéz. México. 1996. P. 98-107

Relación apoyadora: padre-hija

Esta relación (daddies and dolls) es una relación de dependencia. El hombre juega el papel fuerte y la mujer el débil. Se puede considerar una distorsión cultural de masculinidad y feminidad. Está tomada de la obra de Ibsen "*Casa de muñecas*". El hombre parece ser inteligente, encantador, ecuánime, mundano, exitoso, tener el control de todas las situaciones. La mujer, en cambio, aparece en su "regazo" aceptando su ayuda y dirección. No es una persona, sino un juguete valioso.

No obstante, la mujer controla la relación exagerando su dependencia y aparente debilidad. En realidad es una persona fuerte. Ha aprendido a manejar sus sonrisas, llantos y pataletas. Esto le permite lograr una posición de verdadero poder. Se involucra poco sexualmente.

Relación retadora: arpía-buenazo

Esta relación está basada en los escritos de *James Thurber*. Quien mostraba el consiguiente malestar del hombre contemporáneo obligado a vivir en un mundo ajeno y confuso, la tenaz lucha entre hombres y mujeres que desemboca en la idea del matrimonio como "estado de guerra no declarada" entre ambos sexos. Es el prototipo de las relaciones americanas desafortunadas e infelices. La mujer exagera su expresión de coraje y niega su vulnerabilidad. En cambio el buenazo exagera su expresión de amor y niega su asertividad. Se puede decir que es una relación tipo matriarcal.

En el caso de las mujeres la hostilidad y el coraje son las defensas respecto a la vulnerabilidad que sienten en el amor. Temen ir demasiado lejos por miedo a que su pareja vaya en busca de una mujer más joven y atractiva. Necesitan al hombre para enfrentar sus crisis.

Relación educativa: amo-sirviente

Es la relación entre un hombre tirano con una buena chica. Se basa en la obra "*Pigmalión*" de Bernard Show. Se presenta el hombre como fuerte y protector, que entrena a su débil e inculta pareja. La chica carece de identidad y proyecta su poder hacia el chico en forma

de idolatrado amor. El chico encuentra dificultad en expresar ternura, pero detrás de su arrogancia existe una dependencia hacia su fuerte y poderosa madre.

La relación confrontadora: los halcones

Esta relación está ilustrada en la obra de Edwards Albee. "Quién teme a Virginia Wolf". Es una relación competitiva, formada por dos personas fuertes. La competencia suple al amor. Cada uno de los miembros culpa al otro de sus propias carencias. Cuando el amor se va, llega la competencia.

Los halcones se destruyen uno al otro porque no pueden cicatrizar las heridas. La hostilidad de los halcones es un camuflaje desesperado que esconde el amor y la debilidad que nunca permitieron revelar.

El camino de la actualización es que el halcón se permita sentir esta herida y llegar al centro de su soledad personal, para que pueda emerger con un conocimiento de su necesidad de amor y su anhelo de darlo. Asimismo, saber qué significa ser realmente libre para amar, con fuerza y debilidad, para ser amado.

Relación acomodaticia: los palomos

Esta relación está tomada de la obra de C.S. Lewis. "Crewtape Letters". La filosofía es que las parejas jóvenes necesitan estar convencidas de que deben gastar el tiempo en luchar por agradarse mutuamente. Es una relación nula (nothing-nothing relationship). Son dos personas débiles que no tienen consistencia ni identidad.

Los palomos son manipuladores pasivos y usan la culpa como arma para controlarse mutuamente. Son víctimas de una cultura que les ha enseñado a ser educados y buenos a cualquier costo. La paz es más importante que los verdaderos sentimientos.

Los halcones expresan la hostilidad en forma violenta y duradera. En cambio, los palomos lo expresan en forma de agresión pasiva que crea una tensión casi permanente. Esta relación se la considera como la más desilusionante de todas: consiste en hacer la parte perfecta del amor sin haberlo experimentado. No le debe nada a nadie: el ser suficientemente libre para dar a otra persona, no es una deuda, sino una satisfacción.

La relación rítmica

El autor propone una visión reformada del matrimonio. Esto significa un cambio radical de las actitudes en el hombre y la mujer. En otras palabras, que le permitan, tanto al hombre como a la mujer, rechazar las limitaciones que le han sido impuestas por las instituciones que el ser humano ha creado. No se trata de quitar todos los límites, sino de crear aquellos que son sanos y que están encaminados a su crecimiento.

No existen la negación o exageración de las polaridades. Cada miembro es libre para moverse y ser realmente como es. Ambos miembros tienen su propia identidad o centro y son capaces de expresar fuerza y debilidad, enojo o amor. Existen inagotables cambios de ritmo y el matrimonio se convierte en un verdadero taller de crecimiento. Los conyuges no son ni dependientes ni independientes, sino interdependientes.

- a) Están en contacto continuo y expresan sus necesidades sin restricciones ni formulismos. Pueden ser el uno para el otro una gran cantidad de cosas: madre, hijo, muñeca, padre, sirviente... según las necesidades de la situación. Sin embargo, se mueven con fluidez de una situación a otra. Son amigos que se complementan, que se ayudan y que se quieren.
- b) Son dos personas fuertes que se vuelven más fuertes juntas. Se pueden nutrir mutuamente sin ser absorbidos el uno por el otro. Conservan su identidad y autonomía.
- c) Dentro de su fortaleza, dejan de culpar a sus padres, a la educación, a sus jefes, hijos o matrimonio por sus desgracias. En realidad se responsabilizan por ellos mismos.

El crecimiento y el cambio pueden ser fuertemente dolorosos y amenazantes por la responsabilidad que tienen que asumir. Muchas personas prefieren permanecer dentro del rol cultural aprendido en la infancia. Posiblemente es, en el fondo, el único modo de satisfacer a los padres y ser aceptados por ellos y por la sociedad en que se mueven, con lo que resulta ser una fuerte negación de sí mismo. Vivir en este rol es vivir con símbolos que nunca satisfacen.

Rage Atala, también retoma de algunos autores la secuencia de la relación de pareja como la que sigue¹²³:

Shostrom plantea que la relación de pareja tiene sus etapas, esto es, una secuencia en la relación. El autor habla de cuatro grandes dimensiones: *eros*, *empatía*, *amistad* y *ágape*.

1. *Dimensión del Eros*

Es la forma romántica del amor. En el noviazgo que está presente en el cortejo inicial con las caricias, besos, dependencia, peleas, etc. o se la debe confundir con la EPITHIMIA (deseo). Eros va más allá. Es algo transpersonal, cuyo fin es lograr la unión entre el amante y el amado. Los celos juegan un papel importante en el amor romántico.

2. *Dimensión de la empatía*

Esta etapa comprende una mayor madurez. Aparece la empatía, o sea la habilidad de sentir profundamente la separatividad, así como la naturaleza masculina y femenina de la pareja. Comprende compasión, aprecio y tolerancia por la personalidad del otro.

La parte manipulativa de la relación empática es cuando una persona asume la responsabilidad por el crecimiento y cambio de la otra persona y trata de relacionarse con el fin de lograr que el otro se sienta más masculino o femenino.

En su aspecto sano la empatía significa el aprecio de nuestra separatividad, así como la expresión única de nuestra masculinidad o feminidad. Esta relación tiene lugar en donde hay individuos que se respetan.

3. *Dimensiones de la amistad*

Busca incrementar los intereses comunes, con más tiempo para realizar actividades juntos. La parte manipulativa de la amistad es buscar absorber a su pareja para la satisfacción de sus necesidades. Los amigos se convierten en un objeto que da status o significado a las metas del individuo.

¹²³ Op. Cit.

Cuando existe el temor a la pérdida de su propia identidad, las personas manipuladoras se alejan de amistades que podrían hacer demandas personales. Uno de los signos sanos o de madurez en esta dimensión, es el profundizar en la identidad de cada uno, mientras se mantiene la intimidad. Esto supone la búsqueda de nuevos intereses con los cuales los dos puedan compenetrarse.

4. *Dimensión del ágape*

Es un amor que no requiere motivación. No busca para sí mismo, sino que es sanamente altruista. Busca llenar el vacío del otro más que el de uno mismo. Es un amor que ayuda, alimenta y que es propio de las personas maduras en su relación con las menos maduras. Es el amor de los padres a lo hijos pequeños. Es una relación cooperativa.

Tipos de amor

Eric Fromm, en su obra *El arte de amar*¹²⁴ habla sobre los distintos tipos de amor de los cuales de acuerdo con Rage Atala es importante mencionar:

A. El amor romántico

Tiene sus raíces culturales en la actualidad a través de innumerables cuentos de hadas, narrados en incontables formas, que son transmitidos por generaciones, y que los medios masivos de comunicación han recogido, adaptado y explotado a través del cine, T.V., revistas, novelas, etc. Gracias a esta situación se han alimentado los ensueños de las personas inmaduras, aficionadas al emocionalismo romántico.

El amor romántico se define como la proyección de las necesidades de un individuo sobre un objeto de amor. Es la búsqueda del compañero ideal. Este compañero ideal personifica todas las perfecciones y los atributos divinos que el propio individuo cree necesitar. Fromm, enumera algunas ideas erróneas o deformadas que ciertas personas tienen acerca del amor.

¹²⁴ Fromm, Erich. *El arte de amar*. Paidós. México. 1983. Pp. 128

- a) Ven el problema del amor principalmente más como de ser amado que de amar.
- b) Creen que amar es fácil, mientras que encontrar el conveniente objeto amoroso es difícil.
- c) Creen que el amor está más allá de la comprensión y que no pueden aprender a amar.

B. Amor maduro

Se produce después del conocimiento del compañero amado y de la experiencia con él. Puede surgir a raíz de un periodo de desilusión, de un amor romántico, del derrumbe de la ilusión amorosa idealizada, romántica. Fromm dice que la persona de desenamora porque no enamora el periodo de desilusión abriéndose camino a través de él hasta llegar a un nuevo concepto del amor, basado no en necesidades proyectadas, sino en una valoración de uno a otro como personas únicas y distintivas. El amor maduro más profundo es el llamado amor de ágape, a través del cual la persona da sin esperar a recibir.

Según Fromm, este amor comprende cuatro elementos básicos:

- a) La preocupación activa por la vida y el desarrollo de quien amamos.
- b) Responsabilidad creativa por las necesidades del otro.
- c) Respeto por el otro, capacidad de ver a la persona tal como es, de reconocer su individualidad particular.
- d) Conocimiento de uno mismo, del otro y de la naturaleza del amor.

C. El amor profano o falsificado

La falsificación del amor puede reconocerse cuando la relación es degradante, explotadora, posesiva, violenta, antisocial, irresponsable, sádica, masoquista...

Según Rage Atala los filósofos como los psicólogos han estudiado la naturaleza del amor, dicen que éste supone aprender a dar y a recibir amor, y que las necesidades del otro deben ser por lo menos tan importantes como las propias.

La violencia entre adolescentes puede ser algo de lo que no se habla. Los datos existentes en diversos países sugieren que el problema puede ser más prevalente de lo que se sospecha.

Como ya hemos planteado la violencia es una problemática social no resuelta que se da en todos los estratos sociales y culturales. Por lo general el agresor suele reducir la importancia de sus ataques o simplemente los niega, cuando no se dedica a culpar a los otros y, en particular, a la víctima de provocar sus agresiones.

Violencia en el noviazgo

La violencia en el noviazgo ha estado presente desde hace cientos de años. No corresponde a una determinada época, región, raza o cultura, como tampoco depende del grado de instrucción, posición social o económica. Es muy probable que esta problemática se dé a partir de un aprendizaje de conductas adquiridas en la familia, este tipo de aprendizaje se ve reflejado en las familias fuertemente jerarquizadas en las que el varón adulto ejerce poder verticalmente de la cultura patriarcal, esta puede justificar el uso de la violencia.

La violencia en el noviazgo, probablemente se deba a la repetición de patrones de conducta establecidos en la familia, en la cual puede reflejarse también violencia, que en la actualidad se presenta como resultado de ciertas conductas aprendidas durante la vida a lo largo de muchas generaciones. Dentro de la organización familiar existen características que facilitan la aparición del fenómeno violento, como son¹²⁵:

- Una organización jerárquica fija e inamovible, basada en la creencia, muchas veces explícita, en desigualdades naturales.
- Un sistema de autoridad en el que la distribución del poder se organiza en concordancia con las jerarquías, conformando relaciones de dominación/subordinación autoritarias.
- Una modalidad relacional, cercenadora de la autonomía, sólo en términos de funciones con relación a otras y sin posibilidad de recortar su propia identidad.

¹²⁵ Groosman, Cecilia P y Silvia Mesterman. *Violencia en la familia: la relación de pareja: aspectos, sociales, psicológicos y jurídicos*. Universidad, 2005. Buenos Aires. P. 97

- Fuerte adhesión a los modelos dominantes de género o estereotipo de género.

La sexualidad es una de las áreas más asociadas significativamente, con la violencia durante el noviazgo. Según los hallazgos de varios estudios, existe una correlación positiva entre mayor número de parejas y riesgo de sufrir violencia¹²⁶ Los actos de violencia de los adolescentes son moldeados sobre valores y patrones construidos con las ideas y conductas de los adultos a su alrededor.

Es trascendental tener en cuenta que en las relaciones de noviazgo en la adolescencia es donde se aprenden los roles que hombres y mujeres fungen en la vida de pareja por lo tanto es aquí donde podemos rastrear el inicio, desarrollo y consolidación de los mecanismos y las prácticas de opresión y subordinación, sin dejar de lado diferentes formas de violencia y control que de no ser identificadas y modificadas en el momento podrían funcionar para el resto de la vida.

Dado que una de las posibles causas de la violencia en el noviazgo es la repetición de conductas aprendidas en el hogar que reflejan violencia intrafamiliar, a continuación retomo las características de este tipo de violencia.

Según el Centro de Atención a Víctimas de Violencia Intrafamiliar de la Procuraduría de Justicia del Distrito Federal (CAVI), la violencia se define como “todos aquellos actos u omisiones que atentan contra la integridad física, psicológica o sexual de cualquiera de los integrantes de una familia¹²⁷”. También se incluyen los actos que lesionan la integridad psicoemocional de los individuos. Violencia conyugal es “toda conducta abusiva que se da en el marco de una relación, que habitualmente incluye la convivencia. Se entiende por conducta abusiva todo lo que, por acción u omisión, provoque daño físico y/o psicológico a la otra persona¹²⁸”. Cualquier acto que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para el ser humano, incluyendo las amenazas de dichos actos, coerción y/o privaciones arbitrarias de la libertad, que ocurren ya sea en la vida pública o privada. Estas formas de control y dominación sobre el otro, se reproducen cíclicamente y se van agravando en intensidad y frecuencia.

¹²⁶ Halpern et, al 2001

¹²⁷ Citado en Whaley Sánchez Jesús Alfredo *Violencia Intrafamiliar causas biológicas, psicológicas, comunicacionales e interaccionales*. Plaza y Valdés, S.A de C.V, México 2001 p. 22

¹²⁸ Corsi, Jorge. “Abusos y victimización de la mujer en el contexto conyugal”, en *Violencia Doméstica*. CIDHAL Centro para mujeres, Cuernavaca, Morelos, México, 1998, p.27

Es importante tener en cuenta que una relación abusiva puede darse desde la niñez, el noviazgo o en una unión.

En un estudio de las Naciones Unidas, se llegó a la conclusión de que “las agresiones físicas van acompañadas a menudo por la violencia sexual y la violación, cuyos efectos psicológicos quizás sean aún más graves que la violación cometida por un extraño, ya que entrañan una pérdida de confianza que se tenía en el agresor”¹²⁹, en la mayoría de los casos de mujeres maltratadas, la violencia comienza en el hogar con los maridos, padres, hermanos y tíos.

La Norma Oficial Mexicana NOM-190-SSA de 1999 define a la violencia familiar como el “acto u omisión único o repetitivo, cometido por un miembro de la familia, en relación de poder –en función del sexo, la edad o la condición física-, en contra de otro u otros integrantes de la misma, sin importar el espacio físico donde ocurra el maltrato físico, psicológico, sexual o abandono”¹³⁰.

En el Distrito Federal, la encuesta “Amor...es sin violencia”¹³¹ reporta que cinco de cada 10 mujeres han vivido violencia en sus noviazgos, mientras que 30 por ciento dijo optar por el silencio cuando tienen un conflicto con sus parejas, para no molestar al compañero o novio; 16 por ciento declaró haber sufrido agresiones verbales y/o físicas cuando tuvo algún conflicto con la pareja; y 15 por ciento manifestó que tuvo contactos físicos no autorizados en el cuerpo por parte de su pareja, o bien que ha sido presionada para tener relaciones sexuales.¹³²

En buena medida las dificultades nacen de la aceptación de prejuicios culturales acerca de la masculinidad, tales como *los hombres nunca lloran*, quienes maltratan a sus compañeras suelen creer que expresar emociones es un signo de debilidad incompatible con lo que ha de ser un hombre *de verdad*.

¹²⁹ Aguilar Plata Blanca, Martha Tapia Campos *La violencia nuestra de cada día* Comunicación Política Editores & Plaza Valdez y Editores. México 2006 p. 136

¹³⁰ <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/190ssa19.html>

¹³¹ Gobierno del Distrito Federal, 2005

¹³² Botello 2006

La víctima del maltrato infantil o juvenil es probable que se transforme en verdugo, cuando se trata de un varón. Pero cuando la víctima es una niña, lo probable es que, siga siendo víctima de malos tratos cuando alcance la fase adulta, que esto sea así se explica en parte por la aceptación de los roles sociales que la cultura tradicional adscribe a unos y otros.

Se define como víctima a una *persona que ha recibido una lesión física demostrable, deliberada, grave y repetida por parte de su compañero y que además tiene las siguientes características*¹³³.

➤ *Incondicionalidad*

Por la manera en que son socializadas, las mujeres aprenden a dar valor a actitudes de incondicionalidad hacia las necesidades de los otros. Esta disposición incondicional suele extrapolarse a otros vínculos como la relación de pareja.

Así es posible que no se detengan a examinar si están satisfechas o no con la conducta de su novio hacia ellas. Antes bien puede que crean que si ellas son suficientemente buenas, atentas, serviciales, si no lo irritan, si le hacen los gustos y no lo contradicen poniéndole condiciones, paulatinamente este trato va a ir operando como una educación adecuada y él, entonces sintiéndose cada vez mejor, va a ir convirtiéndose en el compañero ideal que ellas desean. Así la mujer piensa que su compañero cambiará la conducta abusiva.

➤ *Amor*

Algunos conceptos relativos al amor en la pareja, en la familia y en la relación entre las personas se prestan para apuntalar y justificar abusos.

Esto se advierte especialmente en las explicaciones escuchadas en cuanto a por qué una mujer aguanta esta situación de malos tratos y no le pone fin. La razón aducida por ella suele ser *porque lo quiero*. La cuestión es muy amplia, teñida de subjetividades y argumentalmente indiscutible.

¹³³ Whaley Sánchez, Jesús Alfredo. *Violencia intrafamiliar: causas biológicas, psicológicas, comunicacionales e interaccionales*. Plaza y Valdez Editores. México. 2001

¿Cómo consideramos el amor? Podemos confundir con la sensación de necesitar a alguien en cuyo caso es el centro de la emoción, sigue siendo el propio *self* dependiente del otro. O con la sensación de ser necesitado (a), con lo que, cuanto más señales demandantes o exigentes del otro, más queridos nos sentiremos.

➤ *Poder*

El que es abusado experimenta una disminución del poder propio. La noción del propio poder depende, en una relación, de los sujetos que intervienen por ella.

Es fácil y cómodo pensar que es masoquista o que le gusta que le peguen. Frecuentemente circulan estos argumentos que colocan el problema en el área de la patología individual de la mujer abusada, como una manera de explicar por qué no se va. Es difícil entender la lógica compleja, mezcla de sometimiento, delegación y anulación de la propia autonomía que puede mantener a mujeres adultas en estado de indefensión aprendida, de secuestro e incapacidad de alejarse de su pareja torturadora, cuando las causas no son las condiciones concretas de restricción económica para ellas, que la sociedad ni siquiera toma en cuenta.

Las mujeres temen que el poder les impida relacionarse plenamente con los otros, y la cultura tiende a denotar y sancionar a las mujeres que ejercen poder, a tal punto que el poder en manos femeninas se ve como negativo o no legítimo, cuando no es castigado.

Como se cultivan relaciones de amor y se participa de conversaciones que dan espacios a dudas y opciones benéficas para todos superando los acondicionamientos culturales no existe la violencia, sin embargo en aquellas donde las conversaciones están plagadas de dogmas y certezas, con lo cual las diferencias de poder generan abusos repetidos, que los protagonistas más o menos registran.

➤ *Disminución del propio valor*

En nuestra cultura, las mujeres gozan de menos valor, status y prestigio que los hombres y lo masculino.

Cada época necesitó formas nuevas de enmascarar las desigualdades de género. En esta época aparece la mística de las ventajas y los privilegios que otorgan a las mujeres los países desarrollados, o el argumento de que, en algunos de esos países, estas diferencias jerárquicas de género han sido totalmente superadas.

➤ *Disminución del registro de malestar*

En las relaciones de abuso, la anestesia del malestar en las mujeres aparece como un elemento clave, especialmente cuando desempeñan su papel de cuidadoras y dadoras.

Considerando el juego interaccional y, la participación en estos sistemas se debe permitir el contacto con el malestar. Y para ello un conjunto de creencias que no refuerce la negación en estas mujeres.

Las personas que ejercen el poder y dominio se apoyan en técnicas de manipulación emocional que, sobre la base del establecimiento de un desequilibrio de poder en la relación, tienen como objetivo el control y sometimiento de la otra persona, algunas de estas técnicas son¹³⁴:

↻ *Generar culpa* a través de una conducta permanente demandante y de un uso constante de la atribución causal externa, mediante la cual nunca asume la parte de responsabilidad que le corresponde en la generación de los conflictos.

↻ *Generar confusión* a través de manipulaciones comunicacionales que ponen en duda las percepciones de la mujer y conducen a que la propia mujer termine dudando de las mismas.

↻ *Generar depresión* a través del socavamiento progresivo de la autoestima de la mujer, basado en mensajes descalificadores.

¹³⁴ Corsi Jorge, Graciela María Peyru. *Violencias sociales, estudios sobre violencia*. Aziel. Barcelona 2003. P.124

- *Generar vergüenza* a través de críticas permanentes, humillaciones ante terceros y la utilización del conocimiento de los puntos débiles de la mujer.
- *Generar temor* a través de amenazas directas o veladas.
- *Generar sometimiento* a través de la manipulación de los tiempos, los espacios, el cuerpo y las conductas de la mujer, como si se tratara de objetos de pertenencia.

Tipología del agresor

De acuerdo con Whaley Sánchez no se puede afirmar que el maltrato emocional y el físico sean etapas sucesivas, el primero no lleva necesariamente al segundo, sin embargo una agresión física puede considerarse una agresión emocional.

Dutton¹³⁵ clasifica a los agresores en:

a) Agresores psicopáticos:

El 40%, aproximadamente satisfacen los criterios de DSM IV en que se basa el diagnóstico de conducta antisocial, es decir, tienen antecedentes penales. En un tiempo se pensaba que la conducta antisocial era indicativa de psicopatía, sin embargo la mayoría de los hombres golpeadores que han sido socializados normalmente, no son psicópatas, ya que experimentan cierto remordimiento por haber golpeado a sus parejas. Como el sentimiento de culpa es difícil de sobrellevar, encuentran maneras de neutralizar el autocastigo; reconstruyen mentalmente la acción reprobable y atribuyen la culpa a la víctima por haber provocado esta acción.

Los psicópatas ejercen violencia, contra sus parejas y otras personas. Es frecuente que cometan delitos. Su violencia es controlada y está al servicio de un objetivo. El objetivo es dominar a la otra persona, y utilizan habitualmente la violencia para lograrlo.

¹³⁵ Citado en: Whaley Sánchez, Jesús Alfredo. *Violencia intrafamiliar: causas biológicas, psicológicas, comunicacionales e interaccionales*. Plaza y Valdez Editores. México. 2001 p. 63

b) Agresores hipercontrolados:

Un 30% de los hombres que agreden a sus esposas se les denomina hipercontrolados, estos hombres parecen estar un tanto distanciados de sus sentimientos, y muestran un acusado perfil de evitación y agresión pasiva.

Su ira por lo general es el resultado de la acumulación progresiva de frustración ante acontecimientos externos, puede irrumpir de pronto de una forma violenta después de haberse incubado silenciosamente durante un largo periodo.

No se presentan características aparatosas que atraen la atención, difieren por diferentes razones del estereotipo del golpeador habitual.

Hay dos clases de hombres hipercontrolados. El tipo "activo", caracterizado a veces como fanático del control, extiende a otras personas su necesidad de dominación externa. La familia de estos hombres los describe como minuciosos, perfeccionistas y dominantes.

El tipo "pasivo" se limita a distanciarse de su familia o pareja y las discusiones de pareja versan habitualmente sobre el modo de lograr cierto contacto emocional.

c) Agresores cíclicos/emocionalmente inestables

Caracterizados por una constante ambivalencia, con respecto a sus parejas; por un lado el gran temor de ser abandonados y por el otro, el temor de ser absorbidos.

Necesitan influir en otras personas, especialmente en alguien con quien tiene una relación íntima, se ha llegado a pensar que en este tipo de agresor, la distancia emocional constituye el problema fundamental.

Experimentan una mezcla de sentimientos entre los que se incluyen la ira y los celos. Siempre encuentran el modo de malinterpretar y culpar a su pareja, de ver en estas la causa de su propio desaliento, de exigir las cosas imposibles de cumplir y de castigar por no haber hecho lo encomendado. Son presa de estados de ánimo cíclicos, que se alternan de una forma aterradora para la pareja. Quizá por eso sus parejas afirman que tienen una doble personalidad. Sus amigos nunca ven la otra cara de su personalidad. Para ellos dicha cara no existe.

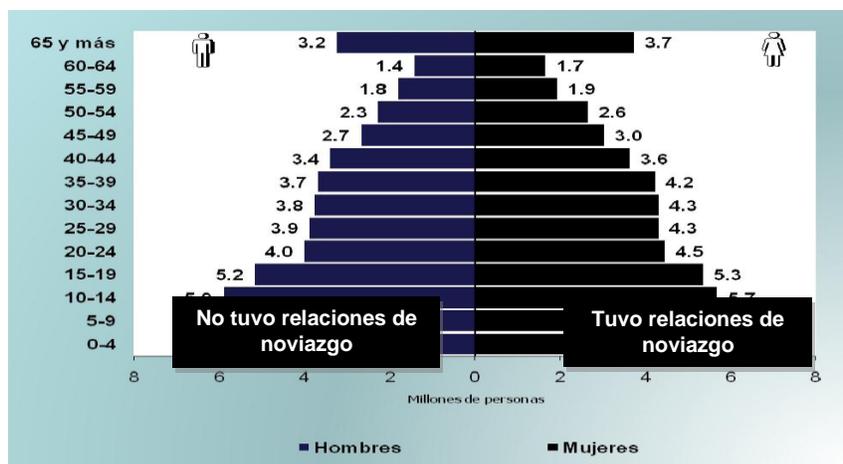
¿Qué dicen las estadísticas?

El Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ) junto con el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI) presentaron la Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo 2007 (ENVINOV), levantada en el último trimestre de 2007 en 18 mil hogares a nivel nacional con representatividad rural/urbano.

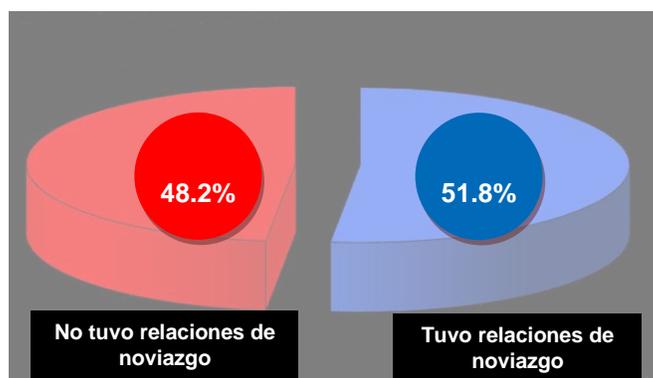
Las estadísticas presentadas en este apartado del capítulo son tomadas de la ENVINOV 2007¹³⁶.

El objetivo de esta encuesta fue generar información estadística sobre la frecuencia y magnitud de la violencia que se da en las relaciones de pareja no convivientes, así como determinar las características de la dinámica en las relaciones de noviazgo.

Se consideraron aquellos jóvenes entre 15 y 24 años que estaban solteros (14 millones 61 mil 802). De este total, se seleccionó a aquellos que durante el 2007 tuvieron relaciones de noviazgo con su pareja (7 millones 278 mil 236). Esta población soltera representa 13.6 por ciento de la población total, y 73 por ciento de la población de 15 a 24 años.



¹³⁶ Encuesta Nacional de violencia en las relaciones de noviazgo 2007. Resumen Ejecutivo. Instituto Mexicano de la Juventud. México. 22pp.



Población objetivo de la encuesta según si tuvo relaciones de noviazgo durante 2007

De la población de jóvenes solteros entre 15 y 24 años, 55.7 por ciento asiste a la escuela y 44.3 por ciento ya no lo hace. Las razones por las que estos últimos no asisten a la escuela son, en orden de importancia, las siguientes: 35.3 por ciento ya no quiso estudiar; 31.0 por ciento tuvo que trabajar; 9.2 por ciento terminó de estudiar; 5.1 por ciento fue rechazado de la escuela a la que pretendía entrar; 3.6 por ciento porque las escuelas están muy lejos de la casa o porque tuvo que ayudar en los quehaceres del hogar.

Un 15 por ciento restante, dejó la escuela por muy diversas razones, pero ninguna de ellas resultó estadísticamente significativa.

Razones de inasistencia escolar

Causas	%
Ya no quiso estudiar	35.3
Tuvo que trabajar	31.0
Terminó de estudiar	9.2
Fue rechazado	5.1
Tuvo que ayudar en las tareas del hogar	3.6
Otras razones	15.0
No especificado	0.8
Total	100.0

Fuente: Elaborado por la DIEJ con datos del II Censo Nacional de Población y Vivienda 2005 (INEGI)

De acuerdo con los datos que arroja la ENVINOV 2007, 51.8 por ciento de las personas entre 15 y 24 años tuvo al menos una relación de noviazgo durante 2007. Los motivos que llevaron a estos jóvenes a relacionarse con su pareja son, en primer lugar que la pareja les gustaba mucho (90 por ciento), en segundo lugar que le insistieron mucho (4.9 por ciento) y por último la presión social con el (2 por ciento).

Algunos estudios sobre violencia en el noviazgo, señalan que frecuentemente se asocia la violencia a las relaciones prolongadas de noviazgo.

