



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER  
EN LA RELACIÓN DE PAREJA:  
UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

**T E S I N A  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA  
P R E S E N T A:  
JOCELYN ANAHI MEJÍA SÁNCHEZ**

**DIRECTORA DE TESINA  
MTRA. YOLANDA BERNAL ÁLVAREZ**



**MÉXICO DF, MARZO 2010.**



Universidad Nacional  
Autónoma de México



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

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

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

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

# ÍNDICE

## Capítulo 1

<b>La violencia: La cara oculta.....</b>	<b>6</b>
1.1 Definición de violencia .....	6
1.2 Tipos de violencia .....	8
1.2.1 Violencia física .....	8
1.2.2 Violencia sexual .....	9
1.2.3 Violencia psicología .....	10
1.2.4 Violencia económica .....	14
1.3 Ciclo de la violencia .....	15
1.4 Efectos de la violencia en la mujer. ....	17
1.5 Mitos de la violencia .....	20

## Capítulo 2

<b>La pareja: ¿Qué tan dispareja es la pareja?.....</b>	<b>24</b>
2.1 Definición de pareja .....	25
2.2 Elección de pareja según diferentes autores .....	26
2.3 El ciclo de alejamiento - acercamiento .....	29
2.4 Construcción social de la pareja .....	33
2.5 El enamoramiento y el amor en la pareja .....	34
2.5.1 Mitos románticos .....	37
2.6 Los celos en la relación de pareja .....	38
2.7 Como reconocer la violencia en la pareja.....	40

## Capítulo 3

<b>La mujer hoy en día.....</b>	<b>42</b>
3.1 Definición de mujer .....	43
3.2 La mujer a través de la historia .....	43
3.3 La mujer hoy en día .....	46
3.4 Género.....	49
3.5 Roles de género .....	52
3.6 Género y violencia .....	55

## **Capitulo 4**

<b>Propuesta: TALLER DE INTERVENCIÓN DE VIOLENCIA CONTRA LA MUJER EN LA RELACION DE PAREJA .....</b>	<b>57</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>78</b>
<b>BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>82</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>85</b>

## Introducción

Se mata a quien se quiere.

Los juegos del mal amor

Marcelo R. Ceberio

La violencia en la actualidad es un problema social con el que se convive a diario dentro o fuera del hogar. Por ejemplo, asaltos a mano armada, guerras, violencia intrafamiliar y en la pareja. Esta se refiere a toda acción u omisión realizada por una persona que daña física, psicológica, económica y sexualmente a otra, con el fin de dominar y mantener el control. Para ello, se pueden utilizar distintas estrategias que van desde el ataque a la autoestima, los insultos, el chantaje, la manipulación sutil hasta los golpes.

Existen algunas estrategias de encubrimiento, en determinadas ocasiones la violencia puede estar disfrazada de amor, debido a que la mayoría de las mujeres confunden las muestras de afecto con conductas controladoras, sustentadas en la desigualdad entre los sexos.

Para poder comprender el porqué el amor puede presentarse como una arma de doble filo, es necesario definir qué: “el amor en la pareja es un sentimiento con el cual la persona experimenta un estado de satisfacción por permanecer con la otra persona” (“El amor y los amores”, 2000) comprometiéndose a sensaciones intensas como el deseo, entusiasmo, confianza, orgullo y bienestar. Pero el amor, solo representa un estadio, porque cuando se da una relación de pareja no solo hay amor, sino un enamoramiento en el cual la subjetividad se hace presente, debido a que un individuo enamorado no es objetivo a la hora de valorar a la persona de sus sueños, porque el apasionamiento no deja que vea los defectos o problemas que se harán evidentes, por esta razón, algunas mujeres en nombre del amor permiten conductas violentas de parte de su pareja.

Otra situación que suele confundirse con el amor son los celos, debido a que para algunas mujeres, el que su pareja la cele significa que las quiere y que no desea que nadie se acerque, pero solo es una careta, porque detrás de

esos celos se presenta una violencia encubierta con la que comienzan las prohibiciones como: la prohibición de llamadas telefónicas de amigos o compañeros, el salir con amistades, etcétera. Todas las situaciones mencionadas anteriormente parecieran ser inofensivas, pero en realidad, se le tiene que dar la dimensión correcta porque al no actuar de forma oportuna puede terminar en una tragedia.

En el mundo, la violencia ejercida contra la mujer, constituye una violación a los derechos humanos básicos, que debe eliminarse mediante la voluntad política y las actuaciones judiciales y civiles en todos los sectores de la sociedad. Como bien se sabe, la violencia contra la mujer tiene repercusiones mayores que el daño inmediato causado a la víctima. Es por ello, que esta situación “comenzó a llamar la atención de las instituciones mexicanas recientemente. Desde la familia, y en un contexto más amplio de inequidad social, por ende las y los jóvenes aprenden a relacionarse reproduciendo las desigualdades. Así, las relaciones de pareja pueden convertirse en un caldo de cultivo para las actitudes violentas dirigidas, sobre todo, hacia las mujeres” (Anónimo, 2006).

Para comprender la magnitud de este problema, se realizó la Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo (ENVINOV), elaborada por el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ) donde el 15.5 por ciento de los mexicanos de entre 15 y 24 años con relaciones de pareja ha sido víctima de violencia física; 75.8 por ciento ha sufrido agresiones psicológicas y 16.5 por ciento ha vivido al menos una experiencia de ataque sexual (IMJ, 2007).

Como es de observarse, la violencia en la pareja comienza en relaciones tempranas y son los jóvenes los que se encuentran vulnerables a tal situación, por esta razón, es que los especialistas en la salud deben poner mayor énfasis y atacar el problema de raíz.

Para ello, es necesario identificar porque se dan situaciones violentas, debido a que la violencia hacia la pareja suele ser justificada, reflejándose en frases tan comunes como: “a las mujeres les gusta que las traten mal”, “ella me

provoca”, “sí no entiende, hay que tener mano dura“, entre otras. Como consecuencia de tal situación, se minimizan o se niegan los hechos de la violencia considerándolos normales o habituales, y se anula la experiencia de las mujeres que han vivido una situación violenta, desviando así la responsabilidad de los agresores.

Otro factor importante para atacar el problema de raíz, es que las mujeres aprendan a pedir ayuda y saber que pueden ser escuchadas, por lo que es necesario, romper con ciertos esquemas como el “pudor”, el cual se refiere a las partes pudendas a los genitales; lo cual significa, no exhibir el propio cuerpo, ni lo privado (Velázquez, 1998). Este esquema ha sido proyectado por la sociedad hacia las mujeres, las cuales al sentir pudor, han permitido vivir subyugadas a hombres que las maltratan y no abrirse camino para salir de la situación violenta en la que viven.

A través de los años, se ha podido observar que la violencia ejercida en la pareja está dirigida con mayor frecuencia hacia la mujer, que resulta ser más vulnerable