El periodo entre el cual los jóvenes se conocen y empiezan a tener una relación de noviazgo puede tener alguna vinculación con una mayor formalidad o madurez en la relación, lo que significaría que aquellos que se conocieron y se relacionaron el mismo mes, difícilmente podrían presentar una relación duradera, por lo que es muy probable que se trate de encuentros denominados “frees”, en los cuales no existe compromiso ni a corto, ni mediano plazo (2.8 por ciento). La mayor parte de las y los jóvenes (27.5 por ciento) han conocido a su actual pareja, entre uno y dos años antes de la fecha de la encuesta, y de éstos, la mayoría (35 por ciento) iniciaron su relación durante el 2007.

Los conflictos en una pareja, pueden tener su origen en el hecho de que las expectativas que éstos tenían de la relación no se cumplieron. En el cuestionario se incluyó una serie de preguntas que buscaban explorar cuáles son estas expectativas y cuál es su percepción sobre la compatibilidad o incompatibilidad que encontraban con su pareja.

Las preguntas les plantearon una serie de situaciones cuya respuesta tenía que darse, según si tal situación se presentaba siempre, algunas veces o nunca. Estas situaciones estaban agrupadas de acuerdo a características que reflejaban compatibilidad, apoyo, autoritarismo o incompatibilidad.

Hablar de los antecedentes de violencia en las y los jóvenes implica hacer un análisis respecto al comportamiento de la familia. Lo anterior obedece al hecho de que la familia es el principal medio por el cual se transmiten los valores, la cultura, las formas de ser, así como la forma de pensar y actuar.

El maltrato hacia los niños y niñas, es la semilla que en la vida adulta genera diversas formas violentas, Por esta razón es que se ve como algo natural el ejercicio de la violencia.

Violencia

En general, la violencia en el noviazgo tiende a pasar desapercibida, tanto por las instituciones como por los propios jóvenes, sin embargo, la ENVINOV detectó que en las relaciones de noviazgo que establecen las y los jóvenes entre 15 y 24 años hay expresiones de violencia de muy distinto tipo y en diferentes grados. Se detectaron tres tipos de violencia, la física, la psicológica y la sexual.

Violencia Física

Según la información recolectada en la ENVINOV, el 15 por ciento de las y los jóvenes han experimentado al menos un incidente de violencia física en la relación de noviazgo que tenían al momento de la ENVINOV. Los incidentes de violencia tienen una mayor proporción en zonas urbanas (16.4 por ciento), en comparación con las zonas rurales (13.2 por ciento). La mayor proporción de personas que reciben violencia física, son las mujeres (61.4 por ciento de las mujeres y 46 por ciento de los hombres).

La invisibilidad que rodea a la violencia en el noviazgo, deriva en una falta de apoyos tanto institucionales como familiares, para aquellos jóvenes, mujeres y hombres, que se ven involucrados en situaciones conflictivas con sus parejas, que no saben cómo enfrentar o resolver y son los amigos, los que muchas veces están en las mismas condiciones a los que recurren en busca de ayuda.

De las y los jóvenes que han sufrido violencia física, hay un 62.5 por ciento que ha recurrido a alguna persona en busca de ayuda, principalmente los amigos (33 por ciento), otros familiares (9.2 por ciento) y la mamá (14 por ciento). De este total, el 66 por ciento (734 mil 634 jóvenes) son hombres y el 34 por ciento (392 mil 291 jóvenes) son mujeres.

Violencia Psicológica

Este tipo de violencia es entendido como el abuso emocional, verbal, maltrato y menoscabo de la estima hacia una o varias personas. Los resultados de la ENVINOV en este rubro indican que el 76 por ciento de los jóvenes son víctimas de la violencia psicológica y la mayor incidencia de ésta se da en áreas urbanas (76.3 por ciento) a diferencia del área rural (74.7 por ciento).

Violencia Sexual

La ENVINOV recoge información sobre la violencia sexual que pudo haber sido o es actualmente ejercida sobre las personas entrevistadas en cualquier época de su vida. Los estudios demuestran que un niño o niña que ha sido abusado(a) en la infancia o adolescencia, podrá presentar comportamientos, ya sea de agresión o de sumisión frente a la violencia. Las mujeres constituyen las dos terceras partes de las personas a las que han tratado de forzar o que han forzado a tener relaciones sexuales y tanto en una o en otra situación, la casa de la persona agredida, ha sido el lugar de la agresión.

La violencia desde una perspectiva de género que se ejerce contra las mujeres, es una expresión de la discriminación y las relaciones de desigualdad que se dan en nuestras sociedades. El 16.5 por ciento de las jóvenes entrevistadas señaló haber sufrido un evento de violencia sexual por parte de su pareja.

De acuerdo con los datos arrojados por la ENVINOV 2007, es claro que las mujeres, bajo el estereotipo sobre “como debe ser” la conducta de las personas, se encuentran en desventaja.

En la opinión de las y los jóvenes mexicanos, los roles femeninos y masculinos están ampliamente estereotipados en situaciones tales como la agresividad, la infidelidad, cuidado del hogar, el rol con los hijos y la educación.

Si observamos lo arrojado por la encuesta, 33.4 por ciento de los jóvenes cree que “el hombre es infiel por naturaleza”. Lo interesante resulta que la proporción en cuanto a quienes creen esto, resulta mayor para las mujeres pues del total de entrevistadas el 36.8 por ciento así lo piensa.

En el grupo de opiniones relacionadas con el rol reproductivo de las mujeres, el estereotipo de la mujer, como quien tiene mayor capacidad para cuidar a los hijos enfermos, resalta pues existe un 75.8 por ciento de jóvenes que así lo creen.

Contrastando con estereotipos masculinos, es el papel de los hombres como proveedores principales de la familia y los que encabezan la toma de decisiones, los mayores porcentajes que destacan entre los encuestados.

Se observa esto de mejor manera al preguntar si “un buen hombre es el que provee económicamente a su familia” y se refleja que un 59 por ciento lo percibe de esa manera. Los estudios elaborados por el sector salud, muestran que hay una relación entre las adicciones al tabaco, alcohol u otro tipo de drogas, con conductas violentas y que este consumo ha ido en aumento.

Un primer acercamiento al consumo de alcohol y de tabaco con la violencia en el noviazgo, nos señala que hay menor violencia entre las y los jóvenes que no consumen estas drogas, que en entre aquellos que lo hacen.

El 8.2 por ciento de las personas entrevistadas, ha consumido drogas distintas al alcohol y el tabaco. Las drogas que se consumen de manera significativa en orden de importancia son: marihuana, cocaína y crack o piedra.

La ENVINOV 2007 arrojó que hay una muy alta proporción de jóvenes que conocen la mayoría de las infecciones de transmisión sexual, con excepción de clamidia y ladillas; el SIDA es conocido por el 100 por ciento por ciento de las y los entrevistados.

A pesar de que las y los jóvenes conocen las infecciones y los métodos anticonceptivos, no los usan, al igual que no usan la información debido a cuestiones que han sido poco exploradas por esta encuesta ya que no forman parte de su objetivo central.

Prácticamente toda la población de jóvenes entrevistados conoce o ha oído hablar de los métodos anticonceptivos (99.2 por ciento) y el lugar en donde reciben esta información es principalmente en la escuela (86.5 por ciento). En segundo lugar los amigos (21.3 por ciento) y en tercer lugar, en alguna institución (15.5 por ciento). Del total de la población que ha tenido relaciones sexuales, con una o varias personas (43 por ciento), el 77 por ciento ha utilizado algún método anticonceptivo. El condón es el más utilizado (94.6 por ciento) 2, en segundo lugar las pastillas (27.2 por ciento) y el retiro o coito interrumpido en tercer lugar (24 por ciento).

Con base en éstas estadísticas y lo descrito en este capítulo, podemos ver como la violencia cubierta bajo el “amor” resulta casi invisible para la mayoría de las personas que viven esta situación. Los efectos y síntomas del maltrato son desconocidos, sin embargo se ven reflejados en la disminución del valor de las personas, la falta de identidad y por lo tanto pérdida de la autoestima de las mismas.

Recordemos que el noviazgo es una etapa de experimentación y búsqueda para las y los jóvenes en crecimiento, puede ser también un preámbulo para una relación de mayor duración, para poder establecer estas relaciones es importante e indispensable que las chicas y los chicos tengan un conocimiento de sí mismos incluyendo sus metas, objetivos e ideales para tener en cuenta que en las relaciones de noviazgo se comparte un espacio de cada persona sin dejar de ser cada uno como lo desean.

Tanto los antecedentes de violencia en los hogares de la infancia, como en general las preconcepciones culturales, expresadas en un conjunto de estereotipos de género y en actitudes de discriminación, pueden contribuir a la reproducción de comportamientos violentos.

Hemos sido educados y educadas con una concepción sexista en la cual los ideales de hombre y mujer construidos social e históricamente censuran, vigilan, castigan o reconocen los comportamientos desde que son niñas y niños, como característica del poder, ejecutadas por los hombres y las mujeres¹³⁷.

Estas pautas han dado pie a crear una cultura oficial, en donde la mujer ha sido calificada por lo que se ha creído es su propia naturaleza, esto es la de un ser de menor valor, que bajo el concepto de subordinada, no se le concede derecho a la libre expresión ni a manifestar sus conflictos como un ser independiente.

¹³⁷ Aguilar Plata Blanca, Martha Tapia Campos. *La violencia nuestra de cada día* Comunicación Política Editores & Plaza Valdez y Editores. México 2006 p. 133

A lo largo de la historia y la sociedad se le han asignado tareas subvaloradas, poco gratificantes y limitadas como el servicio en casa y el cuidado de los hijos, sin embargo el papel de la mujer ha cobrado mayor importancia y se le ha permitido poco a poco la inserción dentro de una sociedad brindándole oportunidad de elección, estudio, empleo (por mencionar algunas) a la vez de desempeñar otros papeles como el de madre o cabeza de familia, gracias al movimiento feminista realizado a finales de la década de los años setenta donde se hizo visible en la sociedad el reconocimiento del papel de la mujer además del maltrato hacia ella y en los años noventa, se logra retomar a la violencia doméstica como objeto de estudio.

Por ello hoy en día resulta muy importante describir y analizar las características de la violencia en el noviazgo adolescente para poder contribuir e intervenir pedagógicamente por medio de esta propuesta de taller para adolescentes.

En la actualidad, muchos adolescentes crean amplias expectativas en relación con el noviazgo, como el amor, el cuidado, el apoyo y la comprensión; por lo que a los jóvenes que viven relaciones violentas se les dificulta darse cuenta de dicha situación, llegando incluso al punto en el que el noviazgo se convierte en un tormento.

El hablar de violencia siempre conlleva a una carga de destrucción, agresión y daño a la persona que la recibe y la percibe, el daño se produce al violar o invadir los espacios de la otra persona sin su permiso para de este modo restarle poder, teniendo la violencia como principal punto para tener controlada a la víctima.

La violencia en el noviazgo adolescente tiene consecuencias inimaginables, afecta la estabilidad de la pareja, la salud y el desarrollo psicológico de sus integrantes en especial de la víctima.

Es muy importante el papel de las y los pedagogos dentro de una sociedad como en la que nos encontramos inmersos donde las problemáticas sociales que surgen día a día nos llaman a ejercer nuestra profesión previniendo y actuando para poder contribuir en la mejora de nuestra sociedad.

Capítulo V

Propuesta

Pedagógica

Taller:

¿Qué onda con el noviazgo?

Presentación

Las relaciones interpersonales forman parte de las y los seres humanos desde la infancia, con ellas aprendemos a socializar y comunicarnos, la mayoría de las veces guiados por los patrones de conducta que aprendemos a lo largo de nuestras vidas. Para poder establecer estas relaciones es necesario tener un conocimiento propio que nos permite reconocernos como seres humanos para compartir ese conocimiento con las demás personas.

Todas las etapas de nuestra vida son importantes y vitales para el desarrollo de las personas, implican épocas de transición y desarrollo como seres humanos, sin embargo la adolescencia representa una etapa clave para el desarrollo del individuo. La adolescencia representa una etapa de transición en la que no se es niñ@ pero tampoco se es un adult@, precisamente es en este inter en donde se definen o reafirman aspectos de la personalidad, valores, metas, expectativas de vida e intereses que pueden jugar un papel fundamental en la vida adulta.

Aprendemos entre otras cosas a reconocer nuestro propio valor como personas, tomar decisiones y a establecer relaciones interpersonales guiados por nuestros intereses personales, como por ejemplo las relaciones de noviazgo.

Las relaciones de noviazgo entre las y los jóvenes adolescentes permiten poner en prácticas todas aquellas conductas aprendidas desde pequeños alrededor de ellos principalmente en *la familia*, desafortunadamente es difícil discernir aquellas formas inadecuadas de relacionarnos, porque estamos acostumbrados a justificar todos aquellos sucesos violentos que ocurren a nuestro alrededor, es decir hemos naturalizado la violencia.

Creemos con conceptos y definiciones equivocadas del amor, gracias a la influencia desinformativa que gira en torno a nosotr@s como los medios de comunicación que promueven el amor romántico creado bajo expectativas irreales en cuanto a lo que el amor se refiere.

En nuestra sociedad es muy común otorgar al amor expectativas equivocadas que encubren los distintos tipos de violencia, además los medios de comunicación y las formas de relacionarnos refuerzan la idea del amor sufrido, en el que el amor tiene que doler porque de no ser así, entonces no es amor.

Si bien es cierto que en la actualidad la información respecto a la violencia es mayor y con esto tiene mayor castigo también es cierto que desafortunadamente esta problemática social se ve reflejada en edades cada vez más tempranas donde nuestr@s jóvenes ponen en práctica lo aprendido a lo largo de su vida en casa, escuela, sociedad y medios de comunicación.

Como ya vimos las estadísticas reflejan en la Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo 2007 (ENVINOV), que se detectó que en las relaciones de noviazgo que establecen las y los jóvenes entre 15 y 24 años hay expresiones de violencia de muy distinto tipo y en diferentes grados. Se detectaron tres tipos de violencia, la física, la psicológica y la sexual, el 15 por ciento de las y los jóvenes han experimentado al menos un incidente de violencia física en la relación de noviazgo que tenían al momento de la encuesta, el 76 por ciento de los jóvenes son víctimas de la violencia psicológica y el 16.5 por ciento de las jóvenes señaló haber sufrido un evento de violencia sexual por parte de su pareja.

La preocupación por el incremento de los actos violentos dentro del noviazgo me ha llevado a pensar en esta propuesta pedagógica para poder aportar una alternativa de solución a los adolescentes que viven violencia en sus relaciones, la cual seguramente es un reflejo de las formas de relación que encuentran en casa y que han tenido de generaciones atrás a lo largo de su vida.

Esta propuesta de taller surgió debido a que en la actualidad es común encontrar la violencia reflejada en el periodo adolescente, por lo que considero importante intervenir

con una propuesta pedagógica para coadyuvar al reconocimiento de aquellas conductas violentas que pueden atentar contra la integridad de un ser humano causando daño físico, psicológico o sexual.

El taller *¿Qué onda con el noviazgo?* dirigido a jóvenes adolescentes se crea con el objetivo de contribuir en la concientización y reflexión de la existencia del problema, sus características así como sus consecuencias para poder contribuir en la erradicación de esta problemática. Dicho taller consistirá en abordar todos aquellos puntos y temas involucrados dentro de la violencia en el noviazgo, el cual se dividirá en sesiones planeadas y diseñadas para involucrar a los adolescentes con cada una de estas temáticas cumpliendo con el objetivo antes mencionado.

Este taller tiene una duración de 20 horas distribuidas en 10 sesiones temáticas, en las cuales partiremos de los conceptos generales que nos permitan contextualizar a las y los adolescentes para poder concluir con el tema prioritario de violencia en el noviazgo, consecuencias y alternativas de solución.

Cabe señalar que esta propuesta pedagógica únicamente contempla el diseño y la planeación del taller y de los materiales sugeridos para la aplicación de este, los temas que se abordarán son los siguientes:

Contenido temático

1. ¿Quién soy?
2. ¿Y la sexualidad?
3. ¿Qué tiene que ver la Autoestima conmigo?
4. Estilos de comunicación
5. Asertividad
6. ¿Qué son las relaciones interpersonales?
7. ¿Son importantes los valores en las relaciones interpersonales?
8. ¿Qué es la violencia?
9. Violencia en el noviazgo
10. ¿Cómo mejorar mis relaciones?

Metodología

El taller *¿Qué onda con el noviazgo?* representa una alternativa que brinda a l@s jóvenes las herramientas necesarias para reconocer las relaciones de noviazgo violentas, en este taller se analizarán aquellos conceptos que permitan a l@s participantes comprender y reconocer aquellos patrones de conducta violentos para poder modificarlos a fin de obtener relaciones interpersonales más positivas.

Este taller está dirigido a adolescentes que cursen el nivel medio superior es decir de edades entre 15 y 19 años. Se propone que sea impartido por pedagog@s, psicólog@s o trabajadores sociales, ya que estos profesionistas son los que de alguna manera conocen a la población objetivo y probablemente también tengan noción de los temas propuestos. Los contenidos que aquí se sugieren son únicamente una propuesta así como la manera en que sean abordados, las cuales pueden ser modificadas si el instructor así lo desea.

Para cada tema se proponen conocimientos mínimos requeridos para abordar el tema, estos son señalados en el manual del instructor como premisas y contenidos sugeridos. Para la aplicación de este taller se recomienda que haya mínimo 5 participantes máximo 15.

El diseño de este taller contempló la elaboración de las cartas descriptivas correspondientes a cada sesión de trabajo en las cuales se planearon actividades de reflexión y aprendizaje para cada tema así como intervenciones por parte del instructor para que permitan dar a conocer los elementos teóricos necesarios de cada tema. También se elaboraron **dos manuales**:

Del participante: elaborado con la finalidad de que este pueda tener una guía de lo que aprenderá en el curso y a su vez pueda servirle como una herramienta de aprendizaje, una fuente de consulta a la cual pueda remitirse cuando él o ella lo deseen. En este manual l@s participantes podrán encontrar la teoría de los temas presentada en cuadros sinópticos y diagramas para su mejor comprensión, también encontrarán actividades que les permitan reflexionar sobre lo aprendido en la sesión y el manual. Así como tips o consejos para modificar aprendizajes adquiridos que así lo deseen como por ejemplo tips para mejorar la autoestima. En este se contemplan los 10 temas sugeridos en el contenido

temático, para algunos temas se contemplaron subtemas que no podían dejarse de lado como es el caso del tema de Sexualidad, donde se contemplan los conceptos de género, sexo, rol sexual, relaciones sexuales e Infecciones de Transmisión Sexual, en el caso de Violencia se incluyen categorías generales de la violencia, tipos de violencia y el ciclo de la violencia. Cabe señalar que estos conceptos no se incluyen en el contenido temático sin embargo son importantes y es necesario considerarlos.

Del instructor: este manual fue elaborado con la finalidad de proporcionar al instructor las herramientas y elementos necesarios para la impartición del taller. En este manual servirá como un apoyo para los instructores porque en el encontrarán la descripción detallada de cada una de las actividades señaladas en las cartas descriptivas de cada sesión. También se contemplan premisas y contenidos necesarios para cada sesión, es importante señalar que se anexan como apéndices los formatos necesarios en el caso de aquellas actividades que necesitan material específico como figuras o cuestionarios.

En este manual se proponen como actividades de instrucción técnicas que permitan a los participantes la reflexión de los temas como lluvia de ideas, debates así como exposiciones por parte del instructor retomadas a partir de técnicas grupales.

Para el caso de tres temas: adolescencia, estilos de comunicación y violencia se propone que la exposición del instructor esté guiada en presentaciones de power point, las cuales también se anexan en los apéndices. La propuesta de la presentación de estos temas es con la finalidad de dejar claros los conceptos pues son temas claves y de importancia en el cumplimiento del objetivo del taller.

La distribución de los temas en cada sesión fue partiendo de la idea de que primero se generara en el grupo un ambiente de confianza que les permita desenvolverse de mejor manera durante el taller, posteriormente se proponen temas que permitan el auto reconocimiento para después poder comenzar con el tema de las relaciones interpersonales que pueda generar un contexto de la violencia y con ello poder concluir con las formas de establecer relaciones sanas y libres de violencia.

Cada una de las actividades planeadas en este taller permitirá a l@s participantes expresarse para reconocimiento de sus necesidades e intereses propios. Las actividades que se llevarán a cabo dentro de este permitirán obtener una evaluación de l@s participantes en la medida en que ellos realicen las actividades planeadas.

La primera sesión permitirá establecer contacto con l@s participantes de manera lúdica para crear un ambiente de confianza entre l@s asistentes al taller, para establecer la reglas de este se llevará a cabo un juego que permita delimitar lo que les gustaría que pasara y no pasara en el taller, de esta manera se determinan las reglas del taller, se realizará una actividad que permita a l@s participantes identificar porque motivo están en este taller y que a la vez les permita reconocer que esperan del mismo, se aplicará una encuesta diagnóstica con la finalidad de explorar que saben l@s participantes sobre los temas que se van a abordar en el taller. Una vez establecidas las cuestiones generales necesarias se realizará una actividad que permita a l@s participantes reconocerse como jóvenes adolescentes y reafirmar la importancia de la etapa que están viviendo (la adolescencia) posteriormente el instructor hará un relato de la misma para concluir el tema y la sesión.

En la segunda sesión se abordará el tema de la sexualidad, se trabajará con aquellos conceptos claves que no siempre se tienen tan claros, y que sin embargo es necesario precisar como sexualidad, género, roles de género, estereotipos de género, estos elementos serán retomados a partir de una técnica lúdica que permita a l@s participantes, reconocer la importancia de conocer porque estos términos son diferentes. Posteriormente se realizará una actividad que permita reconocer la desigualdad social marcada para hombres y mujeres.

Concluida esta actividad l@s participantes llevarán a cabo un debate con la finalidad de reflexionar sobre cómo influyen en la sexualidad de los seres humanos los roles de género marcados por la sociedad y transmitidos de generación en generación.

Por último el instructor retomará las ideas aportadas por l@s participante al respecto para concluir la actividad y la sesión.

En la tercera sesión se abordará el tema de la autoestima por medio de dos actividades que permitirán a l@s asistentes el reconocimiento de ell@s mismos como seres humanos y como adolescentes. Estas actividades en conjunto con el instructor y las aportaciones de l@s participantes en una lluvia de ideas, quedará clara la importancia de una buena autoestima para establecer relaciones interpersonales y dará pauta para que posteriormente se analice la relación de esta con el establecimiento de relaciones más sanas y libres de violencia.

La cuarta sesión permitirá trabajar el tema de la comunicación, reconocer su importancia y reflexionar la manera en que nos comunicamos con las demás personas, en este caso se analizarán dos estilos de comunicación pasiva y agresiva, con actividades muy sencillas pero que sin embargo invitan a la reflexión y ponen en evidencia la manera como nos comunicamos cotidianamente en el tiempo que se llevan a cabo. El instructor hará una exposición sobre las características de estos dos estilos de comunicación. Posteriormente se lleva a cabo la técnica que sobre asertividad permite a l@s participantes reconocer el derecho que cada quien tiene a decir y expresar lo que siente en todo momento, además de comprender los beneficios de tener una comunicación asertiva.

En la quinta sesión se comienza con un debate por parte de l@s participantes que permite reconocer las ventajas y desventajas de utilizar cada uno de los tres estilos de comunicación analizados en el taller previamente. En complemento con esta técnica la explicación por parte del instructor ayudará a l@s participantes a concientizar sobre la importancia de la comunicación asertiva en las relaciones humanas. Para concluir esta sesión se llevará a cabo una técnica con la finalidad de reconocer las características de las relaciones interpersonales y con ayuda de lluvia de ideas el instructor junto con l@s participantes podrá analizar las características de estas, particularmente la amistad.

A partir de la sexta sesión se podrá ir adentrando en el tema central de esta propuesta pedagógica, que es la violencia en el noviazgo. En esta sesión se analizarán las características del noviazgo con una técnica denominada el baile del amor, que permite a l@s participantes reflexionar sobre los elementos del amor romántico que de alguna manera encubren comportamientos violentos en las relaciones de pareja. Posteriormente el o la instructora expondrá con apoyo del pizarrón los elementos del noviazgo tomando en cuenta las premisas y contenido sugeridos en el manual del instructor.

La séptima sesión permitirá a l@s participantes reflexionar sobre la importancia de los valores hoy en día. La actividad planteada para tal efecto, permite reconocer que valores morales han puesto en práctica desde pequeños, y cuales han adquirido durante su vida, posteriormente el instructor junto con l@s participantes determinan las características de estos para concluir sobre su importancia en la vida cotidiana, y sobre todo en las relaciones interpersonales.

La octava sesión está diseñada con la finalidad de que l@s participantes puedan hacer consciencia sobre la existencia del problema de la violencia, para ello l@s participantes llevarán a cabo una actividad denominada rueda de poder y control que le permitirá a los participantes concientizar sobre las características de los cuatro tipos de violencia más comunes: Física, Psicológica, Económica y Sexual. Al concluir esta técnica el o la instructora realizarán la exposición del tema apoyados en una presentación en power point. Esta sesión dará pie al tema de la violencia en el noviazgo.

En la novena sesión, l@s participantes podrán aterrizar el problema de la violencia en el noviazgo, por medio de una técnica que permite a l@s participantes imaginar la situación de las personas víctimas de violencia, al concluir esta técnica el o la instructora expondrán con apoyo del pizarrón los elementos clave para reconocer la violencia en las relaciones de noviazgo, una vez concluida esta actividad l@s participantes resolverán una encuesta tomada del Instituto Nacional de las Mujeres que les permita detectar si viven violencia en el noviazgo, para concluir esta sesión se hace una dinámica que permita reflexionar lo aprendido en esta.

La última sesión tiene como propósito analizar y buscar posibles soluciones y alternativas que permitan a l@s participantes establecer relaciones interpersonales sanas, reconociendo sus derechos y valía como seres humanos. Para este propósito se hace una técnica con la finalidad de detectar aquellos elementos que favorecen la violencia en las relaciones de noviazgo, además se propone una mesa redonda, donde l@s participantes después de haber tomado conciencia sobre esta problemática sean capaces de proponer soluciones y pautas que permitan modificar aquellos patrones de conducta que de manera inconsciente se han aprendido durante la vida.

Por último l@s participantes elaborarán una carta compromiso consigo mismo donde se señalen los propósitos de aquellas conductas que desean modificar para tener relaciones de noviazgo sanas y libres de violencia.

Objetivos

General

- Abordar el tema de la violencia en el noviazgo, a través de la realización del taller para adolescentes ¿Qué onda con tu noviazgo?

Específicos

Que l@s participantes:

- Concienticen sobre la importancia de la etapa de la vida que están viviendo.
- Analicen el papel de la autoestima como elemento importante para el reconocimiento de ellos mismos como seres humanos y con ello poder establecer relaciones interpersonales sanas.
- Reflexionen sobre la importancia que tiene la comunicación en las relaciones interpersonales.
- Reflexionen sobre la existencia de la violencia dentro del noviazgo adolescente en la actualidad, sus características, consecuencias así como posibles soluciones.

Sesión 1

Objetivo: Crear un ambiente de confianza entre l@s participantes del grupo, por medio de técnicas para facilitar la comunicación entre ellos.

Tema: ¿Quién Soy?

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Bienvenida por el instructor		Ninguno	05 min.
Presentación	Círculos de personas	Ninguno	15 min.
Descripción de situaciones	Como me siento cuando	Hojas de estados de ánimo	10 min.
Encuadre del taller	Las reglas del juego	Ninguno	15 min.
Detección de expectativas	¿Por qué estoy aquí?	Hoja de trabajo	15 min.
Evaluación diagnóstica		Formato de evaluación diagnóstica	10 min.
Actividad de conocimiento para dar pie al relato adolescencia	Me conozco mejor	Formato “Me conozco mejor”	20 min.
Presentación de tema por el instructor <i>Adolescencia</i>	Expositiva	Presentación en power point	10 min.
Conclusiones y cierre de sesión	¿Qué me llevo de esta sesión? (expositiva)	Ninguno	10 min.

Sesión 2

Objetivo: Definir aquellos conceptos básicos que tienen que ver con la sexualidad, por medio de actividades de aprendizaje que faciliten la comprensión y claridad de estos.

Tema: ¿Y la sexualidad?

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Recapitulación de sesión anterior	Lluvia de ideas	Ninguno	10 min.
Tema: ¿Y la sexualidad?	La historia de Juana y Juan	Una pelota	20 min.
	El uso de espacios públicos	Hoja con espacios públicos	30 min.
Reflexión del tema	Debate		40 min.
Conclusión y cierre de sesión	Curva de aprendizaje	Hojas blancas Lápices	10 min.

Sesión 3

Objetivo: Definir el concepto de autoestima así como su importancia en el desarrollo del ser humano, con actividades que permitan la comprensión del tema.

Tema: ¿Qué tiene que ver la autoestima conmigo?

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Recapitulación de sesión anterior	Frase de aprendizaje	Ninguno	10 min.
Tema: Autoestima	Más bien soy	Hoja de trabajo Lápices	30 min.
	Concepto positivo de sí mismo	Hojas de papel Lápices	20 min.
	Lluvia de ideas	Pizarrón Gis o plumón	30 min.
Conclusiones y cierre de sesión	Hoy aprendí que...	Ninguno	15 min.

Sesión 4

Objetivo: Diferenciar los estilos y formas en que nos comunicamos por medio de técnicas que reflejen las desventajas de comunicarnos de manera inadecuada.

Tema: Estilos de comunicación

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Recapitulación de sesión anterior	Lluvia de ideas	Ninguno	10 min.
Tema: Estilos de comunicación	Teléfono descompuesto	Mensajes para comunicar en la técnica	15 min.
	Bla, Bla, Bla	Ninguno	20 min.
	Expositiva	Presentación en power point	30 min.
	Encontrando la respuesta asertiva	Tarjetas con “frases tú” y “frases en yo” Cinta adhesiva	25 min.
Cierre de técnica y sesión	Curva de aprendizaje	Ninguno	10 min.

Sesión 5

Objetivo: Reflexionar sobre la importancia de utilizar la asertividad como herramienta de comunicación para las relaciones interpersonales que establecemos los seres humanos.

Tema: Asertividad y ¿Qué son las relaciones interpersonales?

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Recapitulación de sesión anterior	Frase de aprendizaje	Ninguno	10 min.
Tema: Estilos de comunicación	Debate	Ninguno	40 min.
Tema: Relaciones interpersonales	Amistad	Hojas blancas y lápices	30 min.
	Lluvia de ideas	Pizarrón blanco Plumones	20 min.
Cierre de sesión y conclusiones del tema	Una frase	Hojas de colores Lápices	10 min.

Sesión 6

Objetivo: Reflexionar las características del noviazgo y los tipos de amor que tomamos como base para establecer las relaciones de pareja.

Reconocer aquellos elementos importantes y básicos en las relaciones de noviazgo.

Tema: ¿Qué son las relaciones interpersonales?

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Recapitulación de sesión anterior	Lluvia de ideas	Ninguno	10 min.
Tema: ¿Qué son las relaciones interpersonales?	El baile del amor	Letreros “Amor es...”, “Amor no es...” Cinta adhesiva Formas de cartón con apariencia de bombas y Corazones con frases escritas (guía del instructor) Grabadora Música para bailar	60 min.
	Expositiva	Pizarrón	30 min.
Conclusiones del tema y cierre de sesión	Hoy aprendí que....	Ninguno	10 min.

Sesión 7

Objetivo: Reflexionar sobre la importancia de los valores morales en l@s personas hoy en día.

Tema: ¿Son importantes los valores en las relaciones personales?

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Recapitulación de sesión anterior	Frase de aprendizaje	Ninguno	10 min.
Tema: Valores	La familia ideal	Corazones de papel	60 min.
	Lluvia de ideas	Pizarrón blanco Plumones	30 min.
Conclusiones del tema y cierre de sesión	Hoy soy mejor que ayer porque...	Hojas blancas Lápices	10 min.

Sesión 8

Objetivo: Reconocer las causas, características y consecuencias de la violencia en la actualidad.

Tema: ¿Qué es la violencia?

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Recapitulación de sesión anterior	Lluvia de ideas	Ninguno	10 min.
Tema: violencia	Rueda de poder y control	La rueda de poder y control dibujada en una cartulina y cortada en 4 partes. Circulo pequeño con las palabras poder y control. Plumones de color Cinta adhesiva Plumón o gis Pizarrón	40 min.
	Expositiva	Presentaciones en power point	40 min.
Conclusiones del tema y cierre de sesión	La reflexión del día	Hojas blancas Lápices	10 min.

Sesión 9

Objetivo: Reflexionar sobre la importancia de hacer consciente el problema de la violencia en el noviazgo.

Tema: Violencia en el noviazgo

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Recapitulación de sesión anterior	Frase de aprendizaje	Ninguno	10 min.
Tema: Violencia en el noviazgo	Hoy y el futuro	Música de relajación Grabadora Hojas blancas Plumones de color Fanelas para tapar los ojos	40 min.
	Expositiva	Pizarrón Gis o plumones	40 min.
Aplicación de cuestionario	El diagnóstico	Cuestionario violencia en el noviazgo Inmujeres	10 min.
Conclusiones del tema y cierre de sesión	Hoy soy mejor que ayer porque...	Hojas blancas Lápices	10 min.

Sesión 10

Objetivo: Partir de lo reflexionado para proponer estrategias de mejora en las relaciones de noviazgo que permitan establecer relaciones sanas y libres de violencia. .

Tema: ¿Cómo mejorar mis relaciones?

Actividad	Técnica	Material de apoyo	Tiempo
Tolerancia		Ninguno	10 min.
Recapitulación de sesión anterior	Lluvia de ideas	Ninguno	10 min.
Tema: ¿cómo mejorar mis relaciones?	La jaula	Ilustración de la jaula (guía del instructor) Hojas de papel Rotafolio Papel de color Pegamento Plumones de color Encendedor o cerillos Un recipiente de metal	30 min.
	Buscando soluciones. Mesa redonda		40 min.
	Carta a mi mism@	Elaborar una carta y lista de propósitos	Hojas blancas Lápices
Agradecimientos por parte del instructor y cierre del taller	Expositiva		10 min.

Conclusiones

Mi propuesta pedagógica *Taller: ¿Qué onda con el noviazgo?* está pensada en y para adolescentes, los motivos probablemente sean por un lado historia personal y por otro porque a partir de la historia personal he encontrado a mí alrededor casos de noviazgos a tempranas edades que reflejan violencia en el noviazgo; si recordamos un poco las estadísticas presentadas en el capítulo IV *violencia en noviazgo*, de acuerdo con la ENVINOV 2007, las conductas que promueven y fortalecen la violencia en la sociedad particularmente en el noviazgo, se observa en edades cada vez más tempranas.

Este taller está pensado en adolescentes de nivel medio superior, sin embargo puede impartirse también en nivel secundaria, se recomienda que éste sea aplicado en escuelas para que no genere costos y l@s alumnos interesad@s puedan tomarlo sin que les genere un gasto.

La adolescencia se define como aquella etapa que abarca de los 12 a los 19 años tal vez, representa la serie de cambios que ponen fin a la niñez, en teoría resulta muy fácil, sin embargo no lo es, llegar a los doce años y decir se terminó la niñez ahora me encuentro en otra etapa, puede resultar tan complicado como uno mismo no lo imagina, esta nueva etapa puede traer consigo sentimientos encontrados de la alegría a la tristeza, del enojo a la felicidad, en fin, se pueden observar infinidad de cambios temperamentales.

Poner fin a la etapa que para muchos representa la inocencia y gozo del descubrimiento de nuestro alrededor, *la niñez* puede resultar complicado porque estamos en el intermedio ya no somos niños pero tampoco somos adultos, esta etapa implica crecimiento y a la vez adquisición de más responsabilidades, es en esta etapa donde cada individuo empieza a tomar las riendas de su vida, a tomar decisiones las cuales muy probablemente repercutirán en su futuro, a identificar sus necesidades y buscar la manera de satisfacerlas por uno mismo en la medida de lo posible, implica también

responsabilizarse de cada uno de nuestros actos, por todo esto probablemente es que esta etapa puede resultar una de las más difíciles en la vida del ser humano, porque no contamos con la orientación y el conocimiento necesarios de cómo enfrentar cada una de estas situaciones, porque a pesar de existir tanta información, ¿Que tanto es verídica?, ¿Que tanto es confiable? ¿Qué tanto nuestros adolescentes se acercan a las fuentes adecuadas de información? Y en el peor de los casos que tanto ¿Nuestros adolescentes preguntan en realidad sus dudas y cuestiones acerca del tema? Por todo esto el papel de las y los pedagogos en la orientación cobra importancia con este sector de la población.

A pesar de los cambios que se observan a nuestro alrededor, de los avances tecnológicos y de la información, es muy importante tener contacto con nuestros adolescentes, atender sus necesidades, responder a sus inquietudes porque el avance tecnológico sin duda no garantiza un avance paralelo a la cultura, a la educación sexista que hemos recibido a lo largo de los años, pues es preocupante observar que los problemas sociales a los que nuestros jóvenes se enfrentan siguen en aumento como la drogadicción, el alcoholismo, el incremento de embarazos no deseados y por supuesto la violencia en la pareja, familia, trabajo, que se observan como resultado de la repetición de patrones de conducta observados durante muchos años atrás a nuestro alrededor.

Sin duda la adolescencia representa una etapa difícil, resulta complicado cerrar el ciclo que hemos tenido durante años, de ser niños. Cuando somos adolescentes pensamos que es más sencillo ser niño, porque a pesar de ser emocionante la nueva etapa, en la que empezamos a ser jóvenes, adquirimos nuevas responsabilidades, pero también libertades con las que podemos realizar sueños, objetivos o metas que cuando éramos niños pensábamos realizar, cuando fuéramos grandes, y a la vez resulta complicado aceptar que ya somos grandes y que la vida no resulta tan fácil, que no se limita en levantarse un día cualquiera, ir a la escuela, regresar, hacer tarea, jugar y dormir, porque cuando se es adolescente hasta el reto más pequeño implica tomar una gran decisión, al menos así es

percibido por el adolescente, todo esto también como consecuencia de todas las etiquetas que la sociedad a nuestro alrededor se ha encargado de poner para los adolescentes.

En este intermedio entre ser niñ@s y ser adult@s, aprendemos a reconocer nuestros intereses y aptitudes, con base en ellos, tal vez aprendemos a tomar decisiones y también es probable que establezcamos nuestras primeras relaciones de noviazgo.

Con la adolescencia comienzan las experiencias amorosas que a veces pueden resultar determinantes en el futuro de cada persona, por lo general sólo queda en la experiencia, pero es muy importante tener en cuenta que es en este momento donde se empiezan a desarrollar los roles que la sociedad a otorgado al hombre y la mujer, se van poniendo en práctica todos aquellos patrones de conducta en las relaciones de pareja que han sido aprendidos en nuestro desarrollo como individuos hasta el momento. En esta etapa reafirmamos aquellas conductas aprendidas desde la niñez que observamos a nuestro alrededor; padres, ti@s y probablemente abuel@s nos transmitieron los patrones de conducta que como hombres y mujeres debemos seguir y conforme a los cuales debemos actuar.

Es muy importante que el adolescente adquiera una seguridad propia para poder dirigirse como una persona responsable, y sin la orientación adecuada seguramente esto no será posible, es por ello que esta propuesta pedagógica representa una herramienta para el óptimo desarrollo del adolescente la cual abarca desde la aceptación de los cambios físicos hasta los emocionales. Con base en esto elaboré mi propuesta pedagógica que como ya mencione en la metodología del taller para adolescentes ¿Qué onda con el noviazgo? esta propuesta pedagógica consiste en el diseño y la planeación de un taller para adolescentes denominado ¿Qué onda con el noviazgo? en el que se aborda principalmente el tema de violencia en el noviazgo, sin embargo fue necesario incluir otros temas que permitieran dar contexto al tema para que l@s participantes tengan mayor interés por el curso.

Mi trabajo consta de cinco capítulos, elaborar los cuatro primeros me permitió conocer a profundidad los temas desde el punto de vista de los autores que consulte, ello me permitió delimitar en un momento determinado los temas a impartir en el taller. El primer capítulo *Adolescencia* me permitió conocer a la población objetivo desde la teoría, pues desde la historia personal a pesar de conocer un poco de esta etapa y de haberla vivido aún quedaban dudas en el aire las cuales pude resolver con este capítulo.

El segundo capítulo *género* me permitió, conocer el enfoque bajo el cual elaboraría la propuesta pedagógica, elegí este enfoque porque es el que propone la equidad entre hombres y mujeres y gracias al cual hoy en día se empieza a reconocer el papel de la mujer en la sociedad, gracias a este también es posible identificar la educación sexista que hemos tenido por años y que encubre al machismo para dar pie a las relaciones con desigualdad de poder, es decir las relaciones interpersonales con algún matiz de violencia.

El tercer y cuarto capítulo *violencia* y *violencia en el noviazgo* respectivamente me han permitido profundizar mis conocimientos sobre estos para elaborar la propuesta.

Desde un principio sabía que el tema del cual quería elaborar mi trabajo de titulación era violencia en el noviazgo sin embargo no tenía mucha claridad en cómo iba a presentarlo, al definir que quería elaborar un taller para adolescentes, determiné con ayuda de mí asesora que los temas que me aportarían las bases teóricas necesarias para el diseño de este taller serían precisamente los mencionados anteriormente.

Elaborar estos capítulos me ayudó bastante, sobre todo para tener los fundamentos teóricos elementales que quiero transmitir a l@s jóvenes. Conforme iba elaborando estos capítulos las dudas sobre los temas se iban disipando, a su vez surgían nuevas y algunas probablemente aún no surjan por el momento pero es importante disipar aquellas dudas que vayan surgiendo para brindar una orientación adecuada, de lo contrario si uno mismo no tiene claridad del tema, difícilmente puede ser claro con los demás.

Elaborar esta propuesta pedagógica me ha llenado de satisfacciones profesionales pero sobre todo personales, este taller ha representado para mí un gran reto porque al principio lo percibía como algo muy sencillo, y conforme fue evolucionando el trabajo y junto con él yo a la vez, me di cuenta de que era cada vez más complejo. Hoy el sólo hecho de haberlo concluido me llena de satisfacción porque por difícil que haya resultado en algún momento finalmente mi esfuerzo y empeño se han visto gratificados al concluir esta meta.

En el diseño de este taller contemplé además la elaboración de dos manuales, uno para el participante y otro para el instructor. Curiosamente diseñar y planear las sesiones fue para mí algo muy sencillo sin embargo la elaboración de los manuales fue lo que de verdad me hizo meterme de lleno y reflexionar sobre la información que quería que l@s chic@s, instructores y todas aquellas personas involucradas en el taller. A pesar de la dificultad que en algún momento éstos pudieron representar para mí, al concluir este trabajo fue la parte que más satisfacción me hizo sentir, esto lo atribuyo a que siento que el taller junto con los manuales son en sí mi aportación pedagógica.

Tal vez es de cuestionarse por qué un manual puede tener tanto significado para mí, considero que si bien es cierto que el diseño del taller implica trabajo y esfuerzo, también es cierto que la elaboración de los manuales implica plasmar lo propuesto en las cartas descriptivas a manera de que el lector pueda comprender lo que estamos escribiendo o plasmando en este manual y a su vez tiene que ser congruente con la propuesta de las cartas descriptivas, probablemente por eso sea que la sensación de satisfacción al hacer las dos cosas, tanto los manuales como el diseño de las sesiones.

Considero que mi propuesta pedagógica es buena pues a pesar de contemplar únicamente el diseño y planeación del taller, este diseño fue pensado como si una vez terminado se llevara a la práctica. Dicho de otro modo se pensó hasta en la manera en cómo se podría presentar la teoría para cada uno de los temas. Sin embargo, es importante dejar claro que mi trabajo es sólo una propuesta la cual puede ser mejorada y perfectible de acuerdo a las expectativas e intereses de l@s interesados en esta.

Profundizando un poco en el tema de la violencia en el noviazgo este taller sin duda, representa una alternativa para reflexionar sobre la importancia de concientizar sobre el pasado y los patrones de conducta heredados a fin de modificarlos y evitar repetirlos en el presente, para vivir relaciones de noviazgo sanas y libres de violencia. Las actividades retomadas precisamente de propuestas a favor de relaciones libres de violencia, cumplen con el objetivo de reflexionar y concientizar sobre la manera en que vivimos nuestras relaciones de noviazgo, a fin de mejorarlas.

L@s pedagog@s tenemos como labor educar y reeducar a nuestra sociedad, esta propuesta se elaboró con la finalidad de concientizar a l@s jóvenes sobre esta problemática social, para lograr un reconocimiento de tod@s l@s que asistan al taller.

Este trabajo implicó para mí satisfacción en distintas áreas de mi vida, profesional, laboral y personal, con ella pude concluir la etapa estudiantil más importante de mi vida, la

universidad a la cual agradezco el conocimiento, gusto e interés por contribuir como pedagoga y como persona a la mejora de esta sociedad, en la cual he crecido y gracias a la que hoy concluyo esta propuesta.

Elaborar esta propuesta me permitió también esclarecer mi pasado, entenderlo y con ello trabajar en mi presente para establecer relaciones de pareja sanas y libres de violencia.

En cuanto a lo laboral me ha permitido definir el campo profesional en el que quiero ejercer mi profesión.

Para terminar considero que la labor pedagógica en esta problemática social, es basta y amplia, es verdad que es todo un reto pero también es necesario recordar que la pedagogía existe por todas aquellas problemáticas sociales que son necesarias abordar desde la educación, como la violencia en el noviazgo, que probablemente surge como resultado de las conductas aprendidas durante la vida y como lo aprendido se puede desaprender, l@s pedagog@s podemos contribuir en este reto para desaprender las conductas violentas que ponemos en práctica a diario. Proponer no es suficiente, pues considero que para contribuir de manera óptima en la mejora de esta sociedad es necesario actuar, sin embargo a pesar de que esta propuesta se limita en el diseño, el hecho de realizarla me ha ayudado a modificar conductas que pueden impactar en los demás y con ello contribuir en la promoción de vivir relaciones sanas y libres de violencia.

Fuentes consultadas

- Corsi Jorge. *Violencia masculina en la pareja: una aproximación al diagnóstico y los modelos de inversión*. Buenos Aires. Paidós. 1995.
- Aguilar J. Pubertad y reproducción en: *Hablemos de sexualidad*. México: MEXFAM, 1990.
- Alda Facio, *Juzgar con perspectiva de género. Manual para la aplicación en México de los tratados internacionales de protección de los derechos humanos de las mujeres y la niñez*. Instituto Nacional de las Mujeres. México. 2002.
- Artículo 5° de la Ley del Instituto Nacional de la Mujeres.
- Blanca Aguilar Plata, Tapia Campos Martha. *La violencia nuestra de cada día* Comunicación Política Editores & Plaza Valdez y Editores. México 2006
- Blanco, María T. *Relaciones de violencia entre adolescentes. Influencia de la familia, la escuela y la comunidad*. Espacio editorial, 2006, Buenos Aires Argentina.
- Buil, Rada, Carlos, Iñaki Lete Lasa, et. Al. *Manual de salud reproductiva en la adolescencia. Aspectos básicos y clínicos*. INO reproducciones S.A de C.V., España 2001
- Carreto, Mario, Jesús Palacios y Álvaro Marchesi. *Psicología Evolutiva 3. Adolescencia, Madurez y Senectud*. Madrid, 1995, Alianza Editorial, Tercera Reimpresión.
- Casas, María de la Luz. *Hablemos con los jóvenes: guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros*. México, Trillas 1998.
- Castro Pérez, Roberto. *Encuesta sobre la dinámica de las relaciones en el noviazgo entre las estudiantes de bachillerato y preparatoria de una escuela privada, 2006. Marco teórico, diseño metodológico y resultados*. Instituto Nacional de las Mujeres.
- Cazés, Daniel. *La perspectiva de Género. Guía para diseñar, poner en marcha, dar seguimiento y evaluar proyectos de investigación y acciones públicas y civiles*. CONAPO-PRONAM. México. 1998
- Corsi Jorge, Graciela María Peyru. *Violencias sociales, estudios sobre violencia*. Aziel. Barcelona 2003.

- ⊙ Corsi, Jorge, La violencia hacia la mujer en el contexto doméstico, Fundación Mujeres. Consultado en: <http://www.corsi.com.ar/articulos.html>
- ⊙ Corsi, Jorge. “Abusos y victimización de la mujer en el contexto conyugal”, en *Violencia Doméstica*. CIDHAL Centro para mujeres, Cuernavaca, Morelos, México, 1998.
- ⊙ Corsi, Jorge. *Violencia intrafamiliar. Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social*. México, 1994.
- ⊙ Delgado Ballesteros, Gabriela. Et.Al, *Tu futuro en libertad. Por una sexualidad y salud reproductiva con responsabilidad*. 2008. Gobierno del Distrito Federal. México.
- ⊙ Diccionario de la Lengua Española, Real Academia Española, tomo II. Vigésimo primera edición, Madrid, 1992.
- ⊙ Domenech, Jean Marie en *Revista Internacional de las Ciencias Sociales* vol. XXX n°4, UNESCO, 1978, París.
- ⊙ Ernesto J. Rage Atala . *La pareja elección, problemática y desarrollo*. Universidad Iberoamericana. Plaza y Valdéz. México. 1996.
- ⊙ Feldman, Turner y Araujo, *Trayectorias sexuales durante la adolescencia: Relación, Características demográficas y riesgo Sexual*. Springer Netherlands. Utrecht. 1999.
- ⊙ Fernández Cáceres, Carmen. *Violencia familiar y adicciones. Recomendaciones preventivas*. Centros de Integración Juvenil. México, Distrito Federal. 2007.
- ⊙ Flores González, Ana María y Roberta Medellín Tapia. *Adolescencia y Aprendizaje*. 3° ed. México SepIndautor
- ⊙ Flores Palacios, Fátima Lorenia Parada Ampudia *Las sexualidades y las ideologías. Antología de la sexualidad humana, Tomo I. Miguel Ángel Porrúa/CONAPO*, México, 1994.
- ⊙ Fromm, Erich. *El arte de amar*. Paidós. México. 1983.
- ⊙ Gerardo Castillo, *Los adolescentes y sus problemas*, 7ª. Ed., Editora de Revistas, México 1190.
- ⊙ Gilmore, D. , *Hacerse hombre. Concepciones culturales de la masculinidad*. Ediciones Paidós. Argentina 1994.

- ⦿ Grinder, Robert E. tr. Manuel Arbolí Gascón. *Adolescencia*. Limusa S.A de C.V., México 2004.
- ⦿ Groosman, Cecilia P y Silvia Mesterman. *Violencia en la familia: la relación de pareja: aspectos, sociales, psicológicos y jurídicos*. Universidad, 2005. Buenos Aires.
- ⦿ Gross, Richard. Tr. Gloria Padilla Sierra. *Psicología: la ciencia de la mente y la conducta*. México, 1998. Editorial manual moderno 2ª reimpresión.
- ⦿ Guía metodológica para la sensibilización en género: Una herramienta didáctica para la capacitación en la administración pública. Volumen 4: Violencia contra las mujeres, un obstáculo crítico para la igualdad de género. Instituto Nacional de las Mujeres. Noviembre 2008
- ⦿ Guido, Macías, Velázquez y Tamayo. *Ser Adolescente*. Trillas, México, 2000.
- ⦿ <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/190ssa19.html>
- ⦿ http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/global_campaign/en/campaign_newsletter1_es.pdf
- ⦿ Jersild, Arthur T., y Tasch, Ruth J. Intereses de niños y que sugieren para la educación. Nueva York: Oficina de Publicaciones, Colegio de Profesores, Universidad de la Colombia, 1949.
- ⦿ Lamas, Marta. *El género: La construcción cultural de la diferencia sexual*. Programa Universitario de Estudios de Género/Grupo Miguel Ángel Porrúa. México. 1996.
- ⦿ Lamas, Marta. Lamas, Marta. *El género: La construcción cultural de la diferencia sexual*. Programa Universitario de Estudios de Género/Grupo Miguel Ángel Porrúa. México. 1996.
- ⦿ [LEY GENERAL DE ACCESO DE LAS MUJERES A UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA
http://www.cddhcu.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf](http://www.cddhcu.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf)
- ⦿ Lutte G. *Liberar la adolescencia*. Herder. España. 1988
- ⦿ María de los Ángeles Ituarte, *Adolescencia y personalidad*, Trillas, México, 1997.
- ⦿ Martínez Escudero, María Vega y Oscar Fernández Rodríguez. *Malos tratos: detección precoz y asistencia en atención primaria*. México, 2005, Ars. Médica.

- ⦿ Material lectura “Psicología del aprendizaje y la motivación” Capítulo 5.El efecto Pigmalión
- ⦿ Monroy, Anamelí, *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud. Guía práctica para padres y educadores*. México 2004. Editorial Pax México. 1ª reimpresión.
- ⦿ Montagu, A. *La naturaleza de la agresividad humana*, Madrid, Alianza, 1978.
- ⦿ Murphy, G. *Personality: A bio-social approach to origins and structure*. New York 1947. Harper & Row
- ⦿ Piaget j, & Inhelder B., *The psychology of the child*. London, 1969, Ed. Routledge & Kegan Paul.
- ⦿ Piaget, J. *La teoría de Piaget Versión castellana*. London. Ed. Mussen, Manual de Psicología Infantil.
- ⦿ Pick de Weiss, S. y Vargas Trujillo, E. (1990). "Yo adolescente: Respuestas claras a mis grandes dudas". México: Editorial Planeta (3ª edición, 19ª reimpresión, 2001).
- ⦿ Rivera, Mendoza Margarita. *La sexualidad y su significación en el cuerpo adolescente*. México. 2007 Miguel Ángel Porrúa Editores.
- ⦿ Ruíz María Guadalupe. *Rostros y máscaras de la violencia. Un taller sobre amistad y noviazgo para adolescentes*. México. 1999 IMIFAP
- ⦿ Saavedra, R. Manuel S. *Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor*. México. 2004 Pax Editores.
- ⦿ Santrock, John W. *Psicología del desarrollo en la adolescencia*. 9a ed. Tr. Ana Carmen Pérez Mc. Graw Hill. España 2003
- ⦿ Soifer Raquel. *¿Para qué la familia?* Ed. Kapelusz
- ⦿ Tanner. J.M., 1962, *La evaluación de Crecimiento y madurez en niños, en metabolismo de proteína*. Berlín Springer - Verlag.
- ⦿ Vargas, Fermín Helia Leticia y Mario González Santoyo. *El hombre la orientación y la sociedad*. México, 1995. EPSA (Ediciones Pedagógicas S.A. de C.V.)
- ⦿ *Violencia en la familia: la relación de pareja: aspectos, sociales, psicológicos y jurídicos*. Universidad, 2005. Buenos Aires.

- © Whaley Sánchez, Jesús Alfredo. *Violencia intrafamiliar: causas biológicas, psicológicas, comunicacionales e interaccionales*. Plaza y Valdez Editores. México. 2001

Anexos

Taller



¿Qué onda
en el noviazgo?



MANUAL
DEL
PARTICIPANTE

Presentación

Tú... Que estás atravesando por una etapa muy importante en tu vida que de pronto tus extremidades crecen, tu cuerpo comienza a ser diferente y empiezas a sentir interés por otr@s chic@s, sientes confusión entre si lo que sientes es amistad u otro tipo de atracción ó ya has tenido tus primeras experiencias de noviazgo; de pronto te preguntas ¿qué onda con el noviazgo? Es común que te enfrentes a **dificultades para iniciar una relación. De pronto** cuestiones como *“Tengo una amiga que sé que le gusto, pero no sé cómo hablarle o qué le digo, ¿qué puedo hacer?”*; *“Hay un chavo guapísimo que me encanta, no sé cómo acercarme a él sin que me rechace”* *“Mi novi@ me pidió la prueba de amor y yo no estoy segur@”*, *“Me han dicho que al chavo que me gusta lo han visto con otra chica y que no me haga ilusiones”*. *“El chico que me gusta me invito a salir, pero estoy castigada”* *“Mi novio me cortó y me siento muy mal”* *“Mi novi@ se enoja porque tengo muchos amig@s”*, ¿invaden tu cabeza? Es natural, que surjan dudas como éstas, que cambies de opinión, que hoy estés convencido de algo y mañana no, aunque parezca raro así es, esto es parte de esta etapa tan importante de tu vida. Lo importante es que tengas siempre presente tus intereses y deseos como ser humano. En este taller encontrarás un espacio para expresarte y las herramientas necesarias para establecer relaciones interpersonales sanas, que te permitan ser tal y como tú eres.

¡Bienvenido a este espacio de aprendizaje!

Objetivos

Al concluir este taller tú podrás reconocer:

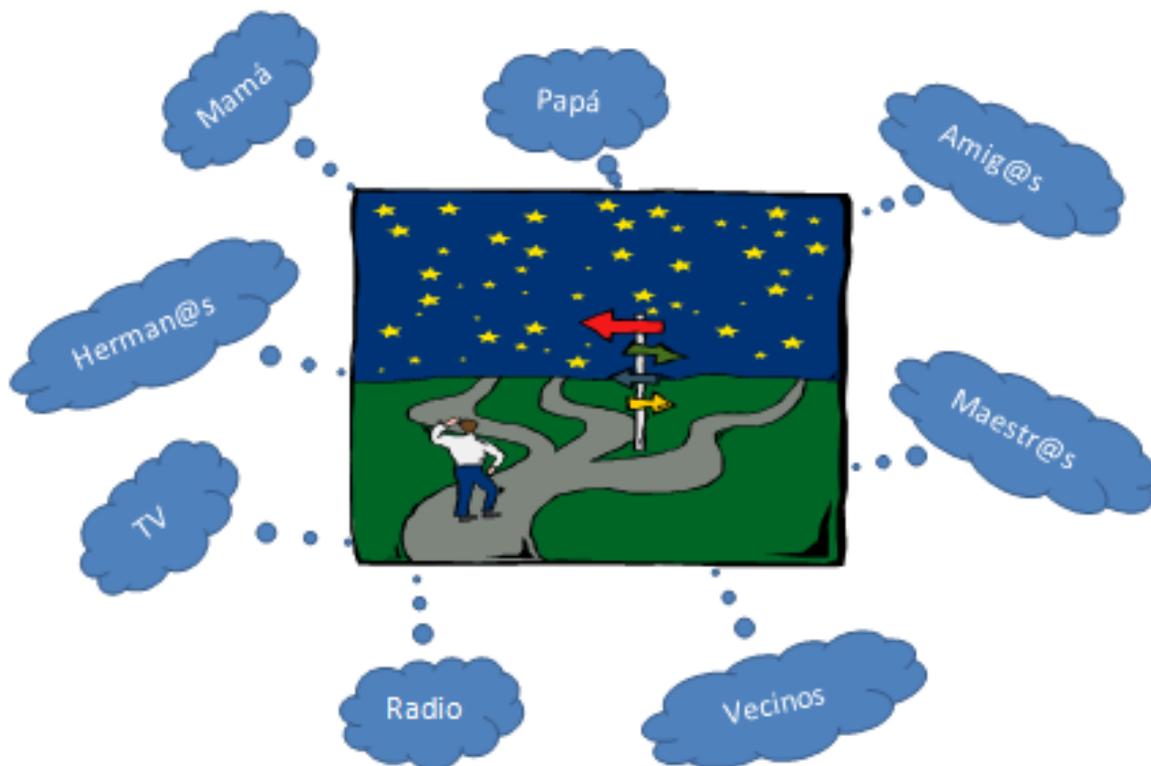
- Tu valor como ser humano.
- La importancia que tiene la forma en que te comunicas en tus relaciones interpersonales.
- Las características de la violencia.
- La importancia de tener relaciones sanas y libres de violencia.

Contenido temático

1. ¿Quién soy?
2. ¿Y la sexualidad?
3. ¿Qué tiene que ver la Autoestima conmigo?
4. Estilos de comunicación
5. Asertividad
6. ¿Qué son las relaciones interpersonales?
7. ¿Son importantes los valores en las relaciones interpersonales?
8. ¿Qué es la violencia?
9. Violencia en el noviazgo
10. ¿Cómo mejorar mis relaciones?

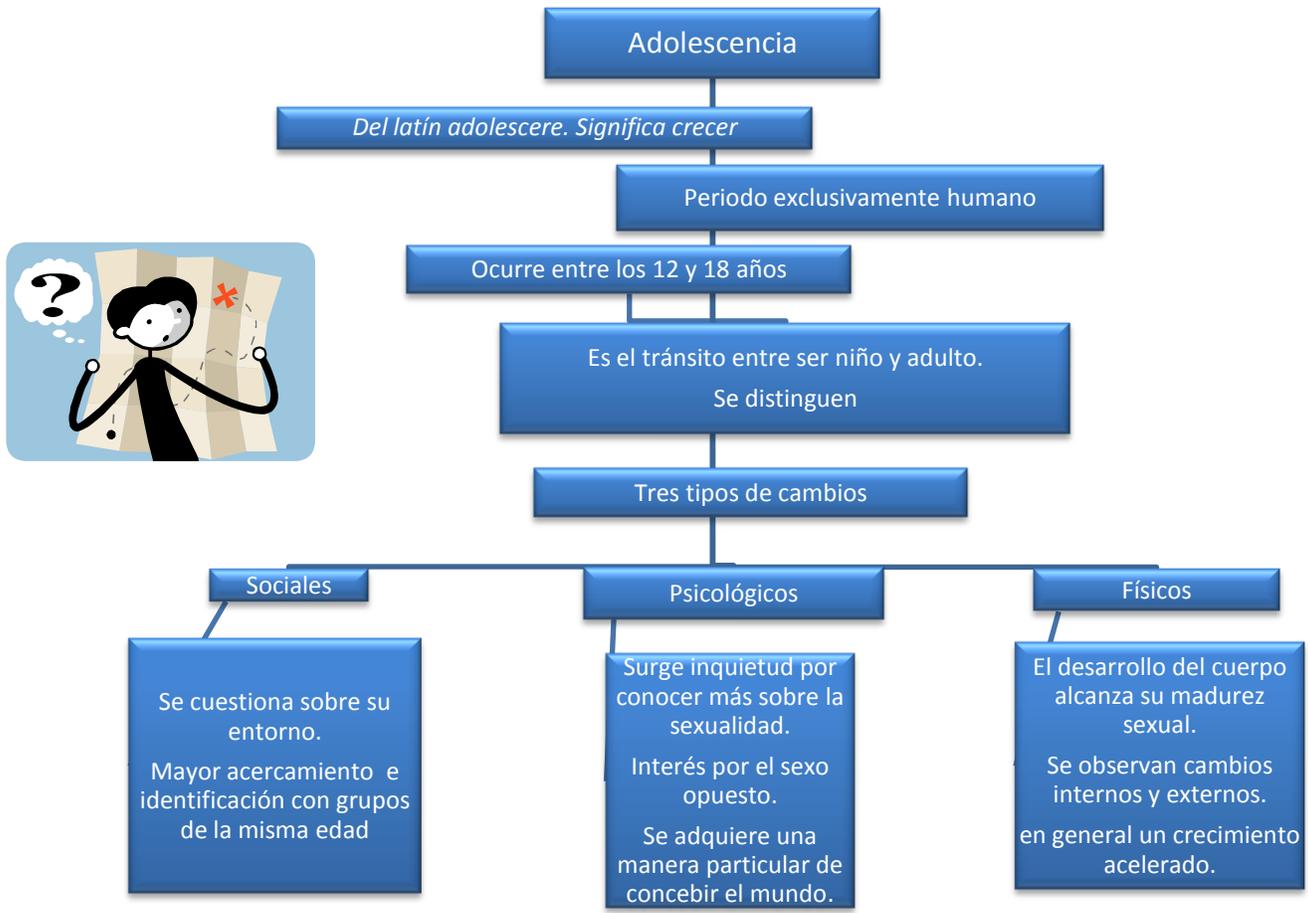


¿A QUIÉN LE HAGO CASO?

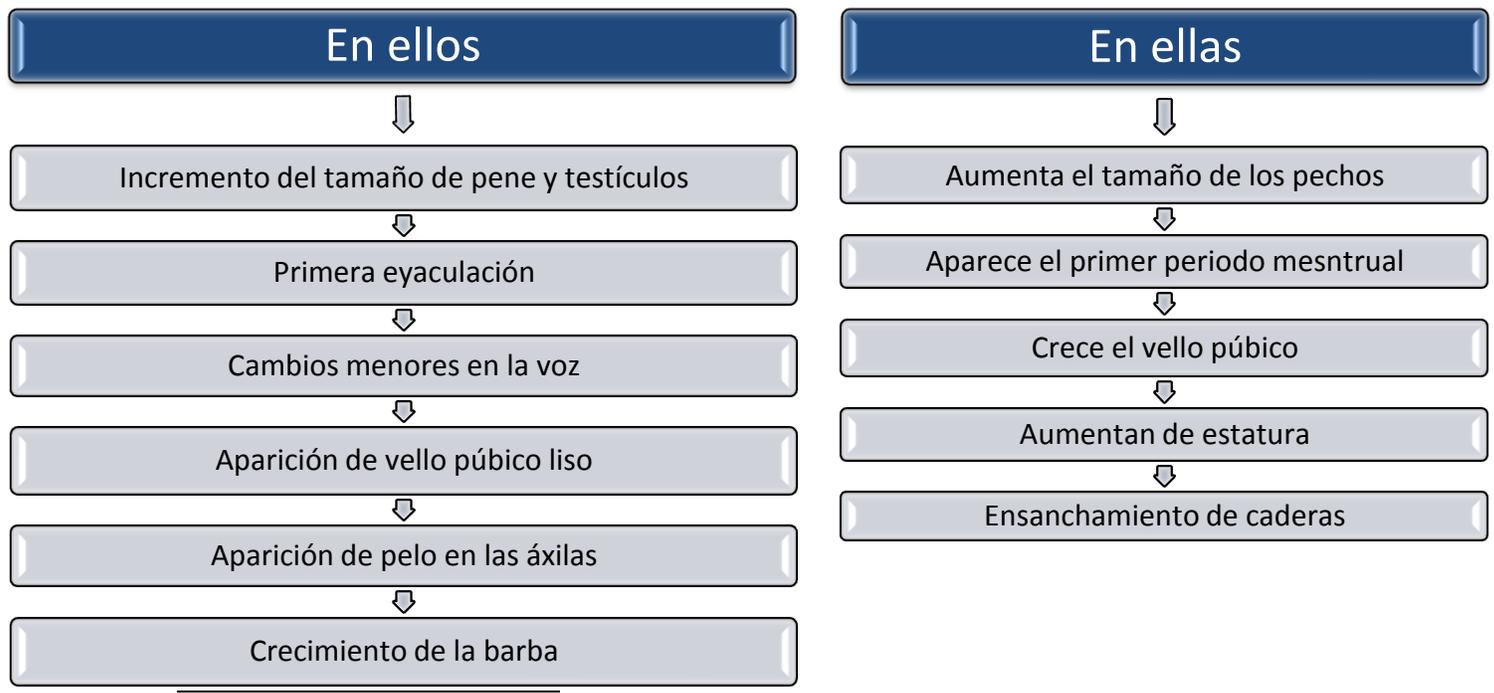


¡Bienvenido a este espacio de aprendizaje!
Aquí podrás solucionar aquellas dudas acerca del noviazgo. En este espacio descubriremos claves importantes que te muestren lo que eres capaz de ser y hacer.



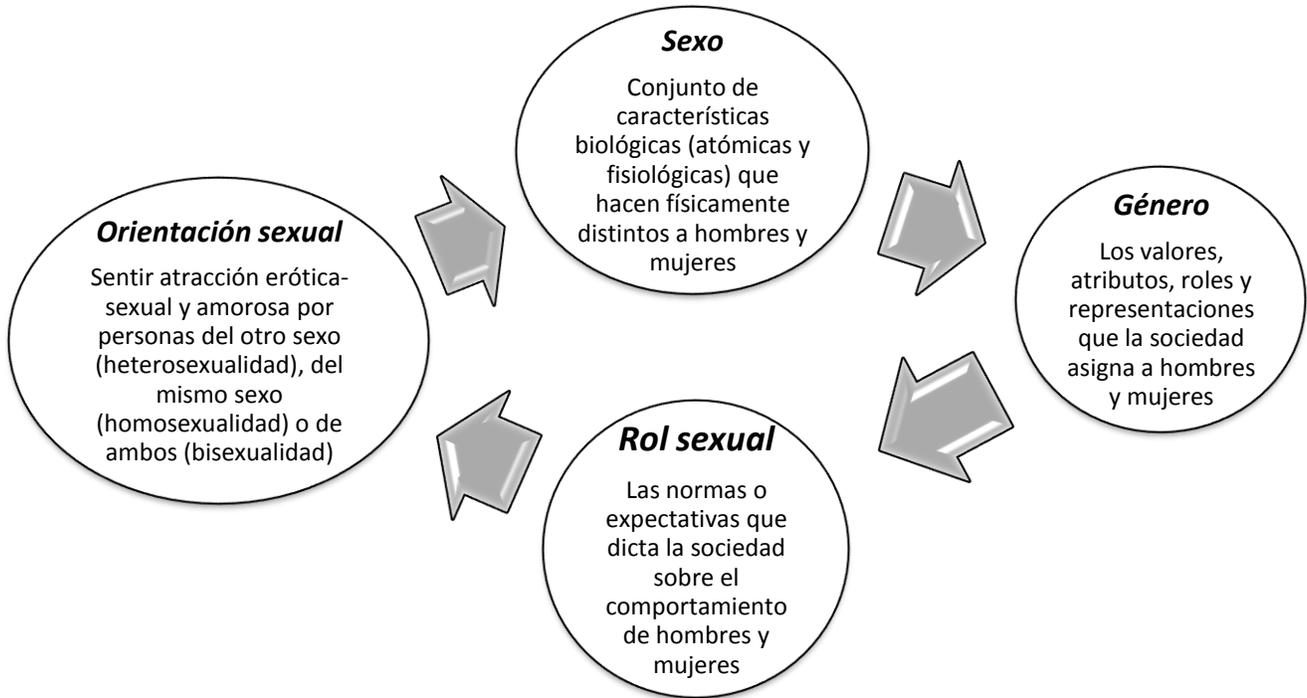


PRINCIPALES CAMBIOS FÍSICOS¹³⁸



¹³⁸ Santrock, John W. Psicología del desarrollo en la adolescencia. 9a ed. Tr. Ana Carmen Pérez Mc. Graw Hill. España 2003 P. 56-57

¿Y la sexualidad?



¡Solo tú puedes decidir!

Métodos anticonceptivos

Evitan que el óvulo y el espermatozoide se unan

Temporales

- * Preservativo o condón
- * DIU (Dispositivo intrauterino)
- * Espermicidas espumas, jaleas y óvulos)
- * Hormonales (pastillas, inyecciones e implantes)

Temporales naturales

- * Ritmo
- * Método ritmo calendario
- * Coito interrumpido
- * Palpación del cuello uterino

Definitivos

- * Vasectomía
- * Salpingoclasia

ITS (Infecciones de Transmisión Sexual)

Son padecimientos infecciosos que se transmiten principalmente por contacto sexual desprotegido.

Se transmiten :

- * Por intercambio de líquidos corporales.
- * El coito o penetración vaginal, y anal y el sexo oral.
- * El coito anal
- * De la madre al feto

Algunas de ellas son:

- * Gonorrea
- * Sífilis
- * Herpes
- * Virus del papiloma humano
- * SIDA



¿Qué tiene que ver la autoestima conmigo?

Autoestima

Coopersmith (1967), la definió como "el juicio del valor personal, que se expresa en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo".

Es la valoración que tenemos de nosotros: la opinión y el sentimiento que cada uno tienen acerca de sí mismo de los propios actos, valores y conductas

Bibliografía

Pick de Weiss, S. y Vargas Trujillo, E. (1990). "Yo adolescente: Respuestas claras a mis grandes dudas". México: Editorial Planeta (3ª edición, 19ª reimpresión. 2001).

Es normal que a veces nos sintamos bien y a veces mal con respecto a nosotros mismos. Pero existen personas que parecen tener siempre una sola clase de autoestima, o siempre alta o siempre baja.



Cuando la autoestima es alta, nos sentimos llenos de energía y entusiasmo, capaces de todo seguros de nuestro valor e importancia



Cuando la autoestima es baja, estamos cansados, nada nos entusiasma, nos sentimos inseguros de nuestras capacidades, sentimos que valemos poco



Características de las personas con autoestima

Alta	Baja
Piensa que su vida hace una diferencia importante en el mundo y en las personas que le rodean	Piensa que es insignificante
Confía en sus capacidades	Se pasa la vida esperando que le ocurran las peores catástrofes, hasta que le ocurren
Se caracteriza por su honestidad, su amor hacia sí misma y hacia los demás	Vive con el temor de ser pisoteada, menospreciada, abandonada, engañada.
Se expresa con libertad	Vive aislada del mundo
Sabe que puede contar con ella misma para todo lo que sea necesario	La soledad parece seguirla
Tiene confianza en su presente	Tiene dificultades para comunicarse
Se acepta tal y como es, y al mismo tiempo desea mejorar	
Disfruta cuando logra mejorar, pero entiende que no siempre es posible	

Es importante que tengas en cuenta que la autoestima se aprende, por lo tanto podemos cambiarla y volverla más positiva.

¿Cómo mejoro mi autoestima?

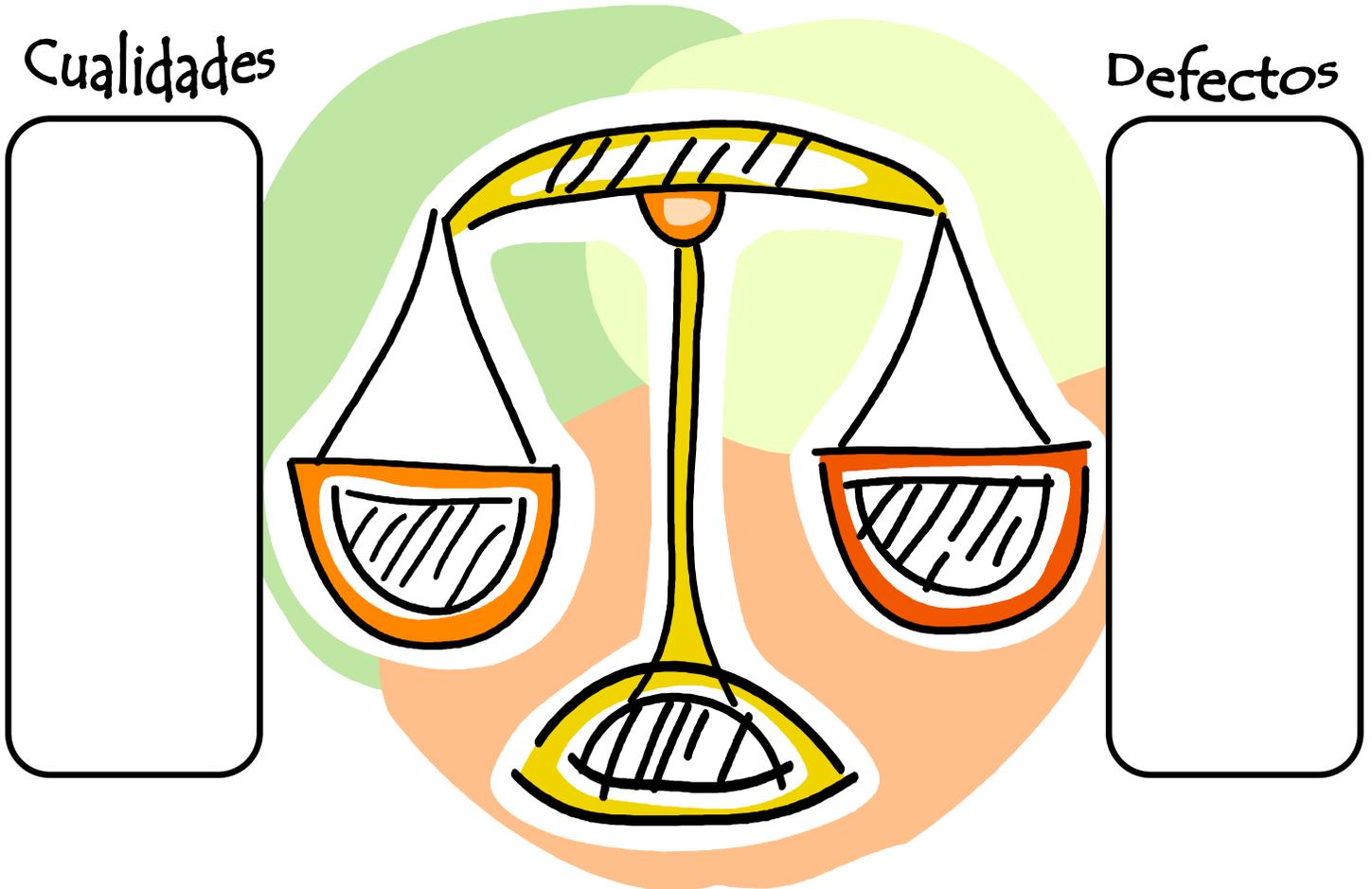


- 1.- Reconoce el nivel de tu autoestima
- 2.- Convéncete de que la autoestima se puede cambiar
- 3.- Decídete a cambiarla



Sólo nosotros mismos, podemos hacer el cambio.

A continuación te presentamos una balanza escribe de un lado las cualidades, del otro los defectos que consideras tener y que influyen en tu nivel de autoestima, después reflexiona sobre cuales pueden modificarse y trabaja en ellos.



Es recomendable que una balanza se encuentre equilibrada valora como se encuentra la tuya. Trabaja en los aspectos que consideres que te ayudarán a elevar tu autoestima... si y solo si puedes cambiarlos de lo contrario trata de aceptarlos...

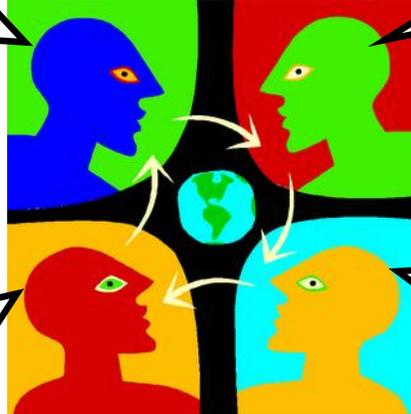
Estilos de comunicación

Comunicación

Intercambiar información entre dos o más personas
Pick. Susan

Se compone de

- Emisor
- Receptor
- Mensaje



Emisor: es quien transmite el mensaje
Receptor: es el que recibe la información
Mensaje: es lo que se quiere decir

Comunicación verbal:

Se ejerce el diálogo

Comunicación no verbal:

Actitudes y mensajes que no se expresan con palabras

Antes de comunicar algo

reflexiona:

- ✓ Qué queremos decir
- ✓ Cuanto decir de todo lo que sabemos
- ✓ Cuándo es el momento oportuno
- ✓ Cómo decirlo.



Comunicación pasiva

Confía en otr@s más que en sí mismo

No expresa lo que siente y piensa

Permite que otr@s tomen decisiones por él/ella

Siempre de acuerdo

No expresa desacuerdos

No expresa sentimientos verdaderos

Piensa que los demás tienen más derechos que él/ella

No habla

Se pregunta por qué no recibe crédito su trabajo

Efectos

Se da por vencido

Desarrolla dependencia en sus relaciones

Pierde progresivamente su autoestima



Comunicación Agresiva

Saca provecho de otros para conseguir sus metas

Es expresivo y autoestimulante a expensas de los demás

Interrumpe

Es condescendiente y sarcástico

Tiene contacto visual airado

Hace ademanes amenazadores

Utiliza voz muy alta e interrupciones frecuentes

Utiliza términos sexistas o racistas

Usa palabrotas y lenguaje abusivo

Piensa que no comete errores

Efectos

Provoca la contra agresión

Se enferma

Deteriora sus relaciones humanas

Miente y encubre



ASERTIVIDAD



La forma más eficaz y más sana de comunicación.

Es cómo nos expresamos naturalmente cuando tenemos una buena autoestima, dándonos la confianza para comunicarse sin juegos y sin manipulaciones.

Cuando somos asertivos hacemos valer nuestros derechos diciendo lo que necesitamos, creemos, sentimos y pensamos, de manera clara, directa, firme, sin agredir, respetando a las otras personas.

Asertividad implica hacerse respetar y respetar a los demás.



Características de la asertividad

Sabe escuchar

No enjuicia ni etiqueta

Cree en sí y en otros

Establece límites

Se expresa de manera directa y honesta acerca de sus sentimientos y de lo que quiere

Expresa sus deseos y lo que piensa

Utiliza un lenguaje directo y sin ambigüedades

Mantiene buen contacto visual

Sabe que tiene derechos igual de los demás

Refleja entusiasmo o bienestar

Se cree valioso al igual que los demás



¿Qué se necesita para ser asertivos?

- ~ Aceptarnos y valorarnos a nosotros mismos.
- ~ Mantener con firmeza nuestra posición, respetando a los otros.
- ~ Ser claros, directos y firmes en la comunicación.
- ~ Saber cuándo, dónde y cómo decir las cosas.



¿Qué son las relaciones interpersonales?

Todas las personas establecemos numerosas relaciones a lo largo de nuestra vida, como las que se dan con nuestros padres, nuestras herman@s, amig@s, compañer@s de la escuela o vecin@s.

- A través de ellas intercambiamos formas de sentir y ver la vida, también compartimos, necesidades, intereses y afectos.



A estas relaciones se les conoce como *relaciones interpersonales*

Amistad

Una de las relaciones interpersonales más comunes que la mayoría de las personas tienen en la vida

Se da en distintas etapas de la vida y en diferentes grados de importancia y trascendencia

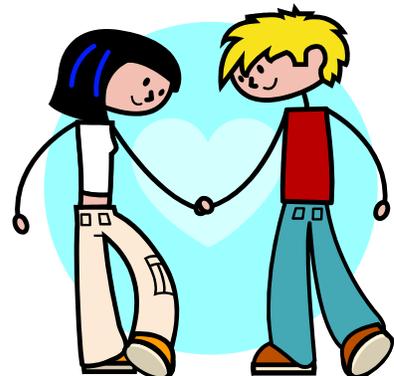
Ocurren entre personas que comparten expectativas similares respecto al comportamiento recíproco

Noviazgo

La palabra proviene del latín "novus" nuevo

Es un periodo variable en el cual una pareja, se conoce en aspectos sustanciales de la personalidad de cada uno

Cada encuentro nuevo significa un aprendizaje del rol sexual opuesto y de las características psicológicas anheladas



Notas:



Los valores en las relaciones interpersonales

Son ideales que orientan la conducta de los seres humanos. Hacen referencia a lo ético, justamente a lo que la sociedad valora.

Lo más importantes
En las relaciones
Interpersonales son:



- Se refiere a *aceptar* y *respetar* las diferencias en el otro reconociendo sus puntos de vista, posturas y creencias

Tolerancia

Respeto

- Es el reconocimiento de los derechos de las personas y de la sociedad.
- Para que exista el respeto, es necesario primero el respeto por uno mismo.

- Es la capacidad de cada persona de conocer y aceptar las consecuencias de un acto o decisión.; es decir, asumir lo que de ello se derive.

Responsabilidad

Honestidad

- Es la cualidad humana por la que la persona se decide a elegir y actuar siempre con base en la verdad y en la justicia auténtica.
- Implica ser coherente con lo que se dice, se hace y se piensa.



¿Cómo identificar los valores propios?

Una manera de identificar si algo es auténticamente un valor nuestro, consiste en responder las siguientes preguntas:

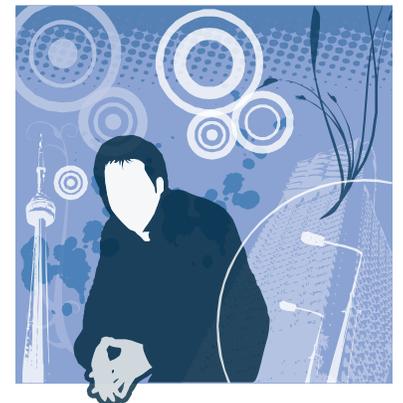
- ¿En qué valor creo?

- ¿Estoy seguro de que realmente creo en esto?

- ¿Por qué?

- ¿Estoy lo suficientemente seguro de los valores en los que creo como para comentárselo a mis amigos, como para luchar por ellos?

- ¿Adquirí estos valores bajo una presión ajena?



Estas preguntas te servirán como guía para definir que los valores ejerces en tu vida.

Violencia

La raíz etimológica de la palabra violencia, remite al concepto de “fuerza”, la violencia implica siempre el uso de la fuerza para producir daño.

•La Organización Mundial de la Salud, la define como *el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas posibilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.*

El Diccionario de la Real Academia Española define *violentar* como *la aplicación de medios sobre personas o cosas para vencer su resistencia.*

Diccionario de la Lengua Española, Real Academia Española, tomo II. Vigésimo primera edición, Madrid, 1992.

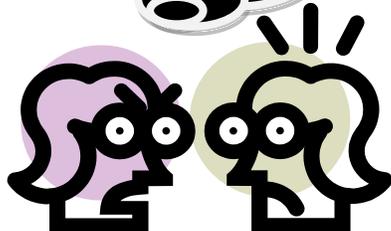


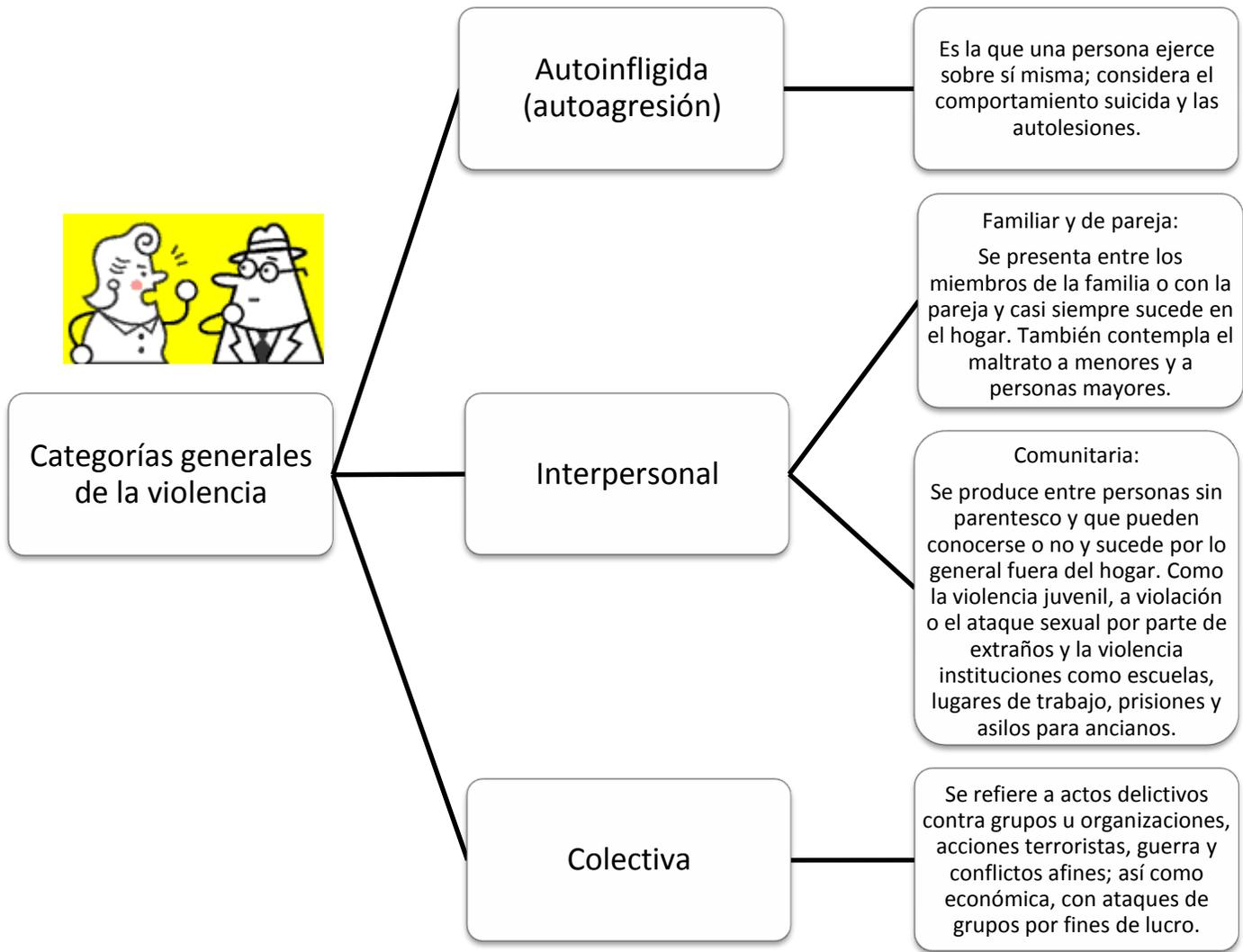
Características para definir la violencia:

1. Que sea recurrente y constante, no sólo único o aislado.
2. Que sea intencional, es decir, con claridad en la conducta.
3. Que implique un acto de poder o sometimiento: controlar a quien la recibe.
4. Tendencia a que cada vez sea mayor la gravedad de la lesión.



Por tanto violencia es cualquier acto que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para el ser humano, incluyendo las amenazas de dichos actos, coerción y/o privaciones arbitrarias de libertad, que ocurren ya sea en la vida pública o privada.





TIPOS DE VIOLENCIA

Violencia Física:

Se refiere a agresiones en el cuerpo, incluye acciones como pegar, empujar, cortar, puede ser ejercida con objetos o con partes del cuerpo. Va desde daños leves a graves.

Violencia Psicológica:

Consiste en juegos psicológicos, chantajes, reírse de, sembrar rumores, aislar y rechazar. Se manifiesta en actos que atacan los sentimientos o las emociones de la persona.

Violencia Económica:

Hace referencia al control de los recursos económicos.

Violencia Sexual:

Se refiere a los actos sexuales impuestos, sin consentimiento o de la persona.

Violencia Verbal:

Se refiere a amenazas, insultos, burlas, frases dañinas, es la más usual y repetitiva.

Abandono:

Es el acto de desamparo injustificado hacia uno o varios miembros de la familia con los que se tienen obligaciones

Maltrato infantil:

Se demuestra mediante el abuso físico, emocional, o sexual mediante abandono físico y emocional o en el caso de los niños que presencian actos de violencia



EL CICLO DE LA VIOLENCIA



Leonor Walter¹³⁹ describió el patrón cíclico que sigue la violencia, para explicar cómo se produce y mantiene la relación de maltrato, el ciclo se desarrolla en tres fases:



1. **Acumulación de tensión**
2. **Fase aguda de la agresión**
3. **Fase de luna de miel**

Acumulación de tensión

Persona violentada	Persona que ejerce violencia
Tiene enojo, desesperación, tensión, miedo, vergüenza, disgusto y depresión. Se siente humillada y que recibe un trato injusto.	Tensa, frustrada, a disgusto y celosa.
Se comporta de manera cuidadosa, sumisa y trata de disminuir el enojo o la frustración de su pareja.	Su comportamiento es explosivo, iracundo, posesivo, dominante, exigente, irritable y utiliza el silencio para controlar.
	Puede consumir alcohol y otras drogas.

Fase de explosión violenta

Persona violentada	Persona que ejerce violencia
Se siente asustada, atrapada, inútil y paralizada ante la violencia.	Presenta enojo, ira, disgusto, celos o frustración.
Trata de protegerse o aparentar que esta inconsciente, busca responder a los golpes o comportarse sumisa, intenta huir o buscar ayuda.	El comportamiento es peligrosamente violento, castiga duramente, sus acciones tienen un marcado intento de herir o asesinar, está fuera de control y es irracional.

Fase de luna de miel

Persona violentada	Persona que ejerce violencia
Siente enojo por lo sucedido, tiene sentimientos de culpa y esperanza.	Remordimiento, olvida el grado de violencia, no tiene la habilidad de entender por qué su pareja se siente molesta y siente inseguridad y miedo de perderla.
Inventa excusas para el agresor, trata de resolver o prevenir futuros incidentes, espera y cree que el cambio será duradero.	Se siente apenada después de cometer el abuso (por lo menos las primeras veces), pide perdón, llora, promete cambiar, se amable, buena pareja y padre. Admite que lo ocurrido estuvo mal.

¹³⁹ Martínez Escudero, María Vega y Oscar Fernández Rodríguez. *Malos tratos: detección precoz y asistencia en atención primaria*. México, 2005, Ars. Médica, p.20.

Violencia en el noviazgo



Nada justifica la violencia, en ninguna circunstancia; el amor no debe estar asociado con el sufrimiento. Pensar que con el tiempo el agresor cambiará es falso, nadie cambia a petición o por necesidad.

Víctima

- Se define como víctima a una persona que ha recibido una lesión física demostrable, deliberada, grave y repetida por parte de su compañero.

- Reflexiona la manera de compartir y organizar tiempos, estudios, necesidades, intereses de ambos; todos son importantes, no sólo los de alguien en particular.

Creencias de la víctima

- Incondicionalidad
- Amor
- Poder
- Disminución del propio valor



¿Cómo identifico que mi relación de noviazgo es violenta?

TEN CUIDADO CUANDO:

Critican constantemente tus principios familiares, la convicción personal y la religión.

Se expresan celos de amigos, compañeros o familiares.

Se quiere controlar todo lo que haces.

Te obliga, con chantajes y manipulaciones, a tener relaciones sexuales.

Te critica constantemente la forma de vestir, de ser, de hablar.

Te trata de aislar socialmente.

Te hacen escándalos en público y amenazas con el abandono si no haces lo que él o ella desea.

Utiliza la lástima para justificar su actitud.

Coquetea con otros (as) de manera abierta.

Promete cambios que nunca llegarán.



Puedes vivir una relación violenta

¿CÓMO PUEDO MEJORAR MI NOVIAZGO, PARA TENER UNA RELACIÓN SANA?

Rasgos de una relación sana y libre de
violencia:

El respeto

La negociación, la igualdad, la equidad y la justicia

La aceptación de las diferencias

Las responsabilidades compartidas

El comportamiento sin amenazas



Además

- ✓ Perdónate, deja de culparte por tu vida del pasado.
- ✓ Quiérete, recuerda que quien no se quiere, no puede querer a otr@s.
- ✓ Cuídate. Si tu no lo haces nadie lo hará por ti.
- ✓ Respétate. En la medida en que te respetes serás respetad@.
- ✓ Aprende a estar bien contigo para poder estar bien con l@s demás.
- ✓ Vive el día de hoy y disfruta de tu esencia como persona.
- ✓ Di siempre lo que sientas.
- ✓ No te precipites, a cada momento dale su tiempo y a cada tiempo dale su momento.
- ✓ Se quiere a las personas por lo que son, no por lo que tienen.
- ✓ El noviazgo no significa únicamente tener sexo.
- ✓ Comparte con tu pareja, comunícate, respeta su forma de pensar, juntos pueden llegar a grandes acuerdos, recuerda que dos cabezas siempre piensan mejor que una.
- ✓ Propongan metas sanas, de estudio, de amistades, evitando el revanchismo y protagonismo que pueden generar violencia.





"Sólo se podrá respetar a los demás cuando se respeta uno a sí mismo; sólo podremos dar cuando nos hemos dado a nosotros mismos; sólo podremos amar cuando nos amemos a nosotros mismos"

Abraham Maslow

Fuentes consultadas

- Carreto, Mario, Jesús Palacios y Álvaro Marchesi. *Psicología Evolutiva 3. Adolescencia, Madurez y Senectud*. Madrid, 1995, Alianza Editorial, Tercera Reimpresión. P.341
- Casas, María de la Luz. *Hablemos con los jóvenes: guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros*. México, Trillas 1998. P 21 y 22.
- Castro Pérez, Roberto. *Encuesta sobre la dinámica de las relaciones en el noviazgo entre las estudiantes de bachillerato y preparatoria de una escuela privada, 2006. Marco teórico, diseño metodológico y resultados*. Instituto Nacional de las Mujeres. Pp.68
- Corsi Jorge, Graciela María Peyru. *Violencias sociales, estudios sobre violencia*. Aziel. Barcelona 2003. P.124
- Flores González, Ana María y Roberta Medellín Tapia. *Adolescencia y Aprendizaje*. 3° ed. México SepIndautor p. 55 y 56
- Fromm, Erich. *El arte de amar*. Paidós. México. 1983. Pp. 128
- Martínez Escudero, María Vega y Oscar Fernández Rodríguez. *Malos tratos: detección precoz y asistencia en atención primaria*. México, 2005, Ars. Médica, p.20.
- Pick de Weiss, S. y Vargas Trujillo, E. (1990). "Yo adolescente: Respuestas claras a mis grandes dudas". México: Editorial Planeta (3ª edición, 19ª reimpresión, 2001).
- Ruíz María Guadalupe. *Rostros y máscaras de la violencia. Un taller sobre amistad y noviazgo para adolescentes*. México. 1999 IMIFAP
- Saavedra, R. Manuel S. *Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor*. México. 2004 Pax Editores. p.32
- Santrock, John W. *Psicología del desarrollo en la adolescencia*. 9a ed. Tr. Ana Carmen Pérez Mc. Graw Hill. España 2003 P. 56-57
- <http://www.inmujeres.gob.mx/dgpe/cuerpo/Adolescencia/index.htm>

Taller



¿Qué onda
con el noviazgo?



MANUAL
DEL
INSTRUCTOR

Presentación

A medida que los jóvenes avanzan en edad y madurez, van presentando mayor atención a las personas del otro sexo. Los antagonismos sexuales que en las etapas anteriores han mantenido la distancia entre el niño y la niña comienzan en estos momentos a desvanecerse y aumentan los intereses sexuales.

De manera convencional, el noviazgo es una relación transitoria entre un hombre y una mujer, la cual brinda la oportunidad de conocerse más a fondo. Durante la adolescencia pueden darse relaciones de diversa índole, en esta etapa el sentimiento de amor que antes estaba centrado exclusivamente en los padres se vuelve sobre sí mismo. Es un primer peldaño llamado egocentrista, en el que vive una sobrevaloración de sí mismo, una autopercepción exagerada, una sensibilidad extraordinaria y un alejamiento de la realidad. Estos sentimientos también son dirigidos hacia el mejor amigo, de su mismo sexo, quien adquiere una importancia y significación que antes no tenía.

Es muy natural que en esta edad comience el interés de los chicos y chicas por las relaciones sentimentales. Como parte significativa de este proceso de crecimiento, en general el noviazgo es una experiencia que puede traer logros importantes en su desarrollo como persona, siempre y cuando sea ésta una relación sana.

Las relaciones sentimentales surgen a partir de la adolescencia como resultado de la maduración sexual y psicológica. La sensación de estar enamorado puede o no corresponder a la realidad.

En la adolescencia se dan las primeras experiencias de relaciones de pareja, y por las características propias de la edad, es también una situación llena de tensiones para los chicos. Las dudas e inquietudes que exponen hablan de su inexperiencia para relacionarse de esta forma y sobretodo, hablan de la enorme necesidad que tienen de guía y orientación por parte de los adultos.

L@s jóvenes necesitan información objetiva, oportuna y precisa que les permita conocer las características de la violencia en el noviazgo, para poder reflexionar sobre la importancia y valí de cada un@ de nosotr@s para poder establecer relaciones sanas y libres de violencia.

Este manual fue elaborado con la finalidad de proporcionar al instructor las herramientas y elementos necesarios para la impartición del taller. En este manual servirá como un apoyo para los instructores porque en el encontrarán la descripción detallada de cada una de las actividades señaladas en las cartas descriptivas de cada sesión. También se contemplan premisas y contenidos necesarios para cada sesión, es importante señalar que se anexan como apéndices los formatos necesarios en el caso de aquellas actividades que necesitan material específico como figuras o cuestionarios.

En este manual se proponen como actividades de instrucción técnicas que permitan a los participantes la reflexión de los temas como lluvia de ideas, debates así como exposiciones por parte del instructor retomadas a partir de técnicas grupales.

Objetivos

General

- Abordar el tema de la violencia en el noviazgo, a través de la realización del taller para adolescentes *¿Qué onda con tu noviazgo?*

Específicos

Que l@s participantes:

- Concienticen sobre la importancia de la etapa de la vida que están viviendo.
- Analicen el papel de la autoestima como elemento importante para el reconocimiento de ellos mismos como seres humanos y con ello poder establecer relaciones interpersonales sanas.
- Reflexionen sobre la importancia que tiene la comunicación en las relaciones interpersonales.
- Reflexionen sobre la existencia de la violencia dentro del noviazgo adolescente en la actualidad, sus características, consecuencias así como posibles soluciones.

Contenido temático

1. ¿Quién soy?
2. ¿Y la sexualidad?
3. ¿Qué tiene que ver la Autoestima conmigo?
4. Estilos de comunicación
5. Asertividad
6. ¿Qué son las relaciones interpersonales?
7. ¿Son importantes los valores en las relaciones interpersonales?
8. ¿Qué es la violencia?
9. Violencia en el noviazgo
10. ¿Cómo mejorar mis relaciones?



Sesión 1

Premisas y contenido sugeridos

Adolescencia

Es un periodo exclusivamente humano, en este ocurre el tránsito de la niñez a la edad adulta por medio de iniciaciones y de ritos que difieren según la cultura, es un periodo de cambios y adaptaciones

A veces nos sentimos muy grandes y otras muy chiquitos. Todavía no somos adultos pero ya no somos unos niños. En ocasiones creemos y sentimos que tenemos el mundo en nuestras manos, otras veces nos sentimos con dudas, inseguros, tristes como si nos estuviera lloviendo y granizando solo a nosotros.

Nos gusta correr riesgos, sentimos que los demás pueden estar en peligro pero nosotros no, queremos que nos traten como adultos y tener los privilegios de la libertad, pero a la vez no queremos crecer ni tomar grandes responsabilidades.

Principales cambios entre la niñez y la adolescencia¹⁴⁰:

Los cambios más importantes en el pase de la niñez a la adolescencia se manifiestan de manera física, social y psicológica, en chicas y chicos, los cambios que se presentan son en general muy similares.

- ✓ **Cambios sociales:** Se expresa un cuestionamiento del medio familiar, escolar y social. Al mismo tiempo hay un mayor acercamiento e identificación con grupos de la misma edad y el mismo sexo.
- ✓ **Cambios psicológicos:** Surge una inquietud por conocer más sobre la sexualidad. Se despierta un interés por el sexo opuesto. El carácter termina de formarse. Se adquiere una manera de pensar o concebir el mundo. También, se medita acerca de cómo le gustaría llegar a ser. En este periodo, se inspiran los proyectos, la vocación y el plan de existencia o de vida. Los valores propios se integran a las experiencias y al estilo de vida. Al llegar a la etapa adulta, cada persona crea por sí misma la historia de propia vida: decide el curso que seguirá para alcanzar sus objetivos y anhelos, y toma el mando de su destino.
- ✓ **Cambios físicos:** El desarrollo del cuerpo alcanza su madurez sexual. Para ello, se dan muchos cambios internos y externos y un crecimiento general acelerado. Pero toma más años aprender a adaptarse a la nueva madurez sexual y a ejercer una paternidad responsable.

¹⁴⁰ Pick de Weiss, S. y Vargas Trujillo, E. (1990). "Yo adolescente: Respuestas claras a mis grandes dudas". México: Editorial Planeta (3ª edición, 19ª reimpresión, 2001).

Cambios físicos¹⁴¹

En ellos

- Incremento del tamaño del pene y los testículos
- Aparición del vello púbico liso
- Cambios menores en la voz
- Primera eyaculación (esperma que suele ocurrir durante la masturbación o durante el sueño)
- Aparición de vello púbico rizado
- Inicio del máximo crecimiento
- Aparición de pelo en las axilas
- Cambios en la voz más detectables
- Crecimiento de la barba

En ellas

- Aumentan de tamaño los pechos o crece el vello púbico
- Aparece pelo en las axilas
- Aparece la menarquía (Primer periodo menstrual)
- Aumentan de estatura
- Ensanchamiento de caderas

1.- Tolerancia

Tiempo

10 min.

2.-En esta sesión el o la instructora da la bienvenida a l@s participantes del taller a este grupo de aprendizaje.

Tiempo

5 min.

3.- Actividad

Presentación

Técnica: Círculos de personas.

Objetivo

Que los participantes se presenten entre si de manera lúdica por medio de una técnica que permita deshacer la tensión generada por el grupo nuevo.

Material

Ninguno

¹⁴¹ Santrock, John W. Psicología del desarrollo en la adolescencia. 9a ed. Tr. Ana Carmen Pérez Mc. Graw Hill. España 2003 P. 56-57

Tiempo

15 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora dará la indicación que se realizará una actividad.
- b) Pide a los participantes que se pongan de pie.
- c) invita a formar dos círculos (uno dentro del otro) con igual número de personas y pide que se miren frente a frente. Es recomendable tener una música de fondo.
- d) Pide que se saluden de mano y digan su nombre, qué hace, qué le gusta y qué no le gusta.
- e) Inmediatamente el o la instructora da la señal para que giren los círculos, cada uno en sentido contrario, de tal forma que al detenerse una persona diferente a la anterior esté frente a ellos.
- f) Pide que se saluden dándose un abrazo y compartan con la otra persona las mismas preguntas que hicieron antes, después vuelven a girar y esta vez se saludan con los pies, posteriormente con los codos, los hombros y sucesivamente van saludándose con las partes del cuerpo que mencione el o la instructora hasta que decida finalizar la actividad.

4.- Actividad

Descripción de situaciones

Técnica: ¿Cómo me siento cuando?**Objetivo**

Que los participantes reconozcan como se sienten en determinadas situaciones.

Material

Hojas de estado de ánimo (Apéndice 1)

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) L@s participantes se colocarán en parejas de frente, de manera que queden uno del lado izquierdo y el otro del lado derecho del o de la instructora, que está frente a ellos.
- b) El o la instructora dará la indicación de que dividirá el muro que está atrás de él en dos secciones izquierda y derecha, que corresponderá también a cada participante de acuerdo a su colocación (izquierda ó derecha).
- c) Cada participante tendrá 10 segundos para decir lo primero que piense cuando el o la instructora coloque una frase del lado de la sección que le corresponda
- d) El o la instructora verificará que se cumplan los 10 segundos, posteriormente cambiará de sección y de frase, hasta cumplir con las 10 frases.
- e) Cada participante tendrá 10 segundos para decir lo primero que piense cuando el o la instructora coloque una frase del lado

5.- Actividad
Encuadre del taller

Técnica: Las reglas del juego

Objetivo

Establecer las reglas para el taller.

Material

Plumón o gis, pizarrón hojas de papel Rotafolio.

Tiempo

15 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora formará dos equipos.
- b) Cada equipo se tomará de las manos y se colocará en un extremo del salón, formando dos bandos, uno frente al otro.
- c) Se les explicará que al dar la orden tratarán de llegar al otro lado del salón sin soltarse de las manos.
- d) Puntos de discusión:
 - a. ¿Cómo les fue?
 - b. ¿Qué tácticas usaron?
 - c. ¿Qué sucede cuando no hay reglas?
 - d. ¿Qué acuerdos se necesitan para sentirse con más comodidad en el grupo?
- e) El o la instructora concluyen exponiendo la importancia de respetar estos acuerdos durante el taller.

Sugerencias:

- ✓ Tratar de establecer las siguientes reglas: puntualidad, confidencialidad, no comportarse en forma abusiva, respetar el turno para hablar y llevar un cuaderno y una pluma.
- ✓ Escribir los acuerdos en una hoja de rotafolio y pegarla en la pared.

6.- Actividad
Tema: Detección de expectativas

Técnica: ¿Por qué estoy aquí?

Objetivo

Determinar las expectativas del grupo.

Material

Hoja de "Expectativas" (Apéndice 2).
Lápiz

Tiempo

15 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora expondrá los acuerdos necesarios para la impartición del taller.
- b) Una vez que concluyan l@s participantes el o la instructora propone que de manera voluntaria algún (@s) de l@s participantes compartan sus repuestas para que el o la instructora elabore las conclusiones de la actividad con los comentarios de l@s participantes.

7.- Actividad

Aplicación de evaluación diagnóstica

Objetivo

Aplicar una evaluación diagnóstica con la finalidad de explorar cuales conocimientos previos del contenido que se verá en el taller ya tienen l@s participantes.

Material

Formato de evaluación diagnóstica (Apéndice 3)

Lápices

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora dará la indicación de que a continuación se les aplicará una evaluación diagnóstica sin fines de evaluación, únicamente para saber que tanto saben de los contenidos que se verán en el taller.
- b) Proporcionará a cada participante un formato de evaluación diagnóstica.
- c) Dará la instrucción de que tienen 10 minutos para resolverla.

8.- Actividad

Tema: Adolescencia

Técnica: Me conozco mejor**Objetivo**

Que l@s participantes reflexionen acerca de que tanto se conocen a sí mismos.

Material

Formato “Me conozco mejor” (Apéndice 4).

Lápiz

Tiempo

20 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora entregará a cada participante una copia del formato "Me conozco mejor".
- b) Esta técnica ayudará a los participantes a reflexionar acerca de sí mismos, por ello es conveniente que el o la instructora despierte en ellos el deseo de auto analizarse profundamente.
- c) El o la instructora pregunta a los participantes:
 - a. ¿Qué notaron?
 - b. ¿Cómo se sienten?
 - c. ¿Qué les gustaría que pasara después de esta dinámica?
- d) Después de que l@s participantes voluntarios hayan respondido a estas preguntas el o la instructora hace el cierre de esta técnica haciendo énfasis de la importancia de conocerse y reconocerse como seres humanos.

9.- Actividad

Tema: Adolescencia

Técnica: Expositiva

Objetivo

Que l@s participantes reflexionen sobre la importancia de la etapa que están viviendo (adolescencia).

Material

Computadora

Cañón

Presentación en power point (Apéndice 5).

Tiempo

15 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora expondrá los aspectos relevantes sobre la adolescencia, con la finalidad de que l@s participantes, aclaren dudas que tengan de esta etapa con ayuda de la presentación en power point sobre el tema.
- b) Concluida la exposición por el o la instructora, atenderá dudas o comentarios de l@s participantes.

9.- Actividad

Conclusión de tema y cierre de sesión

Técnica: ¿Qué me llevo de esta sesión?

Objetivo

Que l@s participantes concienticen sobre lo que aprendieron en la primera sesión de este espacio de aprendizaje.

Material

Ninguno.

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora pedirá a l@s participantes que piensen en una palabra que resuma lo que se llevan de esta sesión.
- b) El o la instructora invitará a algun@ (s) de l@s participantes a compartir esa palabra.
- c) De esta manera concluye la sesión.

Sesión 2

Premisas y contenido sugeridos

El adolescente y su sexualidad

Es importante diferenciar y definir aquellos conceptos básicos para entender la sexualidad¹⁴².

Sexo

El sexo es el conjunto de características biológicas (anatómicas y fisiológicas) que hacen físicamente distintos a hombres y mujeres. El sexo se define antes de nacer y permanece toda la vida.

¹⁴² <http://www.inmujeres.gob.mx/dgpe/cuerpo/Adolescencia/index.htm>

Género

El género se refiere a las diferencias que existen entre hombres y mujeres en cuanto a ideas, valores, modos de actuar y de sentir. Son diferencias que no tienen una base biológica sino cultural.

Desde el principio de la vida, se nos trata y educa distinto según el sexo con el que nacemos. Esto hace que nos identifiquemos como hombre o como mujer y que aprendamos a comportarnos y relacionarnos con los demás según nos corresponde. Cada cultura tiene modelos de cómo deben de ser y qué deben de hacer los hombres y las mujeres, qué son capaces de hacer y cuáles son sus metas en la vida. Por ejemplo, que los hombres son fuertes y no lloran, y las mujeres deben ser tiernas y querer tener hijos.

Rol Sexual

El rol o papel sexual se refiere a las normas o expectativas que dicta la sociedad sobre el comportamiento y actividades de hombres y mujeres. Se establece por medio de mecanismos políticos, económicos, legales y culturales. Por ejemplo, el papel del hombre es el de trabajar y llevar dinero a la casa, mientras que el de la mujer es cuidar de los hijos y hacer de comer.

Orientación Sexual

La orientación sexual se refiere a sentir atracción erótica-sexual y amorosa por personas del otro sexo (heterosexualidad), del mismo sexo (homosexualidad) o de ambos (bisexualidad); lo cual es independiente de saberse y sentirse hombre o mujer.

Estas variantes en la preferencia sexual de las personas es parte de lo que se llama diversidad sexual.

Sexualidad

La sexualidad es parte importante de la vida de todas las personas. Es un derecho y una obligación estar bien informad@s para poder ejercerla con libertad y responsabilidad

Los Métodos Anticonceptivos

Como su nombre lo indica, los métodos anticonceptivos evitan que el óvulo y el espermatozoide se unan, previniendo así que se lleve a cabo la fecundación.

Son clasificados en temporales y definitivos, los primeros son aquellos cuyo efecto dura el tiempo que se les está empleando, pero al suspender su uso la mujer puede embarazarse, tal es el caso de:

- ✓ Preservativo o condón
- ✓ Diagrama
- ✓ Los espermicidas (espumas, jaleas, óvulos)
- ✓ Dispositivo intrauterino (DIU)
- ✓ Hormonales (pastillas, inyecciones, implantes)

Dentro de esta clasificación existen otros métodos conocidos como “naturales” o de abstinencia y son:

- ✓ El ritmo
- ✓ El método termométrico
- ✓ El moco cervical
- ✓ El método ritmo calendario
- ✓ La palpación del cuello uterino
- ✓ El coito interrumpido

Lo métodos definitivos son aquellos que después de practicados evitan permanentemente la concepción de un hijo tales son el caso de:

- ✓ La vasectomía
- ✓ La salpingoclasia

Infecciones de Transmisión Sexual

Con el inicio el ejercicio de la sexualidad, aparece el riesgo de contraer enfermedades contagiosas por lo que será necesario mencionar la infecciones que pueden atacar al organismo, éstas se manifiestan en forma diferente en los hombre como en las mujeres y son las llamadas infecciones de transmisión sexual (ITS). Estas infecciones se pueden prevenir en su mayoría si se tiene la información y los cuidados necesarios.

Las ETS, son graves porque amenazan la salud en diversas formas. Pueden causar esterilidad, infertilidad, muerte fetal, abortos, ceguera, daño cerebral, cáncer e incluso la muerte. También son una amenaza para la salud del recién nacido ya que la mayoría de estas infecciones pueden ser transmitidas de la madre al producto y ocasionar malformaciones congénitas o que se presente la infección en el niño desde el nacimiento.

Nombre	Microorganismo que la produce	Síntomas	Factores de riesgo	Prevención
Gonorrea	Gonococo de neisser	Inflamación de articulaciones, problemas en la piel, ardor al orinar, secreción amarillenta o sanguinolenta	* Falta de higiene *Relaciones sexuales con equipo contaminado	-Buena higiene -Relaciones sexuales con protección
Sífilis	Treponema palidum	Aparecen lesiones en genitales que no duelen (chancro), erupciones en la piel y mucosas, dolor en articulaciones.	*Relaciones sexuales sin protección *Tocar a personas enfermas con lesiones en la piel	-Uso de preservativo
Herpes	Herpes simple Tipo 1 Tipo 2	Se producen fuegos en la boca o garganta (tipo 1), o en genitales (tipo 2). Inflamación de ganglios, dolor y ardor en la zona infectada.	*Práctica de sexo oral con personas infectadas]Contacto sexual con personas infectadas	-Evitar contacto física con personas infectadas con herpes -Relaciones sexuales con

Nombre	Microorganismo que la produce	Síntomas	Factores de riesgo	Prevención
Virus de papiloma humano	Papiloma	Verrugas en genitales, que pueden alcanzar gran tamaño. Se pueden eliminar las verrugas, pero el virus se queda. Es el precursor de cáncer cérvico-uterino	*Relaciones sexuales con personas infectadas y promiscuidad	protección -Evitar relaciones sexuales con personas infectadas
SIDA	VIH	Inflamación de ganglios, baja de peso, aparecen úlceras que no duelen, pérdida de apetito, baja de defensas, fiebres altas.	*Contacto sexual con personas infectadas. *Transfusión con equipo contaminado	-Relaciones sexuales con protección -Transfusión con equipo estéril.

1.- Tolerancia

Tiempo

10 min.

2.- Actividad

Recapitulación de la sesión anterior

Técnica: Lluvia de ideas.

Objetivo

Que l@s participantes realicen un repaso de lo aprendido la sesión anterior para partir de ese conocimiento adquirido en los nuevos contenidos del taller.

Material

Ninguno

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora preguntará que aprendieron la sesión anterior.
- b) Cada participante compartirá con el grupo lo que aprendió en la sesión.
- c) Después de haber escuchado las participaciones, el o la instructora mencionará de manera general las ideas mencionadas por cada participante.
- d) Con base en esta información, el o la instructora iniciará la técnica que facilite los contenidos del nuevo tema de aprendizaje.

3.- Actividad

Tema: ¿Y la sexualidad?

Técnica: La historia de Juana y Juan.

Objetivo

Hacer un análisis comparativo del rol de la mujer y el hombre en la sociedad.

Material

Una pelota

Tiempo

20 min.

Procedimiento

- a) L@s participantes forman un círculo y se van pasando la pelota, en forma rápida y en direcciones arbitrarias. El ejercicio consiste en crear dos historias, primero la de la mujer llamada Juana y luego la de un hombre llamado Juan.
- b) Cada vez que alguien toma la pelota, debe decir algo relacionado con la vida de un personaje imaginario, de tal manera que colectivamente se va construyendo una especie de biografía: **Juana nació en un ranchito donde ayudaba a su mamá en las labores de la casa...** Y así sucesivamente hasta crear la historia completa de su vida (sus condicionamientos, sus anhelos y aspiraciones, lo que alcanzó a realizar) y finalmente forman en que muere.
- c) Luego se hace lo mismo sobre la vida de Juan.
- d) Después de crear las dos historias, en grupo se comparan los elementos de cada una de las historias referidas a los valores del **HOMBRE-MUJER**. En dicho análisis, generalmente se llega a evidenciar la opresión de que es víctima la mujer. Así mismo como se van imponiendo desde pequeños los roles sexuales. Es conveniente que una persona o el o la instructora vaya anotando en el pizarrón los elementos importantes que permiten el análisis posterior.
- e) El o la instructora retoma las ideas aportadas por l@s participantes para la exposición del tema.

4.- Actividad

Tema: ¿Y la sexualidad?

Técnica: El uso de espacios públicos.

Objetivo

Hacer visibles las diferencias en el uso de los espacios públicos en relación con el sexo-género.

Material

Cuadro con la lista de espacios públicos (Apéndice 6)

Tiempo

30 min.

Procedimiento

- a) L@s participantes anotarán en el cuadro de espacios públicos quienes acuden a éstos, para ello cuentan con 10 minutos.
- b) De acuerdo con el tamaño del grupo se formarán subgrupos para que contesten y comenten las siguientes preguntas:
 - a. ¿Por qué crees que así se usan los espacios?
 - b. ¿Tiene que ver el sexo-género en el uso de los espacios?
 - c. ¿encontraste espacios donde predomine más un sexo que otro?
 - d. ¿Qué estereotipos y prejuicios de sexo-género crees que refuerzan los límites en los usos de los espacios?
 - e. ¿Qué se podría hacer para que la distribución fuera más equitativa?

Los participantes de cada subgrupo expresan cómo se sintieron y posteriormente, en plenaria presentan sus comentarios al resto de l@s participantes.

5.- Actividad

Tema: Reflexión del tema

Técnica: Debate**Objetivo**

Que l@s participantes reflexionen sobre la importancia de reconocer la desigualdad de género que existe en nuestra sociedad.

Material

Ninguno

Tiempo

40 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora dividirá al grupo en tres equipos todos reflexionarán sobre la manera en que influyen en la sexualidad los estereotipos de género, un equipo lo hará a favor, otro en contra y el último será neutral al tema sugerido.
- b) El moderador de este debate será el o la instructora
- c) Cada equipo contará con 10 minutos para determinar los puntos a defender en el debate.
- d) Organizados los equipos cada uno contará con 5 minutos para exponer sus puntos correspondientes a la postura del tema.

- e) Para concluir esta actividad él o la instructora cuentan con 15 minutos para elaborar la conclusión del tema.

Se recomienda que elabore la conclusión basándose en los conceptos del contenido sugerido.

6.- Actividad

Conclusión de tema y cierre de sesión

Técnica: Curva de aprendizaje

Objetivo

Graficar el grado de aprendizaje y mostrar que los niveles de aprendizaje son cosa común.

Material

Hojas blancas

Lápices

Tiempo

5 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora pedirá a l@s participantes que representen con una gráfica los avances de aprendizaje que han observado de la primera a la segunda sesión.
- b) El o la instructora invitará a algun@ (s) de l@s participantes a compartir su gráfica.
- c) De esta manera concluye la sesión.

Sesión 3

Premisas y contenido sugeridos

Autoestima

Se refiere al agrado en el cual la persona se agrada y acepta o aprueba a sí misma, qué tan valiosa se considera. Coopersmith (1967), la definió como “el juicio del valor personal, que se expresa en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo”.

Dicho de otro modo es la valoración que tenemos de nosotros: la opinión y el sentimiento que cada uno tienen acerca de sí mismo de los propios actos, valores y conductas.

El modo en que la persona se agrada o valora a sí misma puede constituir un juicio general o puede relacionarse con áreas específicas de su vida. La autoestima se considera como el modo en que el individuo evalúa su autoimagen, es decir, qué tanto agrado se siente por el tipo de persona que se considera ser.

Autoestima alta

- Piensa que su vida hace una diferencia importante en el mundo y en las personas que le rodean
- Confía en sus capacidades
- Se caracteriza por su honestidad, su amor hacia sí misma y hacia los demás
- Se expresa con libertad
- Sabe que puede contar con ella misma para todo lo que sea necesario
- Tiene confianza en su presente
- Se acepta tal y como es, y al mismo tiempo desea mejorar
- Disfruta cuando logra mejorar, pero entiende que no siempre es posible

Autoestima baja

- Piensa que es insignificante
- Se pasa la vida esperando que le ocurran las peores catástrofes, hasta que le ocurren
- Vive con el temor de ser pisoteada, menospreciada, abandonada, engañada.
- Vive aislada del mundo
- La soledad parece seguirla
- Tiene dificultades para comunicarse

1.- Tolerancia

Tiempo:

10 min.

2.- Actividad

Recapitulación de la sesión anterior

Técnica: Frase de aprendizaje.

Objetivo

Que l@s participantes realicen un repaso de lo aprendido la sesión anterior para partir de ese conocimiento adquirido en los nuevos contenidos del taller.

Material

Ninguno

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- e) El o la instructora preguntará que aprendieron la sesión anterior.
- f) Cada participante pensará en una frase que aprendió en la sesión anterior.
- g) Cuando l@s participantes hayan identificado su frase de manera voluntaria algún@ (s) compartirán esa frase
- h) Después de haber escuchado las participaciones, el o la instructora mencionará de manera general las ideas mencionadas por l@s participantes.
- i) Con base en esta información, el o la instructora iniciará la técnica que facilite los contenidos del nuevo tema de aprendizaje.

2.- Actividad

Tema: Autoestima

Técnica: Más bien soy.

Objetivo

Que l@s participantes reconozcan sus cualidades.

Material

Hojas blancas tamaño carta.

Lápices

Plumones

Cinta adhesiva.

Hojas de trabajo para l@s participantes (Apéndice 7)

Tiempo

30 min.

Procedimiento

- a) Se les solicita a l@s participantes que tomen una hoja tamaño carta y en forma de lista, describan con ocho adjetivos, su forma de ser. El o la instructora pide al grupo, que den algunos ejemplos de adjetivos, para verificar que se haya comprendido y no vayan a confundir con sustantivos, nombres, etc. Se insiste que sean ocho adjetivos, y se les dan cinco minutos para establecer este primer listado.
- b) A continuación, se les pide que de cada uno de estos adjetivos busquen sus antónimos y hagan una segunda lista, paralela a la primera. Se les dan cinco minutos más para esta segunda lista.
- c) Concluida esta instrumentación, los participantes leerán sus respectivas hojas a todo el grupo; cuidando que sea de manera espontánea y de uno en uno. El o la instructora tiene que estar atento a no permitir preguntas o aclaraciones a propósito de la exactitud de los antónimos establecidos por cada participante.
- d) Posteriormente se les proporciona el formato de la actividad (Apéndice 10), para que l@s participantes determinen cuál es la característica que los define.
- e) Con ésta técnica l@s participantes podrán reconocer cuánto se conocen y lo que saben de sí mismos.
- f) Al concluir esta técnica, se procesa la experiencia y se llega a conclusiones.

3.- Actividad
Tema: Autoestima

Técnica: Concepto positivo de sí mismo

Objetivo

Demostrar que sí es aceptable expresar oralmente las cualidades positivas que se poseen.

Material

Ninguno

Tiempo

20 min.

Procedimiento

- a) El instructor o a instructora divide a los asistentes en grupos de dos. Pedirá a cada persona escribir en una hoja de papel cuatro o cinco cosas que les agradan en sí mismas.

(Nota: La mayor parte de las personas suele ser muy modesta y vacila en escribir algo bueno respecto a sí mismo; se puede necesitar algún estímulo del o de la instructora. Por ejemplo, el o la instructora puede revelar en forma "espontánea" la lista de cualidades de la persona, como entusiasta, honrada en su actitud, seria, inteligente, simpática.)

- b) Después de 3 ó 4 minutos, pedirá a cada persona que comparta con su compañero los conceptos que escribieron.
- c) Se les aplicará unas preguntas para su reflexión:

¿Te sentiste apenado con esta actividad? ¿Por qué? (Nuestra cultura nos ha condicionado para no revelar nuestros "egos" a los demás, aunque sea válido hacerlo).

¿Fuiste honrado contigo mismo, es decir, no te explayaste con los rasgos de tu carácter?

¿Qué reacción obtuvo de su compañero cuando le reveló sus puntos fuertes? (por ejemplo, sorpresa, estímulo, reforzamiento).

- d) El o la instructora guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

4.- Actividad
Tema: Autoestima

Técnica: Lluvia de ideas

Objetivo

Describir los elementos e importancia de la autoestima.

Material

Pizarrón

Plumón o gis

Tiempo

30 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora invitará a l@s participantes después de las actividades realizadas a participar de manera voluntaria a partir de las preguntas de la actividad anterior.
- b) Conforme l@s participantes aporten ideas al grupo, el o la instructora retomará las participaciones de l@s participantes para retomar las ideas del contenido sugerido para esta sesión.

5.- Actividad

Conclusiones y cierre de sesión

Técnica: Hoy aprendí que.

Objetivo

Retomar lo aprendido en la sesión para concluir la sesión.

Material

Ninguno

Tiempo

15 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora pedirá a l@s participantes que voluntariamente mencionen lo que aprendieron en la sesión.
- b) De esta manera concluye el tema y la sesión.

Sesión 4

Premisas y contenido sugeridos

Estilos de comunicación

Comunicación, es intercambiar información entre dos o más personas. Es necesario percatarnos de la existencia de la otra persona y lograr que la otra persona se dé cuenta de nuestra presencia y existencia.

Es importante que tengamos en cuenta:

- Qué queremos decir
- Cuanto decir de todo lo que sabemos
- Cuándo es el momento oportuno
- Cómo decirlo.

Para que exista comunicación debe existir un emisor, un receptor, un mensaje y un canal a través del cual se enviará el mensaje. Si alguno de estos elementos falla, se dice que se ha producido una interferencia y no podrá establecerse la comunicación.

Para enviar un mensaje se debe utilizar un código común al emisor y al receptor. El código puede ser:



El emisor: es quien transmite el mensaje

El mensaje: es lo que se quiere decir

El receptor: es el que recibe la información

La comunicación verbal es aquella mediante la cual podemos ejercer el diálogo. **La comunicación no verbal** se compone de las actitudes y mensajes que no se expresan con palabras pero que pueden leerse mediante la forma de hablar, mirar y los gestos.

Para tener una comunicación efectiva, es importante tener en cuenta que debe de existir una concordancia entre los que se dice y lo que se hace.

Comunicación Pasiva

La comunicación pasiva se basa en conformidad y esperanzas de evitar la confrontación a toda costa. En este modo no hablamos mucho, pregunta incluso menos, y hacemos realmente muy poco. La persona que se basa en estilo de comunicación ha aprendido que es más seguro no reaccionar y no mejorar para desaparecer que estar parado para arriba y ser notado.

Comunicación Agresiva

La comunicación agresiva implica siempre la manipulación. Podemos procurar hacer a gente hacemos lo que deseamos induciendo culpabilidad (lastime) o usando las táctica de la intimidación y del control (cólera). ¡Secreto o abierto, deseamos simplemente nuestras necesidades resueltas -- ahora! Irónico, los deportes más agresivos confían pesadamente en miembros del equipo y estrategias que entrenan racionales. Incluso la guerra pudo ser evitada si podríamos aprender ser más asertivos y negociar para solucionar nuestros problemas.

1.- Tolerancia

Tiempo:

10 min.

2.- Actividad

Recapitulación de la sesión anterior

Técnica: Lluvia de ideas.

Objetivo

Que l@s participantes realicen un repaso de lo aprendido la sesión anterior para partir de ese conocimiento adquirido en los nuevos contenidos del taller.

Material

Ninguno

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora preguntará que aprendieron la sesión anterior.
- b) Cada participante compartirá con el grupo lo que aprendió en la sesión.
- c) Después de haber escuchado las participaciones, el o la instructora mencionará de manera general las ideas mencionadas por cada participante.
- d) Con base en esta información, el o la instructora iniciará la técnica que facilite los contenidos del nuevo tema de aprendizaje.

3.- Actividad

Tema: Estilos de comunicación

Técnica: Teléfono descompuesto.

Objetivo

Que l@s participantes reconozcan los estilos de comunicación que ejercemos en la vida cotidiana.

Material

Mensajes para comunicar en la técnica

Tiempo

15 min.

Procedimiento

- a) Se les solicita a l@s participantes que se sienten en el piso en forma de círculo.
- b) Uno del grupo es escogido como el que inicia la conversación. Éste jugador debe decir una frase al oído de la persona que está a su lado.
- c) El que escuchó el mensaje tendrá que repetírselo al siguiente jugador, tal y como escuchó la frase, y así sucesivamente todos irán repitiendo lo que escuchan.
- d) El mensaje completará su recorrido cuando llegue al último jugador.
- e) Cada jugador puede decir la frase a su compañero una sola vez y a velocidad normal, hablando como habla siempre.
- f) Cuando la frase llegue al último jugador, el jugador que había iniciado la conversación tiene que decir su mensaje en voz alta.
- g) Al concluir esta técnica, se procesa con preguntas que hace e instructor como:
 - a. ¿Qué observaron?
 - b. ¿Cómo se sintieron?
 - c. ¿Tiene que ver con la manera en que se comunican a diario?

4.- Actividad

Tema: Estilos de comunicación

Técnica: Bla, bla, bla.**Objetivo**

Que l@s participantes reconozcan los estilos de comunicación que ejercemos en la vida cotidiana.

Material

Ninguno

Tiempo

20 min.

Procedimiento

- a) Se les solicita a l@s participantes que se numeren en 1 y 2 para colocarse en parejas, cada pareja estará compuesta por una persona del número 1 y otra del número 2.
- a) El o la instructora otorgará el turno a algún participantes (por ejemplo: turno para los número 1)
- b) Cuando toque el turno a las personas del número que indique el o la instructora esa persona tendrá 10 segundos para decir cualquier cosa que quiera compartir en

ese tiempo, la persona que no esté hablando únicamente escuchará lo que comparte su compañero.

- c) Cuando se concluyen los 10 segundos, toca el turno a la siguiente persona que indique el o la instructora.
- d) De esta manera se repiten 6 veces (3 turnos para cada uno) la misma dinámica para concluir la actividad.
- e) Al concluir esta técnica, se procesa con preguntas que hace el instructor como:
 - a. ¿Qué observaron?
 - b. ¿Cómo se sintieron?
 - c. ¿Tiene que ver con la manera en que se comunican a diario?

5.- Actividad

Tema: Estilos de comunicación pasiva y agresiva.

Técnica: Expositiva

Objetivo

Que los participantes conozcan las características de los estilos de comunicación pasiva y agresiva.

Material

Computadora

Cañón

Presentación en power point (Apéndice 8)

Tiempo

20 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora expondrá los aspectos relevantes sobre la comunicación pasiva y agresiva, con la finalidad de que los participantes aclaren dudas que tengan sobre estos temas con ayuda de la presentación en power point sobre el tema.
- b) Concluida la exposición por el o la instructora, atenderá dudas o comentarios de los participantes.

6.- Actividad

Tema: Asertividad.

Técnica: Encontrando la respuesta asertiva

Objetivo

Que los participantes conozcan los elementos de la asertividad.

Aprender a utilizar *frases en yo*.

Material

Tarjetas con “frases en tú” y “frases en yo” (Apéndice 9)

Cinta adhesiva

Tiempo

20 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora, pegará las tarjetas con las *frases en yo* en la pared.
- b) Repartirá a cada participante una tarjeta con una situación de conflicto y la *frase en tú*.
- c) Explicará que existen dos tipos de tarjetas:
 - a. Las que describen una situación de conflicto y una respuesta agresiva (que se han repartido al grupo)
 - b. Las que tienen la respuesta asertiva (pegadas en la pared).
- d) Tendrán que leer las tarjetas en la pared y buscar la respuesta asertiva a su situación.
- e) Se les dará un ejemplo de dos tarjetas que hagan juego.
- f) Indicará que solamente podrán desprender una tarjeta de la pared cuando encuentren su par y que tendrán que mostrar al instructor o la instructora las dos tarjetas para asegurarse que su elección sea acertada.
- g) En caso de que no sea correcta, tendrán que volver a pegar la tarjeta en la pared.
- h) El juego termina cuando ya no hay tarjetas en la pared. Cada participante leerá sus papales en plenario.
- i) Para concluir la actividad él o la instructora invitarán a l@s participantes a discutir las preguntas:
 - a. ¿Qué tienen en común las respuestas agresivas?
- j) Es importante que el o la instructora hagan hincapié en lo siguiente:
 - i. Cuando usamos una *frase en tú*: responsabilizamos a la otra persona de lo que queremos y nos sentimos, como si fuéramos “una hoja arrastrada por el viento”. Además provocamos el rechazo, obstaculizando el diálogo.
 - ii. Al “hablar desde el yo” nos responsabilizamos por lo que queremos y tenemos el control.
- k) expondrá los aspectos relevantes sobre la comunicación pasiva y agresiva, con la finalidad de que l@s participantes aclaren dudas que tengan sobre estos temas con ayuda de la presentación en power point sobre el tema.
- l) Concluida la exposición por el o la instructora, atenderá dudas o comentarios de l@s participantes.

7.- Actividad

Conclusión de tema y cierre de sesión

Técnica: Curva de aprendizaje

Objetivo

Graficar el grado de aprendizaje y mostrar que los niveles de aprendizaje son cosa común.

Material

Hojas blancas

Lápices

Tiempo

5 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora pedirá a l@s participantes que representen con una gráfica los avances de aprendizaje que han observado de la primera a la segunda sesión.
- b) El o la instructora invitará a algun@ (s) de l@s participantes a compartir su gráfica.
- c) De esta manera concluye la sesión.

Sesión 5

Premisas y contenido sugeridos

Asertividad

La forma más eficaz y más sana de comunicación es el estilo asertivo. Es cómo nos expresamos naturalmente cuando tenemos una buena autoestima, dándonos la confianza para comunicarse sin juegos y sin manipulaciones.

Cuando somos asertivos hacemos valer nuestros derechos diciendo lo que necesitamos, creemos, sentimos y pensamos, de manera clara, directa, firme, sin agredir, respetando a las otras personas. Sabemos nuestros límites y rechazamos ser empujados más allá de ellos apenas porque algún otro desea o necesita algo de nosotros.

Según Virginia Satir¹⁴³ somos asertivos cuando:

- ✓ Nos damos la libertad de ver y escuchar las cosas tal y como existen aquí y ahora.
- ✓ Nos damos la libertad de decir lo que creemos y pensamos, en lugar de lo que deberíamos creer y pensar según el criterio de alguien más.

¹⁴³ Citada en: Pick de Weiss, S. y Vargas Trujillo, E. (1990). "Yo adolescente: Respuestas claras a mis grandes dudas". México: Editorial Planeta (3ª edición, 19ª reimpresión, 2001). P. 61



- ✓ Nos sentimos libres de sentir lo que sentimos, en lugar de lo que se espera que debamos sentir.
- ✓ No nos damos la libertad, sin temor alguno, de pedir lo que queremos, en vez de que siempre estemos esperando el permiso para hacerlo.
- ✓ Nos arriesgamos a mejorar en nuestro nombre y para nuestro beneficio.

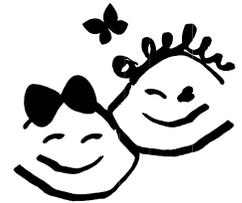
Asertividad implica hacerse respetar y respetar a los demás.

Comunicarse asertivamente implica:

- Expresar con firmeza los valores
- Expresar con claridad los pensamientos y,
- Expresar con profundidad los sentimientos

Los derechos asertivos

1. Derecho a ser tratado con respeto y dignidad.
2. En ocasiones, derecho a ser el primero.
3. Derecho a equivocarse y a hacerse responsable de sus propios errores.
4. Derecho a tener sus propios valores, opiniones y creencias.
5. Derecho a tener sus propias necesidades y que éstas sean tan importantes como las de los demás.
6. Derecho a experimentar y a expresar los propios sentimientos y emociones, haciéndose responsable de ellos.
7. Derecho a cambiar de opinión, idea o línea de acción.
8. Derecho a protestar cuando se es tratado de una manera injusta.
9. Derecho a cambiar lo que no nos es satisfactorio.
10. Derecho a detenerse y pensar antes de actuar.
11. Derecho a pedir lo que se quiere.
12. Derecho a ser independiente.
13. Derecho a superarse, aun superando a los demás. (Castanyer: 1996:48)
14. Derecho a que se le reconozca un trabajo bien hecho.
15. Derecho a decidir qué hacer con el propio cuerpo, tiempo y propiedades.
16. Derecho a hacer menos de lo que humanamente se es capaz de hacer.
17. Derecho a ignorar los consejos de los demás.
18. Derecho a rechazar peticiones sin sentirse culpable o egoísta.
19. Derecho a estar solo aun cuando otras personas deseen nuestra compañía.
20. Derecho a no justificarse ante los demás.
21. Derecho a decidir si uno quiere o no responsabilizarse de los problemas de otros.
22. Derecho a no anticiparse a las necesidades y deseos de los demás.
23. Derecho a no estar pendiente de la buena voluntad de los demás.
24. Derecho a elegir entre responder o no hacerlo.
25. Derecho a sentir y expresar el dolor.
26. Derecho a hablar sobre un problema con la persona implicada y, en los casos límite en los que los derechos de cada uno no estén del todo claros, llegar a un compromiso viable.



27. Derecho a no comportarse de forma asertiva o socialmente hábil.
28. Derecho a vulnerar, de forma ocasional, algunos de los derechos personales.
29. Derecho a hacer cualquier cosa mientras no se violen los derechos de otra persona.
30. Derecho a tener derechos.
31. Derecho a renunciar o a hacer uso de estos derechos.

1.- Tolerancia

Tiempo

10 min.

2.- Actividad

Recapitulación de la sesión anterior

Técnica: Frase de aprendizaje.

Objetivo

Que l@s participantes realicen un repaso de lo aprendido la sesión anterior para partir de ese conocimiento adquirido en los nuevos contenidos del taller.

Material

Ninguno

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora preguntará que aprendieron la sesión anterior.
- b) Cada participante pensará en una frase que aprendió en la sesión anterior.
- c) Cuando l@s participantes hayan identificado su frase de manera voluntaria algún@ (s) compartirán esa frase
- d) Después de haber escuchado las participaciones, el o la instructora mencionará de manera general las ideas mencionadas por l@s participantes.
- e) Con base en esta información, el o la instructora iniciará la técnica que facilite los contenidos del nuevo tema de aprendizaje.

3.- Actividad

Tema: Estilos de comunicación y asertividad

Técnica: Debate.

Objetivo

Que l@s participantes analicen las características de los tres estilos de comunicación, así como las ventajas y desventajas de cada uno de estos.

Material

Ninguno

Tiempo

40 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora dividirá al grupo en tres equipos todos reflexionarán sobre las características de cada uno de los estilos de comunicación (pasiva, agresiva y asertiva) más utilizados en nuestra sociedad.
- b) El moderador de este debate será el o la instructora

- f) Cada equipo contará con 10 minutos para determinar los puntos a defender en el debate.
- g) Organizados los equipos cada uno contará con 5 minutos para exponer sus puntos correspondientes a la postura del tema.
- h) Para concluir esta actividad él o la instructora cuentan con 15 minutos para elaborar la conclusión del tema.
Se recomienda que haga hincapié en la asertividad, sus ventajas, características y derechos asertivos mencionados en el contenido sugerido de la sesión.

4.- Actividad

Tema: Amistad

Técnica: Amistad

Objetivo

Concientizar sobre el valor de la amistad y las cualidades que necesitan desarrollarse para fomentar esta.

Material

Hojas blancas

Lápices

Tiempo

30 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora solicita a los participantes que respondan por escrito en una hoja blanca las siguientes preguntas:
- b) Describe las características de un buen amigo.
- c) Indica como demuestras que eres amigo de alguien.
 - a. ¿Crees que es importante tener amigos? ¿Por qué?
 - b. ¿Crees que tienes cualidades para ser un buen amigo? Si la tienes ¿cuales son y que otras cualidades quisieras tener?
- d) El o la instructora recoge las hojas y lee varias de ellas al azar, sin decir el nombre del autor.
- e) El o la instructora, en sesión plenaria, abre un debate sobre las ideas expuestas.
- f) El o la instructora maneja una reflexión sobre " lo que yo puedo hacer hoy, para comenzar a darme la alegría de ser amigo, y empezar a sembrar esta alegría en mi trabajo, familia y amistades".
- g) El o la instructora guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

5.- Actividad

Tema: Amistad

Técnica: Lluvia de ideas

Objetivo

Que l@s participantes reconozcan las características y la manera en que viven las relaciones interpersonales en particular la amistad.

Material

Pizarrón blanco

Plumones

Tiempo

20 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora pregunta a los participantes a partir de la técnica:
 1. ¿Qué observaron?
 2. ¿Cómo se sintieron?
 3. ¿Qué piensan?
- b) Conforme l@s participantes aporten ideas él o la instructora registrará estas ideas en el pizarrón para que una vez que concluyan las participaciones en grupo puedan concluir sobre la forma en que vivimos la amistad y la importancia que le otorgamos a esta.

6.- Actividad

Conclusión del tema y cierre de sesión

Técnica: Una frase

Objetivo

Que l@s participantes reconozcan en una frase lo aprendido en esta sesión.

Material

Hojas de colores

Plumines

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora pedirá a l@s participantes que en la hoja de color escriban en una frase lo aprendido en esta sesión.
- b) El o la instructora invitará a algun@ (s) de l@s participantes a compartir su frase.
- c) A partir de las participaciones, el o la instructora elaborarán las conclusiones del tema.
- d) De esta manera concluye la sesión.

Sesión 6

Premisas y contenido sugeridos

¿Qué son las relaciones interpersonales?

Todas las personas establecemos numerosas relaciones a lo largo de nuestra vida, como las que se dan con nuestros padres, nuestras herman@s, amig@s, compañer@s de la escuela o vecin@s.

A través de ellas intercambiamos formas de sentir y ver la vida, también compartimos, necesidades, intereses y afectos. A estas relaciones se les conoce como relaciones interpersonales. Cada uno de nosotros tiene el derecho de elegir con quien se relaciona, cómo y cuándo. Tenemos también el derecho de esforzarnos para que nuestra relación con los demás sea la mejor posible. Sin perder nuestra dignidad.

Amistad

La amistad (del latín amicus; amigo, que posiblemente se derivó de amore, amar) es una relación afectiva entre dos o más personas. La amistad es una de las relaciones interpersonales más comunes que la mayoría de las personas tienen en la vida. Se da en distintas etapas de la vida y en diferentes grados de importancia y trascendencia.

Noviazgo

La palabra noviazgo proviene del latín “novus” nuevo. Las relaciones sentimentales surgen a partir de la adolescencia como resultado de la maduración sexual y psicológica. La sensación de estar enamorado puede o no corresponder a la realidad.¹⁴⁴

Por definición, el noviazgo es una etapa transitoria. Durante este periodo, si se confirma la elección, también se pueden consolidar las bases para el matrimonio. Es un periodo variable en el cual una pareja, después de la elección mutua, se conoce en aspectos sustanciales de la personalidad de cada uno.

Muchas veces el noviazgo es fundado en bases equivocadas como¹⁴⁵:

11. Compasión: cuando se involucran personas inseguras que obtienen seguridad protegiendo a otro.
12. Culpa: “si terminamos se suicida”.
13. Considerarse el “salvador (a)”: “yo lo voy a cambiar”.
14. Pensar que es la última oportunidad.
15. Miedo a la soledad: se debe enseñara a las personas a estar solas para que no se involucren en una relación sólo por miedo a la soledad. “El que no sabe estar solo, no sabe estar acompañado”, dice un dicho.
16. Atracción sexual: exclusivamente centrada en los atributos físicos y en el placer.

Etapas del enamoramiento



¹⁴⁴ Castro Pérez, Roberto. *Encuesta sobre la dinámica de las relaciones en el noviazgo entre las estudiantes de bachillerato y preparatoria de una escuela privada, 2006. Marco teórico, diseño metodológico y resultados.* Instituto Nacional de las Mujeres. Pp.68

¹⁴⁵ Casas, María de la Luz. *Hablemos con los jóvenes: guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros.* México, Trillas 1998. P 21 y 22.

Eric Fromm, en su obra *El arte de amar*¹⁴⁶ habla sobre los distintos tipos de amor de los cuales de acuerdo con Rage Atala es importante mencionar:

D. El amor romántico

El amor romántico se define como la proyección de las necesidades de un individuo sobre un objeto de amor. Es la búsqueda del compañero ideal. Este compañero ideal personifica todas las perfecciones y los atributos divinos que el propio individuo cree necesitar. Tiene sus raíces culturales en la actualidad a través de innumerables cuentos de hadas, narrados en incontables formas, que son transmitidos por generaciones, y que los medios masivos de comunicación han recogido, adaptado y explotado a través del cine, T.V., revistas, novelas. Etc.

E. Amor maduro

Se produce después del conocimiento del compañero amado y de la experiencia con él. Puede surgir a raíz de un periodo de desilusión, de un amor romántico, del derrumbe de la ilusión amorosa idealizada, romántica. Fromm dice que la persona se desenamora porque no enamora el periodo de desilusión abriéndose camino a través de él hasta llegar a un nuevo concepto del amor, basado no en necesidades proyectadas, sino en una valoración de uno a otro como personas únicas y distintivas.

F. El amor profano o falsificado

La falsificación del amor puede reconocerse cuando la relación es degradante, explotadora, posesiva, violenta, antisocial, irresponsable, sádica, masoquista...

1.- Tolerancia

Tiempo:

10 min.

2.- Actividad

Recapitulación de la sesión anterior

Técnica: Lluvia de ideas

Objetivo

Que l@s participantes realicen un repaso de lo aprendido la sesión anterior para partir de ese conocimiento adquirido en los nuevos contenidos del taller.

Material

Ninguno

¹⁴⁶ Fromm, Erich. *El arte de amar*. Paidós. México. 1983. Pp. 128

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora preguntará que aprendieron la sesión anterior.
- b) Cada participante compartirá con el grupo lo que aprendió en la sesión.
- c) Después de haber escuchado las participaciones, el o la instructora mencionará de manera general las ideas mencionadas por cada participante.
- d) Con base en esta información, el o la instructora iniciará la técnica que facilite los contenidos del nuevo tema de aprendizaje.

3.- Actividad

Tema: ¿Cómo vivo mis relaciones interpersonales?

Técnica: El baile del amor**Objetivo**

Reconocer las características del amor romántico y reconocer que este puede encubrir ciertos actos de violencia.

Material

Letreros “Amor es...”, “Amor no es...”

Cinta adhesiva

Formas de cartón con apariencia de bombas y Corazones con frases escritas (guía del instructor) (Apéndice 10)

Grabadora

Música para bailar

Tiempo

60 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora esparcirá las figuras de cartón en el piso, de tal manera que las frases no se vean.
- b) Explicará al grupo que al poner la música, iniciarán el baile (el grupo podrá moverse como lo desee).
- c) Cuando se apague la música, cada quién se pondrá de pie en una figura de cartón y después la levantará del piso. Esto se repetirá hasta que se agiten todos los corazones y bombas.
- d) Al final cada participante tendrá, al menos tres figuras.
- e) El o la instructora pegará los dos letreros *amor es...* y *amor no es...* en la pared
- f) Pedirá que decidan a cuál de los letreros corresponden las frases que tienen.

- g) Señalará que no deben de basar su decisión en la figura en sí sino en la frase que tiene.
- h) Después, invitará a cada participante a pegar sus figuras debajo del letrero apropiado, pidiendo al grupo que ayude si alguien se equivoca o no sabe.
- i) Se recomienda cerrar la actividad exponiendo
 - a. Las diferencias entre amor nutricional (amor es...) y el amor romántico (amor no es...)
 - b. El amor romántico puede encubrir actitudes y conductas violentas, (retomar ejemplos de los corazones del lado *amor no es...*)
 - c. Las bombas son las señale más obvias de la violencia, en cambio, los corazones del lado de *amor no es...* son las más difíciles de discriminar, porque están relacionados con el amor romántico.

4.- Actividad

Tema: ¿Qué son las relaciones interpersonales?

Técnica: Expositiva

Objetivo

Que l@s participantes reconozcan las características del noviazgo.

Material

Pizarrón

Plumón o gis

Tiempo

30 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora retomarán la técnica el baile del amor para partir de las ideas aportadas por el grupo para exponer los aspectos relevantes sobre el contenido sugerido para esta sesión como el noviazgo, características y tipos de amor.
- b) Este contenido sugerido permitirá a l@s participantes empezar a reflexionar sobre el noviazgo.
- c) Concluida la exposición por el o la instructora, atenderá dudas o comentarios de l@s participantes.

4.- Actividad

Conclusiones y cierre de sesión

Técnica: Hoy aprendí que

Objetivo

Retomar lo aprendido en la sesión para concluir la sesión.

Material

Ninguno

Tiempo

15 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora pedirá a l@s participantes que voluntariamente mencionen lo que aprendieron en la sesión.
- b) De esta manera concluye el tema y la sesión.

Sesión 7

Premisas y contenido sugeridos

¿Son importantes los valores en las relaciones interpersonales?

Los valores son ideales que orientan la conducta de los seres humano. Hacen referencia a lo ético, justamente a lo que la sociedad valora. Existen valores universales, llamados también valores humanistas, y también hay valores religiosos y valores laicos.

Por ejemplo: la honestidad es un valor universal, la caridad es un valor religioso cristiano y la tolerancia es un valor laico.

Aunque en cierta medida todos los pueblos del mundo compartimos algunos valores humanistas, cada sociedad tienen valores propios y en cada sociedad hay diversos grupos, con diferentes valores que responden a sus creencias religiosas y laicas.

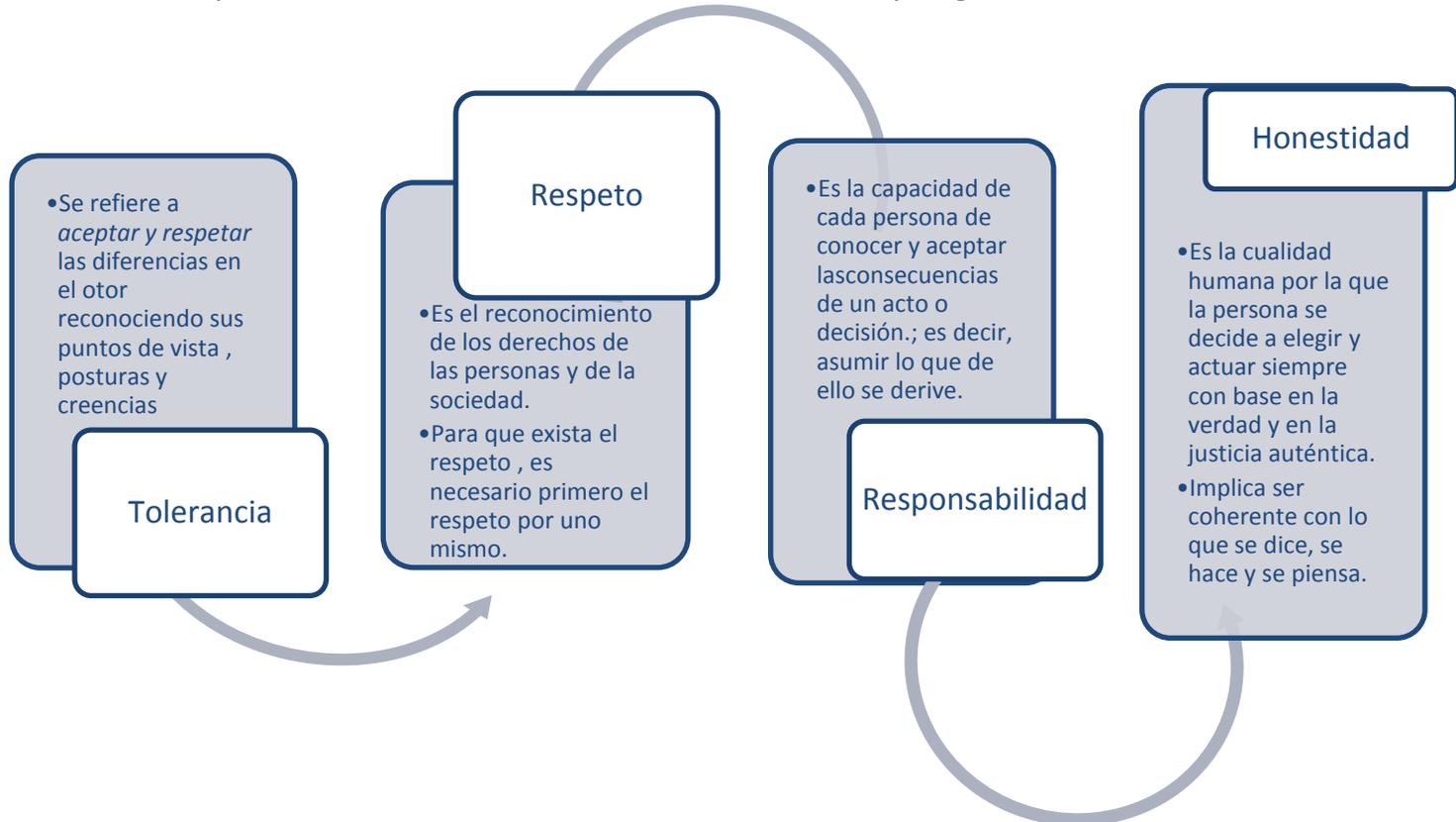
Las personas ajustamos o modificamos nuestra escala de valores a partir del proceso de socialización y por influencias intelectuales, amistosas, culturales, etc. Sin embargo, queda una estructura básica que compartimos con los demás y que nos permite extendernos y funcionar socialmente.

Hay que distinguir entre valores éticos y valores culturales. El respeto a los demás es un valor ético, la puntualidad es cultural. También es importante comprender que, mientras para algunas personas los valores culturales o los valores religiosos, por ejemplo, son sus valores y no los cuestionan, otras personas eligen tomar sus valores de diferentes lugares o diferentes personas.

El conocimiento de nuestros propios valores permite tomar decisiones acordes con nuestras creencias.

Adquirimos los valores desde la niñez, a medida que recibimos mensajes, verbales y no verbales, de lo que es correcto o incorrecto para las personas más significativas con las que vivimos.

A parte de la familia y el grupo social al cual pertenece, otras fuentes de influencia para adquirir valores son las fuentes culturales, intelectuales y religiosas¹⁴⁷.



1.- Tolerancia

Tiempo:

10 min.

2.- Actividad

Recapitulación de la sesión anterior

Técnica: Frase de aprendizaje

Objetivo

Que l@s participantes realicen un repaso de lo aprendido la sesión anterior para partir de ese conocimiento adquirido en los nuevos contenidos del taller.

Material

Ninguno

Tiempo

¹⁴⁷ Pick de Weiss, S. y Vargas Trujillo, E. (1990). "Yo adolescente: Respuestas claras a mis grandes dudas". México: Editorial Planeta (3ª edición, 19ª reimpresión, 2001). P. 61

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora preguntará que aprendieron la sesión anterior.
- b) Cada participante pensará en una frase que aprendió en la sesión anterior.
- c) Cuando l@s participantes hayan identificado su frase de manera voluntaria algún@ (s) compartirán esa frase
- d) Después de haber escuchado las participaciones, el o la instructora mencionará de manera general las ideas mencionadas por l@s participantes.
- e) Con base en esta información, el o la instructora iniciará la técnica que facilite los contenidos del nuevo tema de aprendizaje.

3.- Actividad

Tema: ¿Son importantes los valores en las relaciones interpersonales?

Técnica: La familia ideal

Objetivo

Que l@s participantes analicen y reflexionen sobre el significado de los valores en las relaciones interpersonales.

Material

Corazones de papel. (Apéndice11)

(Cada uno lleva inscrito un valor de la familia: tolerancia, respeto, responsabilidad y honestidad).

Tiempo

60 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora invita a los participantes a formar espontáneamente subgrupos de siete personas, antes de que él termine de contar hasta 10.
- b) Una vez formados los subgrupos, el instructor les indica que cada subgrupo es una familia y participarán en un concurso para elegir a la "familia del año".
- c) El o la instructora explica a los subgrupos que disponen de 10 minutos para presentarse, elegir un jefe e inventar un nombre corto y simpático que tenga relación con la familia.
- d) El o la instructora pide a los subgrupos que preparen su presentación de tal manera que resulte breve, original y graciosa.
- e) Las "familias" hacen su presentación en sesión plenaria.
- f) Terminadas las presentaciones, el o la instructora indica a las "familias" que para ganar el premio a la "mejor familia", deberán ganar varias pruebas, algunas de ellas contra reloj y otras en que dispondrán de algunos minutos para prepararlas y desarrollarlas. También hay pruebas donde se unirán varios subgrupos formando una alianza. Todo esto se les indicará oportunamente.

- g) El subgrupo ganador de cada prueba obtendrá un corazón y, antes de recibirlo, explicará en voz alta y brevemente el significado del valor que ahí aparece escrito. Si esto se hace correctamente, el grupo obtendrá un corazón extra donde aparece anotada una de las letras de la palabra "familia". El subgrupo que complete primero la palabra será premiado con el título de la "mejor familia".

PRUEBAS

a) Ganará el corazón de la Amistad el subgrupo que entregue primero al instructor una lista con el nombre de todos sus integrantes y el nombre de sus hijos, abuelos, padres, hermanos, cuñados, cuñadas y sobrinos. Así mismo, deberán explicar qué significa para ellos la palabra amistad. (Si lo hace correctamente, gana un corazón extra, si no es así, se da la oportunidad a otro subgrupo)

b) Recibirá el corazón del Respeto el subgrupo que en cinco minutos prepare la mejor escena de una familia en donde exista respeto entre todos sus miembros. (Si lo hace correctamente, gana el corazón extra, si no es así, se da la oportunidad a otro subgrupo)

c) Ganará el corazón de la comprensión el subgrupo que realice dos "buenas acciones" comprobadas. (Si lo hace correctamente, gana el corazón extra, si no es así, se da la oportunidad a otro subgrupo)

Nota: El o la instructora avisa que las siguientes pruebas se realizarán por alianzas. Para eso, es necesario que se unan dos o más subgrupos; esto depende del número de subgrupos que participen. Lo importante es que cada alianza quede integrada por igual número de subgrupos.

d) Gana el corazón de la Unidad la alianza que prepare en cuatro minutos el mejor coro. Después de la presentación de las alianzas, la que resulte ganadora expresará en voz alta el significado que da a la palabra unidad.

e) Gana el corazón de la Cooperación la alianza que forme primero un trenecito humano. La alianza ganadora explica el significado que da a esta palabra.

4.- Actividad

Tema: Los valores en las relaciones interpersonales.

Técnica: Lluvia de ideas

Objetivo

Que l@s participantes concienticen sobre la importancia de los valores morales en las relaciones interpersonales.

Material

Pizarrón blanco

Plumones

Tiempo

30 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora retomarán la técnica la familia ideal
- b) Preguntará a los participantes:
 - a. ¿Qué observaron en la técnica?
 - b. ¿Qué aprendieron?
 - c. ¿Cómo se sienten?
- c) A partir de las ideas aportadas por el grupo él o la instructora expondrán los aspectos relevantes sobre la importancia de los valores morales en las relaciones interpersonales con la finalidad de que l@s participantes aclaren dudas que tengan sobre estos temas.
- d) Concluida la exposición por el o la instructora, atenderá dudas o comentarios de l@s participantes.

5.- Actividad

Conclusiones y cierre de sesión

Técnica: Hoy soy mejor que ayer porque...

Objetivo

Retomar lo aprendido en la sesión para concluir la sesión.

Material

Hojas blancas

Lápiz

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- El o la instructora pedirá a l@s participantes que escriban en una palabra aquello que aprendieron en esta sesión que los hace mejores que ayer, en relación con los valores morales.
- Concluida la actividad el instructor pide a l@s participantes que voluntariamente mencionen la palabra que escribieron en su hoja.
- De esta manera concluye el tema y la sesión.

Sesión 8

Premisas y contenido sugeridos

¿Qué es la violencia?

Violencia es cualquier acto que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para el ser humano, incluyendo las amenazas de dichos actos, coerción y/o privaciones arbitrarias de libertad, que ocurren ya sea en la vida pública o privada.

Para que el maltrato se defina como tal, existen cinco características inherentes que son:

- Que sea recurrente y constante, no sólo único o aislado.
- Que sea intencional, es decir, con claridad en la conducta.
- Que implique un acto de poder o sometimiento: controlar a quien la recibe.
- Tendencia a que cada vez sea mayor la gravedad de la lesión.
- Su resolución sería a partir de recibir apoyo profesional.

<i>Tipo de abuso</i>	<i>Poder o fuerza</i>	<i>Tipo de daño</i>
Físico	Físico	Físico/emocional
Emocional o psicológico	Psicológico	Emocional
Sexual	Físico/psicológico	Emocional/físico
Financiero	Económico	Económico/emocional
Social y ambiental	Psicológico/físico	Económico/social/económico

Leonor Walter¹⁴⁸ describió el patrón cíclico que sigue la violencia, para explicar cómo se produce y mantiene la relación de maltrato, el ciclo se desarrolla en tres fases:

1. **Acumulación de tensión**
2. **Fase aguda de la agresión**
3. **Fase de luna de miel**

Maltrato infantil

- Se demuestra en forma activa mediante el abuso físico, emocional, o sexual y en su forma pasiva mediante abandono físico y emocional o en el caso de los niños que presencian actos de violencia.

Violencia conyugal

- Incluye el maltrato hacia la mujer, por medio de abuso físico, emocional o sexual, entre otras formas de abuso, violencia cruzada, así como el maltrato hacia el hombre. Incluye el maltrato a ancianos e hijos tanto en forma activa (maltrato físico o emocional, abuso financiero), como en su forma pasiva (abandono físico y emocional).

Violencia de género

- Se ejerce principalmente en función del sexo y en muchos casos de la edad y situación de vulnerabilidad en que se encuentran los niños en nuestra sociedad.

Violencia Física

- Se refiere a agresiones en el cuerpo, incluye acciones como pegar, empujar, cortar, puede ser ejercida con objetos o con partes del cuerpo. Va desde daños leves a graves.

Violencia sexual

- Se refiere a los actos sexuales impuestos, sin consentimiento de la persona.

Violencia verbal

- Se refiere a amenazas, insultos, burlas, frases dañinas es la más usual y repetitiva.

Violencia psicológica

- Se manifiesta en actos que atacan los sentimientos o las emociones de la persona, dichos actos son persistentes y muy difíciles de reconocer, ya que son mucho más encubiertos que la violencia verbal.

Violencia económica

- Hace referencia al control de los recursos económicos.

Maltrato a personas con discapacidad

- A quienes se les niegan oportunidades a nivel laboral y de convivencia social por el desconocimiento o negación de sus necesidades.

Abandono

- Es el acto de desamparo injustificado hacia uno o varios miembros de la familia con los que se tienen obligaciones que derivan de las disposiciones legales y que ponen en peligro la salud.

1.- Tolerancia

¹⁴⁸ Martínez Escudero, María Vega y Oscar Fernández Rodríguez. *Malos tratos: detección precoz y asistencia en atención primaria*. México, 2005, Ars. Médica, p.20.

Tiempo:

10 min.

2.- Actividad

Recapitulación de la sesión anterior

Técnica: Lluvia de ideas.**Objetivo:**

Que l@s participantes realicen un repaso de lo aprendido la sesión anterior para partir de ese conocimiento adquirido en los nuevos contenidos del taller.

Material:

Ninguno

Tiempo:

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora preguntará que aprendieron la sesión anterior.
- b) Cada participante compartirá con el grupo lo que aprendió en la sesión.
- c) Después de haber escuchado las participaciones, el o la instructora mencionará de manera general las ideas mencionadas por cada participante.
- d) Con base en esta información, el o la instructora iniciará la técnica que facilite los contenidos del nuevo tema de aprendizaje.

3.- Actividad

Tema: Violencia

Técnica: Rueda de poder y control**Objetivos**

Que l@s participantes analicen las diferentes formas de violencia.

Que l@s participantes comprendan que la violencia surge a raíz de las relaciones desiguales.

Que l@s participantes reconozcan que todos los actos de violencia tienen el objetivo común de reafirmar el poder del agresor y controlar a la víctima.

Material:

La rueda de poder y control dibujada en una cartulina y cortada en 4 partes (Apéndice 12)

Un círculo pequeños con las palabras “poder y control”

Plumones de color

Cinta adhesiva

Pizarrón

Gis o plumón para pizarrón

Tiempo:

40 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora formará cuatro equipos.
- b) Proporcionará una parte de la rueda de poder a cada equipo, con el nombre de un tipo de violencia (Física, Psicológica, Sexual, Económica).
- c) Pedirá a cada equipo que escriba en forma de lista todos aquellos actos u omisiones que pertenezcan al tipo de violencia que le fue asignado.
- d) Una persona de cada equipo expondrá y pegará su cuarto de círculo en la pared, de tal forma que se irá formando la rueda del poder y control.
- e) Al final, el o la instructora pegará en el centro de la rueda, el círculo pequeño con las palabras poder y control.
- f) Puntos sugeridos para discutir en grupo.
 - a. La violencia psicológica es más común y por eso la consideramos normal.
 - b. La violencia física siempre conlleva violencia psicológica.
 - c. La violencia surge a raíz de las relaciones inequitativas (dar ejemplos: jefe/jefa-empleado/empleada, esposa-esposo, padre/madre-hija/hijo etc.)
 - d. Todos los actos de violencia tienen el objetivo común de reafirmar el poder del agresor y controlar a la víctima

4.- Actividad

Tema: Violencia

Técnica: Expositiva**Objetivo**

Que l@s participantes concienticen sobre la importancia y trascendencia de la violencia en la actualidad.

Material

Computadora

Cañón

Presentación en power point (Apéndice 13)

Tiempo

40 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora retomarán la técnica rueda de poder y control para partir de las ideas aportadas por el grupo para exponer los aspectos relevantes sobre violencia, se recomienda retomar el contenido sugerido, así como los puntos presentados en la presentación en power point que se sugiere.

- b) Concluida la exposición por el o la instructora, atenderá dudas o comentarios de l@s participantes.

5.- Actividad

Tema: Conclusiones del tema y cierre de sesión.

Técnica: La reflexión del día

Objetivo

Que l@s participantes concienticen sobre la importancia y trascendencia de la violencia en la actualidad.

Material

Hojas blancas

Lápices

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora pedirá a l@s participantes que escriban de manera breve, lo más significativo que hayan aprendido en esta sesión que les haya permitido reflexionar acerca de la importancia del problema de la violencia hoy en día.
- b) L@s participantes de manera voluntaria leerán sus reflexiones.
- c) El o la instructora concluirán de manera breve y general sobre la importancia de estas reflexiones.

Sesión 9

Premisas y contenido sugeridos

Violencia en el noviazgo

Incondicionalidad	<ul style="list-style-type: none">• Por la manera en que son socializadas, las víctimas aprenden a dar valor a actitudes de incondicionalidad hacia las necesidades de los otros. Esta disposición incondicional suele extrapolarse a otros vínculos como la relación de pareja.• Algunos conceptos relativos al amor en la pareja, en la familia y en la relación entre las personas se prestan para apuntalar y justificar abusos. Esto se advierte especialmente en las explicaciones escuchadas en cuanto a por qué una mujer aguanta esta situación de malos tratos y no le pone fin. La razón aducida por ella suele ser porque lo quiero.
Amor	<ul style="list-style-type: none">• El o la persona que es abusad@ experimenta una disminución del poder propio. La noción del propio poder depende, en una relación, de los sujetos que intervienen por ella.
Poder	<ul style="list-style-type: none">• En nuestra cultura, l@s víctimas gozan de menos valor, status y prestigio que el ó la persona que abusa del poder.
Disminución del propio valor	<ul style="list-style-type: none">• En las relaciones de abuso, la anestesia del malestar en l@s víctimas aparece como un elemento clave, especialmente cuando desempeñan su papel de cuidadoras y dadoras.
Disminución del registro de malestar	<ul style="list-style-type: none">• En las relaciones de abuso, la anestesia del malestar en l@s víctimas aparece como un elemento clave, especialmente cuando desempeñan su papel de cuidadoras y dadoras.

Las personas que ejercen el poder y dominio se apoyan en técnicas de manipulación emocional que, sobre la base del establecimiento de un desequilibrio de poder en la relación, tienen como objetivo el control y sometimiento de la otra persona, algunas de estas técnicas son¹⁴⁹:

Generar culpa a través de una conducta permanente demandante y de un uso constante de la atribución causal externa, mediante la cual nunca asume la parte de responsabilidad que le corresponde en la generación de los conflictos.

Generar confusión a través de manipulaciones comunicacionales que ponen en duda las percepciones de la mujer y conducen a que la propia mujer termine dudando de las mismas.

Generar depresión a través del socavamiento progresivo de la autoestima de la mujer, basado en mensajes descalificadores.

Generar vergüenza a través de críticas permanentes, humillaciones ante terceros y la utilización del conocimiento de los puntos débiles de la mujer.

Generar temor a través de amenazas directas o veladas.

Generar sometimiento a través de la manipulación de los tiempos, los espacios, el cuerpo y las conductas de la mujer, como si se tratara de objetos de pertenencia.

1.- Tolerancia

Tiempo:

10 min.

2.- Actividad

Recapitulación de la sesión anterior

Técnica: Frase de aprendizaje.

Objetivo

Que l@s participantes realicen un repaso de lo aprendido la sesión anterior para partir de ese conocimiento adquirido en los nuevos contenidos del taller.

Material

Ninguno

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora preguntará que aprendieron la sesión anterior.
- b) Cada participante pensará en una frase que aprendió en la sesión anterior.
- c) Cuando l@s participantes hayan identificado su frase de manera voluntaria algún@ (s) compartirán esa frase
- d) Después de haber escuchado las participaciones, el o la instructora mencionará de manera general las ideas mencionadas por l@s participantes.
- e) Con base en esta información, el o la instructora iniciará la técnica que facilite los contenidos del nuevo tema de aprendizaje.

3.- Actividad

Tema: Violencia en el noviazgo

Técnica: Hoy y el futuro

Objetivo

Que l@s participantes reconozcan que el responsable de la violencia es quien la ejerce no quien la sufre.

Material

Disco de música para relajación.

Grabadora.

Hojas blancas.

Plumones de color.

Franelas para tapar ojos.

Tiempo:

40 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora invitará al grupo a realizar un ejercicio de relajación.
- b) Se sentarán en el piso en una postura cómoda, dejando espacio entre cada persona.
- c) Les pedirá que se venden los ojos.
- d) Después les indicará que concentren su atención en la respiración; en cómo entra y sale el aire de su cuerpo y les dará las siguientes indicaciones:
Mantente en contacto contigo mism@ a través de tu cuerpo. Trata de identificar cuáles son las zonas que están tensas en tu cuerpo ahora (tus párpados, tu frente, tu cuello, tus hombros, tu espalda) y trata de relajarlas.
- e) Después les inducirá a la siguiente visualización:
Vas por un camino dentro de un bosque y llegas a un lugar muy agradable y te sientes muy bien ahí. Sigues caminando y de pronto llegas a un lago grande muy bonito, te asomas a ver el agua, y en el reflejo te encuentras contigo mism@, con todo aquellos que disfrutas y amas de ti. Toma un tiempo para mirar este lado positivo tuyo, tus cualidades, las cosas que haces bien y que te hacen sentir bien. Deja que esas sensaciones positivas te llenen.
- f) Después de unos momentos, pedirá que se despidan del lugar y que regresen al salón.
- g) Se podrán quitar las vendas de los ojos.
- h) Se repartirá una hoja de papel a cada participante.
- i) Se les pedirá doblar esta hoja y en el lado izquierdo, dibujar cómo se ven y/o como se viven ahora, utilizando una imagen.
- j) Después, en el lado derecho de la hoja dibujarán cómo se ven en el futuro, también utilizando una imagen.
- k) Al terminar sus dibujos, se les indicará que se venden de nuevo sus ojos, que tomen la hoja en sus manos y la sostengan frente a su cara, a modo de pantalla.
- l) Les pedirá que se concentren en lo que les hacen sentir estas imágenes
Ahora mira, observa lo mejor de ti en esas imágenes que has dibujado. Deja que las sensaciones positivas de estos dibujos te hagan sentir bien.
- m) En silencio él o la instructora romperá una por una las hojas de cada participante.
- n) Finalmente pedirá que se quiten las vendas de los ojos.
- o) Puntos de discusión recomendados por el instructor.
 - a. ¿Cómo se sintieron en la parte de la relajación?
 - b. ¿Cómo se sintieron en la segunda parte del ejercicio?
 - c. ¿Por qué creen que se rompieron las hojas?
 - d. ¿Hicieron algo para merecerlo?
 - e. (Si no se sintieron) ¿Por qué no se resistieron a que les rompiera las hojas?
 - f. ¿Cómo creen que se siente alguien que ha sufrido violencia?
- p) Se recomienda al instructor (a) cerrar exponiendo

- a. a violencia es un abuso de poder y en este caso el o la facilitadora fue quien abusó de su poder y por lo tanto fue responsable de la violencia.
- b. A veces es difícil oponernos al abuso y no es porque nos guste.
- c. En este ejercicio nos pusimos en los zapatos de quien sufre violencia y pudimos darnos cuenta de que nadie la merece. Además entendimos que no debemos culpar a esta persona de provocar la violencia o no poner fin a ella.

Sugerencias:

Observar si alguien evita la agresión y se quita la venda, para comentarlo en la discusión.

4.- Actividad

Tema: Violencia en el noviazgo

Técnica: Expositiva

Objetivo

Que l@s participantes conozcan las características de la violencia en el noviazgo

Material

Pizarrón

Gis ó plumones

Tiempo

40 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora a partir de la técnica hoy y el futuro retomará los comentarios de l@s participantes para exponer las ideas principales del tema violencia en el noviazgo.
- b) Se recomienda haga hincapié en el contenido del manual del participante con la ayuda de la participación del grupo
- c) Así como el contenido propuesto como premisa para esta sesión.
- d) Concluida la exposición por el o la instructora, atenderá dudas o comentarios de l@s participantes.

5.- Actividad

Tema: Violencia en el noviazgo

Técnica: Aplicación de cuestionario diagnóstico

Objetivo

Que l@s participantes reflexionen sobre la violencia en el noviazgo a partir de un cuestionario que refleje de manera rápida la manera en que vivimos las relaciones de noviazgo.

Material

Cuestionario *Violencia en el noviazgo (Inmujeres)* (Apéndice 14)

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora dará la indicación de que a continuación se les aplicará un cuestionario sin fines de evaluación, únicamente para que ell@s reflexionen de que manera viven sus relaciones de noviazgo.
- b) Proporcionará a cada participante un formato del cuestionario de violencia en el noviazgo.
- c) Dará la instrucción de que tienen 10 minutos para resolverla.

6.- Actividad

Tema: Conclusiones del tema y cierre de sesión.

Técnica: Hoy soy mejor que ayer porque...

Objetivo

Retomar lo aprendido en la sesión para concluir la sesión.

Material

Hojas blancas

Lápiz

Tiempo

10 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora pedirá a l@s participantes que escriban en una palabra aquello que aprendieron en esta sesión que los hace mejores que ayer, en relación con los valores morales.
- b) Concluida la actividad el instructor pide a l@s participantes que voluntariamente mencionen la palabra que escribieron en su hoja.

c) De esta manera concluye el tema y la sesión.

Sesión 10

Premisas y contenido sugeridos

¿Cómo mejorar mis relaciones?



1.- Tolerancia

Tiempo:

10 min.

2.- Actividad

Recapitulación de la sesión anterior

Técnica: Lluvia de ideas.

Objetivo

Que l@s participantes realicen un repaso de lo aprendido la sesión anterior para partir de ese conocimiento adquirido en los nuevos contenidos del taller.

Material

Ninguno

Tiempo

10 min.

Procedimiento

a) El o la instructora preguntará que aprendieron la sesión anterior.

- b) Cada participante compartirá con el grupo lo que aprendió en la sesión.
- c) Después de haber escuchado las participaciones, el o la instructora mencionará de manera general las ideas mencionadas por cada participante.
- d) Con base en esta información, el o la instructora iniciará la técnica que facilite los contenidos del nuevo tema de aprendizaje.

3.- Actividad

Tema: ¿Cómo mejorar mis relaciones?

Técnica: La jaula

Objetivo

Identificar los motivos por los que una persona puede permanecer en una relación violenta.

Material

Ilustración de la jaula (Apéndice 15)

Hojas de papel Rotafolio

Papel de color

Pegamento

Plumones de color

Encendedor o cerillo

Recipiente de metal

Tiempo

30 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora formará equipos de cuatro.
- b) Enseñará a todo el grupo la ilustración de la jaula y les pedirá imaginar que adentro, está una persona que sufre violencia. Los barrotes representan los obstáculos para que la persona salga de allí.
- c) En cada grupo tendrán que esbozar una jaula en una hoja de Rotafolio, y organizarse para recortar los barrotes y escribir los motivos que hacen que una mujer permanezca en una relación violenta.
- d) Después, pegarán la hoja de Rotafolio con la jaula en la pared y cada equipo presentará los obstáculos que encontraron.
- e) Posteriormente cada participante elegirá el barrotes/obstáculo que le parece más importante y lo desprenderá de su jaula.
- f) Por turnos pasarán al frente a quemar el barrotes (el o la instructora encenderá los barrotes mientras que l@s participantes los dejarán caer al recipiente).
- g) Puntos sugeridos de discusión.
 - a. ¿Cómo creen que se puedan superar esos obstáculos?
 - b. Cerrar exponiendo (De acuerdo con las premisas y contenido):

- i. Motivos por los que una persona permanece en una relación violenta.

Sugerencias:

Ayudar a los participantes a no reproducir los mitos acerca de la violencia (le gusta, es masoquista etc.).

Si no puede quemar el barrote, lo pondrán romper.

3.- Actividad

Tema: ¿Cómo mejorar mis relaciones interpersonales?

Técnica: Mesa redonda

Objetivo

Que l@s participantes elaboren una propuesta sobre la manera en que se pueden mejorar las relaciones de noviazgo.

Material

Pizarrón

Plumones

Tiempo

40 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora dará la indicación de que l@s participantes se enumeren del 1 al 5 para formar equipos de trabajo.
- b) Una vez enumerados l@s participantes formarán equipos de trabajo, de acuerdo con el número que le se les asigne, esto es: todos los 1 forman un equipo, los 2 otro equipo y así sucesivamente hasta concluir.
- c) Cuando ya estén formados los equipos él o la instructora dará la instrucción de que tendrán que comentar en equipos de qué manera se pueden mejorar las relaciones interpersonales. Los equipos de trabajo únicamente cuentan con 20 minutos para comentar esto.
- d) En esta mesa l@s participantes elaborarán una lista en donde propongan como es que se pueden mejorar las relaciones de noviazgo
- e) Después de haber transcurrido estos 20 minutos los equipos escogerán un representante para formar una mesa redonda al frente del aula.
- f) En esta mesa se comentarán las conclusiones de cada equipo que permitan al instructor(a) exponer sobre este tema.
- g) Se sugiere al instructor hacer hincapié en los rasgos de una relación sana y libre de violencia señalados en el manual del participante.

4.- Actividad

Tema: Cierre del taller

Técnica: Carta a mí mism@

Objetivo

Que l@s participantes concienticen sobre la importancia de reconocernos como individuos para establecer relaciones de noviazgo sanas y libres de violencia.

Material

Hojas blancas

Lápices

Tiempo

30 min.

Procedimiento

- a) El o la instructora dará la indicación de que a continuación escribirán una carta en la que describan lo aprendido en el taller, los propósitos que tienen a partir de este espacio y como creen que mejorarán sus relaciones de noviazgo a partir de este taller.
- b) L@s participantes tienen 30 min. Para concluir su carta.
- c) Al finalizar el tiempo si algún (a) desea compartir esta carta, el espacio está abierto para ello.
- d) Al concluir esta actividad él o la instructora agradecerá a l@s participantes su asistencia y aportaciones en esta experiencia de vida porque sin la participación de cada un@ de ell@s este nuevo aprendizaje no habría sido posible.
- e) Muchas gracias por su participación, entusiasmo y entrega. Hasta pronto.

Fuentes consultadas

- Carreto, Mario, Jesús Palacios y Álvaro Marchesi. *Psicología Evolutiva 3. Adolescencia, Madurez y Senectud*. Madrid, 1995, Alianza Editorial, Tercera Reimpresión. P.341
- Casas, María de la Luz. *Hablemos con los jóvenes: guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros*. México, Trillas 1998. P 21 y 22.
- Corsi Jorge, Graciela María Peyru. *Violencias sociales, estudios sobre violencia*. Aziel. Barcelona 2003. P.124
- Flores González, Ana María y Roberta Medellín Tapia. *Adolescencia y Aprendizaje*. 3° ed. México SepIndautor p. 55 y 56
- Fromm, Erich. *El arte de amar*. Paidós. México. 1983. Pp. 128
- Martínez Escudero, María Vega y Oscar Fernández Rodríguez. *Malos tratos: detección precoz y asistencia en atención primaria*. México, 2005, Ars. Médica, p.20.
- Pick de Weiss, S. y Vargas Trujillo, E. (1990). "Yo adolescente: Respuestas claras a mis grandes dudas". México: Editorial Planeta (3ª edición, 19ª reimpresión, 2001).
- Ruíz María Guadalupe. *Rostros y máscaras de la violencia. Un taller sobre amistad y noviazgo para adolescentes*. México. 1999 IMIFAP
- Saavedra, R. Manuel S. *Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor*. México. 2004 Pax Editores. p.32
- Santrock, John W. *Psicología del desarrollo en la adolescencia*. 9a ed. Tr. Ana Carmen Pérez Mc. Graw Hill. España 2003 P. 56-57

<http://www.inmujeres.gob.mx/dgpe/cuerpo/Adolescencia/index.htm>

Apéndice

Apéndice 1

A mí me parece que aquí...

*Técnica: cómo me siento
cuando (frases)*

Apéndice 1

Yo pienso que soy...

Cuando era niño yo...

Es muy triste que...

Yo extraño...

Cuando no me controlo...

Yo deseo...

El éxito personal es...

Me gustaría ser...

Apéndice 2

HOJA DE TRABAJO EXPECTATIVAS

Responde de manera breve las preguntas que a continuación se presentan.

1. ¿Por qué estoy aquí?
2. ¿Qué me gustaría aprender?
3. ¿Qué pienso aportar?
4. ¿Qué me gustaría que sí ocurriera durante el evento?
5. ¿Qué me gustaría que sí ocurriera durante el evento?

Apéndice 3

Taller: ¿Qué onda con el noviazgo? Evaluación diagnóstica

Nombre del participante: _____

Fecha: _____

1. ¿Qué es el sexo?
2. ¿Qué es el género?
3. ¿Qué es la autoestima?
4. ¿Cuáles son los estilos de comunicación que existen?
5. ¿Qué son las relaciones interpersonales?
6. ¿Qué es violencia?

Apéndice 4

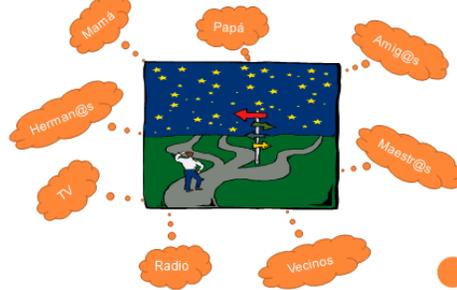
Hoja de trabajo		
Me conozco mejor		
Nombre: _____		
¿Cómo soy físicamente?	¿Qué cualidades tengo?	¿Qué defectos tengo?

Apéndice 5



¿LA ADOLESCENCIA?

¿A QUIÉN LE HAGO CASO?



ADOLESCENCIA

- Sientes que vives una metamorfosis bien complicada, pero déjame decirte que con todas sus virtudes y defectos, te toca vivir una de **las etapas más padres de tu vida.**
- Ahora ti te toca comenzar a aprender a tomar tus propias decisiones y asumirlas, por eso es necesario que te reconozcas como ser humano.



ADOLESCENCIA

- **Bienvenido!**
- Este espacio de aprendizaje es para ti juntos descubriremos claves importantes que te muestren lo que eres capaz de ser y hacer.



¿QUÉ ES LA ADOLESCENCIA?

- Un periodo exclusivamente humano. La etapa intermedia entre ser niño@ y adult@.



- Un periodo de cambios y adaptaciones. En esta etapa crecemos tanto física como emocionalmente.



¿CÓMO NOS SENTIMOS EN LA ADOLESCENCIA?

- *Queremos ir en contra de la corriente, en contra de cómo van los demás, rebelarnos, decir lo que nosotros pensamos, aunque hay veces que no queremos saber del mundo y deseáramos estar en una isla, aunque tenemos una gran necesidad de hablar con alguien. (Susan pick)*



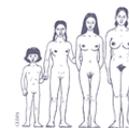
CAMBIOS EN LOS CHICOS

- Incremento del tamaño del pene y los testículos
- Aparición del vello púbico liso
- Cambios menores en la voz
- Primera eyaculación (espermaquía suele ocurrir durante la masturbación o durante el sueño)
- Aparición de vello púbico rizado
- Inicio del máximo crecimiento
- Aparición de pelo en las axilas
- Cambios en la voz más detectables
- Crecimiento de la barba



CAMBIOS EN LAS CHICAS

- Aumentan de tamaño los pechos o crece el vello púbico
- Aparece pelo en las axilas
- Aumentan de estatura
- Ensanchamiento de caderas



OTROS CAMBIOS

- Se produce un aumento de la toma de conciencia y del interés por los aspectos relacionados con el propio cuerpo.
- Mayor interesados por su apariencia física que por cualquier otro aspecto de sí mismos.
- Existe una clara relación entre el atractivo físico y la aceptación social, y viceversa.



FUENTES CONSULTADAS

- Pick de Weiss, S. y Vargas Trujillo, E. (1990). "Yo adolescente: Respuestas claras a mis grandes dudas". México: Editorial Planeta (3ª edición, 19ª reimpresión, 2001).
- Carreto, Mario, Jesús Palacios y Álvaro Marchesi. *Psicología Evolutiva 3. Adolescencia, Madurez y Senectud*. Madrid, 1995, Alianza Editorial, Tercera Reimpresión.
- <http://www.inmujeres.gob.mx/dgpe/cuerpo/Adolescencia/index.htm>

Apéndice 6

Espacios	Hombres	Mujeres
Un mercado		
La salida de una escuela		
Una ferretería		
La tienda de la esquina		
Un café internet		
Un banco		
El trabajo		
Puesto de periódicos		

HOJA DE TRABAJO

MÁS BIEN SOY...

Escribe los adjetivos y antónimos que has escrito previamente en forma de lista en la hoja blanca.

Ejemplo: Entre hermosa y bonita... Más bien soy simpática
Entre (adjetivo) y (antónimo)... más bien soy _____

1. Entre _____ y _____ más bien soy _____.

2. Entre _____ y _____ más bien soy _____.

3. Entre _____ y _____ más bien soy _____.

4. Entre _____ y _____ más bien soy _____.

5. Entre _____ y _____ más bien soy _____.

6. Entre _____ y _____ más bien soy _____.

7. Entre _____ y _____ más bien soy _____.

8. Entre _____ y _____ más bien soy _____.

Apéndice 8

Estilos de comunicación



¿Qué es la comunicación?

- *Es intercambiar información entre dos o más personas.* Es necesario percatarnos de la existencia de la otra persona y lograr que la otra persona se dé cuenta de nuestra presencia y existencia.
- Para que cualquier comunicación tenga significado, funcione y prospere, se requiere que el “tu” y el “yo” se convierta en “nosotros”.



Es importante tener en cuenta:

1. Qué queremos decir
2. Cuanto decir de todo lo que sabemos
3. Cuándo es el momento oportuno
4. Cómo decirlo.



Elementos de la comunicación

- Para que exista comunicación debe existir un emisor, un receptor, un mensaje y un canal a través del cual se enviará el mensaje. Si alguno de estos elementos falla, se dice que se ha producido una interferencia y no podrá establecerse la comunicación.

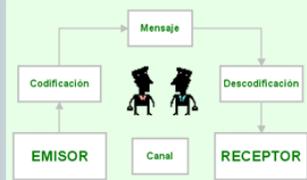


Elementos de la comunicación

- **El emisor:** es quien transmite el mensaje
- **El mensaje:** es lo que se quiere decir
- **El receptor:** es que le recibe la información



LA COMUNICACION



Tipos de comunicación

- **La comunicación verbal** es aquella mediante la cual podemos ejercer el diálogo.



- **La comunicación no verbal** se compone de las actitudes y mensajes que no se expresan con palabras pero que pueden leerse mediante la forma de hablar, mirar y los gestos.



Estilos de comunicación

• **Comunicación Pasiva**

- La comunicación pasiva se basa en conformidad y esperanzas de evitar la confrontación a toda costa. En este modo no hablamos mucho, pregunta incluso menos, y hacemos realmente muy poco. La persona que se basa en estilo de comunicación ha aprendido que es más seguro no reaccionar y no mejorar para desaparecer que estar parado para arriba y ser notado.



Estilos de comunicación

• **Comunicación Agresiva**

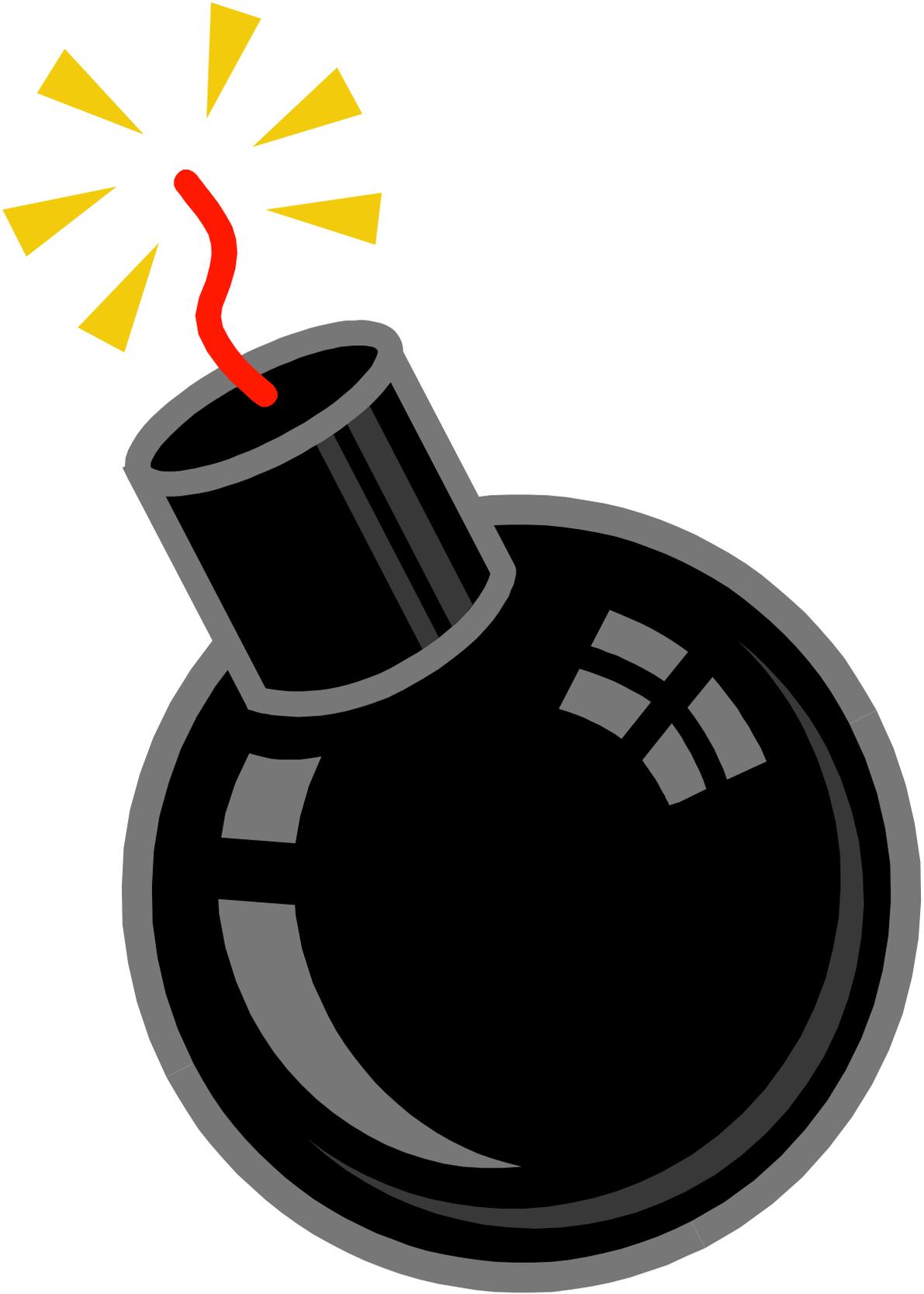
- La comunicación agresiva implica siempre la manipulación. Podemos procurar hacer a gente hacemos lo que deseamos induciendo culpabilidad (lastime) o usando las táctica de la intimidación y del control (cólera). ¡Secreto o abierto, deseamos simplemente nuestras necesidades resueltas -- ahora!. Irónico, los deportes más agresivos confían pesadamente en miembros del equipo y estrategias que entrenan racionales. Incluso la guerra pudo ser evitada si podríamos aprender ser más asertivos y negociar para solucionar nuestros problemas.

Apéndice 9

<i>Situación</i>	<i>Frase en tú</i>	<i>Frase en yo</i>
Tu mejor amiga te presionó a irte de pinta y las descubrieron	Tú tienes la culpa de todo	Me siento enojadas por haber dejado convencerme de faltar a la escuela
Se burlan de ti	Les gusta hacerme sentir mal	Yo me siento mal cuando se burlan de mi
Cuando tú haces algo que no le parece a tu novia, te lo reclama	Eres una conflictiva	Yo me siento atacado cuando me reclamas
Tu amigo te deja de hablar	Tú estás enojado conmigo	Yo me siento triste cuando me dejas de hablar
Critican a tu mejor amig@	Te metes en lo que no te importa	Yo me siento enojado cuando criticas mi amig@
Te hacen esperar	Siempre llegas tarde	Yo siento que no te importa mi tiempo
Ayudas a tu hermana menor con la tarea, pero no lo hace bien	Siempre te equivocas	Yo pienso que si no pones más atención te vas a seguir equivocando
Olvidaron un encargo que hiciste	Tu nunca escuchas	Yo me siento frustrada porque no pusiste atención
Pides un favor y lo hacen de mala gana	Siempre me pones mala cara	Yo me siento incómoda cuando no me dices que no quieres hacerme el favor
Tu novi@ volvió a tomar demasiado en una fiesta	No cambias; siempre eres igual	Yo me siento decepcionada porque sigues tomando
Te pusieron un apodo	Deja de meterte conmigo o no respondo	Yo me siento molesto cuando me llaman así
Tu novi@ critica tu forma de ser	No te importan los sentimientos de los demás	Siento que no me quieres cuando me criticas
Te dan un empujón	No creas que esto se va a quedar así	Me dolió, ten cuidado
Estas hablando y no te hacen caso	Me estás haciendo perder la paciencia	Me siento frustrado cuando no me escuchan
Te alburea una compañera de la escuela	Eres una pelada	Me ofende cuando me hablas así
Tu primo no te quiere devolver algo que le prestaste	Te estás pasando de listo	Me molesta que te quieras aprovechar de mi
Tu hermanita está haciendo un berrinche porque no le compraste un dulce	No me hagas enojar con tus berrinches	Me desespero cuando no comprendes que no tengo dinero para comprarte dulces
Estás viendo la televisión, y cambian constantemente de canal	Ya párale, me estás haciendo enojar	Yo quiero ver tranquilamente este programa

<i>Situación</i>	<i>Frase en tú</i>	<i>Frase en yo</i>
Te echan indirectas acerca de tu apariencia	Me están fastidiando	Me siento enojada cuando critican mi forma de vestir
Un@s amig@s no dejan de fumar, aunque te está molestando el humo	A ustedes no les importan los demás	Yo me siento mareado con el humo del cigarro y me molesta que no les importe
Tu novi@ te trata mal cuando piensas diferente de él/ella	Ya me canse de aguantarte siempre	Yo me siento herido cuando rechazas mis opiniones
Te culpan, sin razón, de un chisme	Ese no es mi problema	Yo me siento mal cuando me acusan de algo sin tener pruebas
Tu novi@ no quiere hablar de un tema que te preocupa	Sólo piensas en ti	Yo me siento rechazada cuando no quieres hablar de lo que me preocupa

Apéndice 10





Amor es...

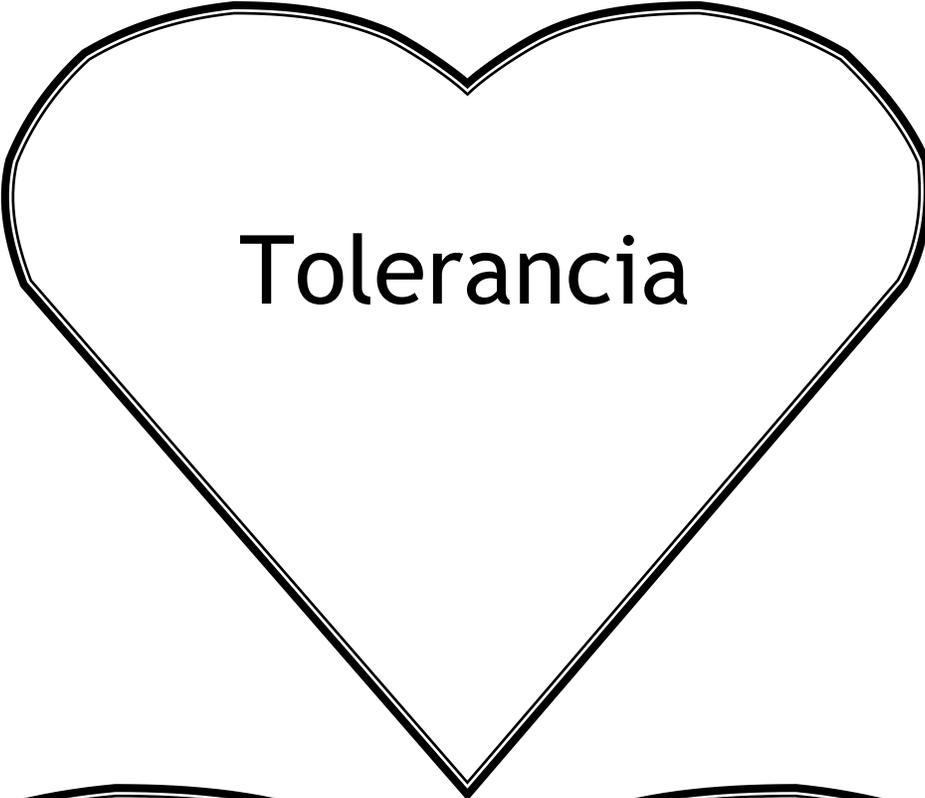
Amor no es...

Las siguientes palabras y frases van escritas en las formas de corazones.

Amor romántico (Bombas)	Amor nutriente (Corazones)
Celos	Paciencia
Contarle todo	Respeto
Renunciar a los amigos	Esfuerzo
Conocer sus movimientos	Confianza
Emborracharse por su culpa	Generosidad
Sufrir	Compromiso
Dar explicaciones	Compartir
Poner a prueba su amor	Mostrar interés
Evitar conflictos	Comprender
Sólo tú me haces feliz	Escuchar
Eres todo para mí	Sentirte bien
No puedes terminar conmigo	Pedir disculpas
	Aceptar diferencias
	Aceptar errores
	Mostrar debilidad
	Ponerte en los zapatos de tu pareja
	Te quiero
	Me gustas

Apéndice 11



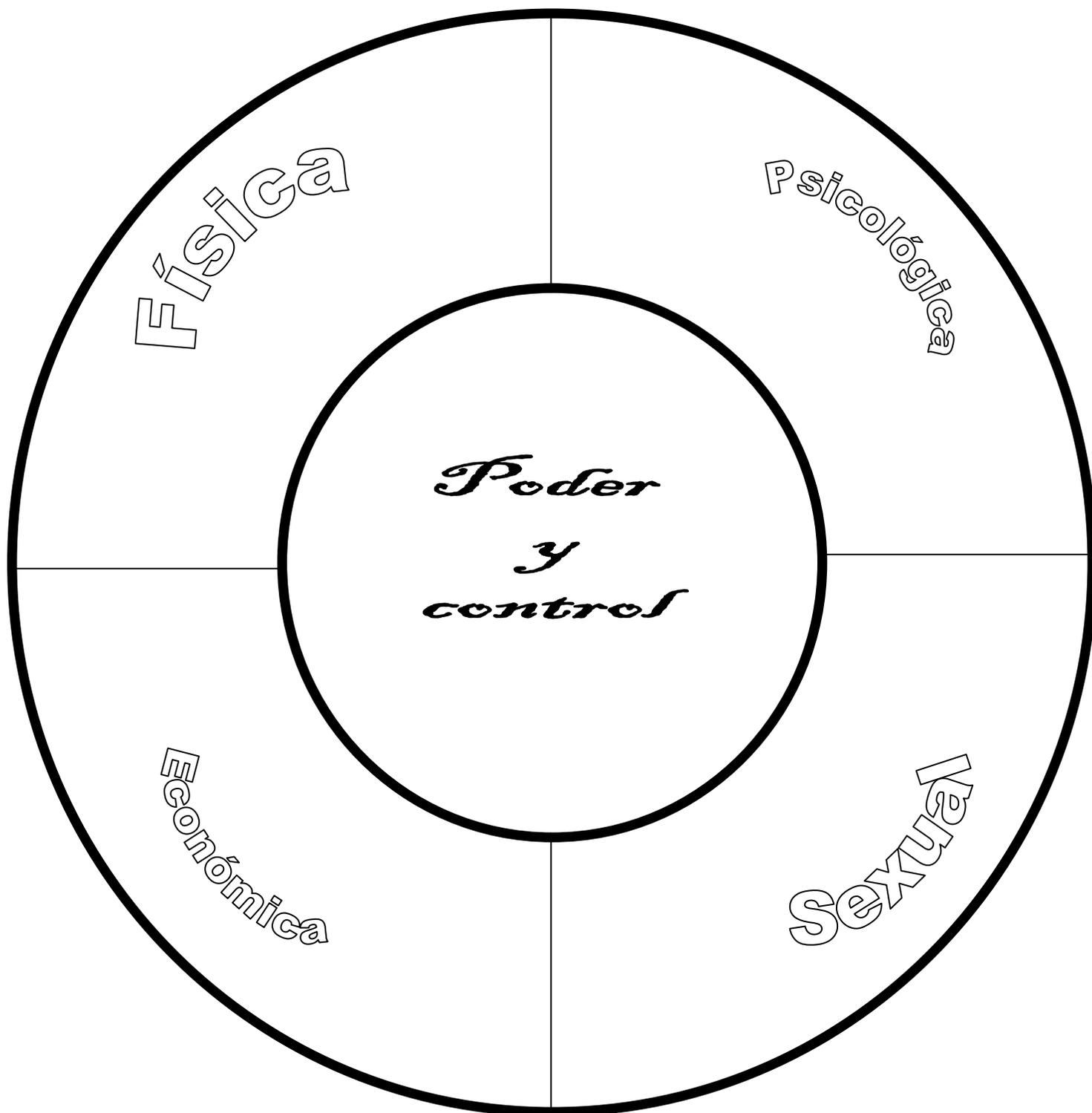


Tolerancia



Responsabilidad

Apéndice 12



Apéndice 13

Violencia



4 conceptos que debes conocer

- Conflicto** - Es un término que alude a factores que se oponen entre sí. Puede referir a conflictos intra o interpersonales.
- Agresividad** - Los conflictos interpersonales suelen mediar en situaciones de confrontación, confrontación, lucha, disputa o su resolución a favor de una u otra parte, se relaciona con nociones tales como la autoridad, el poder, la actitud, la capacidad, la habilidad, etcétera.
- Agresión** - Capacidad humana para "oponer resistencia" a las influencias del medio. La agresividad humana tiene vertientes fisiológicas, conductuales y vivenciales.
- Daño** - Conducta mediante la cual la potencialidad agresiva se pone en acto. Las formas que adopta son de índole: motora, verbal, gestual, postural, etcétera.
- Debe entenderse cualquier tipo y grado de menoscabo para la integridad del acto, existen diferentes tipos de daños ocasionados en el contexto de una relación de abuso: daño físico, psíquico, económico, etcétera.

Definición



Violencia

- La raíz etimológica de la palabra violencia, remite al concepto de "fuerza", la violencia implica siempre el uso de la fuerza para producir daño.

El Diccionario de la Real Academia Española define *violentar* como *la aplicación de fuerza sobre personas o cosas para vencer su resistencia.*

La Organización Mundial de la Salud, la define como *el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra una misma, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas posibilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.*

Entonces la violencia es:

- ▶ Cualquier acto que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para el ser humano, incluyendo las amenazas de dichos actos, coerción y/o privaciones arbitrarias de libertad, que ocurren ya sea en la vida pública o privada.



T I P O S D E V I O L E N C I A	Maltrato infantil	- Se demuestra en forma activa mediante el abuso físico, emocional, o sexual y en su forma pasiva mediante abandono físico y emocional.
	Violencia conyugal	- Incluye el maltrato hacia la mujer, por medio de abuso físico, emocional o sexual, entre otras formas de abuso, violencia cruzada, así como el maltrato hacia el hombre. Incluye el maltrato a ancianos e hijos tanto en forma de maltrato físico o emocional, abuso financiero o abandono físico y emocional.
	Violencia de género	- Se ejerce principalmente en función del sexo y en muchos casos de la edad y situación de vulnerabilidad en que se encuentran los niños en nuestra sociedad.
	Violencia física	- Se refiere a agresiones en el cuerpo, incluye acciones como pegar, empujar, cortar, puede ser ejercida con objetos o con partes del cuerpo. Va desde daños leves a graves.
	Violencia sexual	- Se refiere a los actos sexuales involuntados, sin consentimiento de la persona.
	Violencia verbal	- Se refiere a amenazas, insultos, burlas, frases dañinas es la más usual y repetitiva.
	Violencia psicológica	- Consiste en juegos psicológicos, chantajes, riñese de, sembrar rumores, aislar y rechazar. Se manifiesta en actos que atacan los sentimientos o las emociones de la persona.
	Violencia económica	- Hace referencia al control de los recursos económicos.
	Maltrato a personas con discapacidad	- A quienes se les niegan oportunidades a nivel laboral y de convivencia social por el desconocimiento o negación de sus necesidades.
	Abandono	- Es el acto de desamparo injustificado hacia uno o varios miembros de la familia con los que se tienen obligaciones.



El ciclo de la violencia

Consta de tres etapas

1. **Acumulación de tensión**
2. **Fase aguda de la agresión**
3. **Fase de luna de miel**



Acumulación de tensión

- ▶ Esta fase se caracteriza por la acumulación de tensión en las interacciones, es un periodo de agresiones predominantes psíquicas y amenazas e intento de golpes, en el que las mujeres niegan la realidad de la situación y los hombres incrementan la opresión, los celos y la posesión, creyendo que su conducta es legítima.



Fase de explosión violenta

- ▶ Caracterizada por el descontrol y la inevitabilidad de los golpes. Las mujeres se muestran sorprendidas frente al hecho que se desencadena de manera imprevista ante cualquier situación de la vida cotidiana, por trivial que fuere.



Fase de luna de miel

- ▶ Se distingue por una conducta de arrepentimiento y afecto después de que ha estallado la violencia y se ha disipado la tensión. Esta etapa tiene una variedad de conductas, desde la negación de lo ocurrido hasta las tentativas de expiación y las promesas de cambiar.



Fase de luna de miel

- ▶ El principal sentimiento que predomina en esta fase es el arrepentimiento y la culpa, se llegan a elaborar promesas de cambio del agresor para que ya no ejerza violencia.

¿Violencia en el noviazgo?

Sabías que 3 de cada 10 de las estudiantes reportan violencia en el noviazgo (OMS)

Si quieres saber si en tu actual noviazgo vives violencia, te pedimos que anotes sobre la línea que aparece a la izquierda de las preguntas de cada grupo el puntaje de la respuesta que corresponda a tu situación.

Al terminar, suma los puntajes de cada subtotal para obtener el total, y compáralo con el índice de violencia que se presenta al final.

GRUPO I: Frecuentemente = 2 pts. A veces = 1pts. No = 0 pts.

__1. ¿Cuando se dirige a tí te llama por un apodo que te desagrada y/o con groserías?

__2. ¿Te ha dicho que andas con alguien más, que tus amigos quieren andar contigo?

__3. ¿Te dice que tiene otras chavas, te compara con sus ex novias?

__4. ¿Todo el tiempo quiere saber qué haces y con quién estás?

__5. ¿Te critica, se burla de tu cuerpo y exagera tus defectos en público o en privado?

__6. ¿Cuando estás con él te sientes tensa y sientes que hagas lo que hagas, él se molestará?

__7. ¿Para decidir lo qué harán cuando salen, ignora tu opinión?

__8. ¿Cuando platican, te sientes mal porque sólo te habla de sexo, te pregunta si tuviste relaciones sexuales con tus exnovios?

__9. ¿Te ha dado algún regalo a cambio de algo que te ofenda o te haya hecho sentir mal?

__ **SUBTOTAL**

GRUPO II Frecuentemente = 5 pts A veces = 3 pts. No = 0 pts.

__10. ¿Si has cedido a sus deseos sexuales, sientes que ha sido por temor o presión?

__11. ¿Si tienen relaciones sexuales, te impide o condiciona el uso de métodos anticonceptivos?

__12. ¿Te ha obligado a ver pornografía y/o a tener prácticas sexuales que te desagraden?

__13. ¿Te ha presionado u obligado a consumir droga?

__14. ¿Si toma alcohol o se droga se comporta violento contigo o con otras personas?

___15.¿A causa de los problemas con tu novio has tenido una o más de las siguientes alteraciones: pérdida de apetito y/o el sueño, malas calificaciones, abandonar la escuela, alejarte de tus amigos (as)?

___16.¿Cuando se enojan o discuten has sentido que tu vida está en peligro?

___17.¿Te ha golpeado con alguna parte de su cuerpo o con un objeto?

___18.¿Alguna vez te ha causado lesiones que ameriten recibir atención médica, psicológica, jurídica y/o auxilio policial?

___19.¿Te ha amenazado con matarse o matarte cuando se enojan o le has dicho que quieres terminar?

___20.¿Después de una discusión fuerte, él se muestra cariñoso y atento, te regala cosas y te promete que nunca más volverá a suceder y que "todo cambiará"?

___ **SUBTOTAL**

___ **TOTAL**

ÍNDICE DE VIOLENCIA EN LA RELACIÓN DE NOVIAZGO

Hasta 5 Relación que no presenta violencia

El noviazgo es una etapa en la que aprendemos a relacionarnos en pareja con la persona que queremos. Toda pareja tiene problemas, pero no todas saben resolverlos de manera sensata, teniendo presente el respeto por las diferencias y los derechos de cada uno.

6 a 15 Relación con primeras señales de violencia.

Existencia de problemas, pero que se resuelven sin violencia física. Los actos violentos son minimizados y justificados por problemas ajenos a la pareja. Es importante que desarrolles habilidades para resolverlos.

16 a 25 Relación de abuso.

Tu pareja está usando cada vez más la violencia para resolver los conflictos, la tensión se empieza a acumular. Crees que puedes controlar la situación y que él cambiara.

Es una situación de CUIDADO y una señal de que la violencia puede aumentar en el futuro.

26 a 40 Relación de Abuso severo.

Definitivamente tu relación de noviazgo es violenta, los actos violentos se dan bajo cualquier pretexto y cada vez más frecuentes e intensos. Después de la agresión, intenta remediar el daño, te pide perdón y te promete que no volverá a ocurrir.

Esta es la etapa más difícil porque sientes miedo y vergüenza por lo que pasas. Tienes esperanza de que cambiara. Busca ayuda.

Más de 41 Relación Violenta

Es URGENTE que te pongas a salvo, que tomes medidas de seguridad y que recibas inmediatamente ayuda especializada. Tu vida está en peligro, tu salud física y/o mental puede quedar severamente dañada.

Infórmate, llama a la línea telefónica **Vida sin Violencia 01 800 911 25 11**

Vida Sin Violencia

01 800 911 25 11

**Servicio telefónico confidencial, gratuito y nacional.
Las 24 horas los 365 días del año.**

PLAN DE SEGURIDAD

- Si vives violencia en el noviazgo es importante que tomes medidas de seguridad como:
- Buscar ayuda con personas profesionales especializadas en estos casos.
- Contarle tu situación a una persona de tu confianza y que te pueda ayudar (amiga, prima, maestra, orientadora, etc).
- Si sales con él, decirle a alguien de tu confianza a dónde irán, qué harán y a qué hora estarás de regreso.
- Cuando salgas con él hazle saber que, alguien te esperará y que sabe lo que harán.
- Siempre que salgas con él lleva contigo una tarjeta telefónica – o si se puede un teléfono celular-, dinero e identificación oficial.
- Llama a la línea telefónica **Vida Sin Violencia 01 800 911 25 11**, es un **servicio confidencial, gratuito y nacional. Las 24 horas los 365 días del año.**

**RECUERDA QUE TIENES
DERECHO A VIVIR UNA VIDA
LIBRE DE VIOLENCIA**

Apéndice 15

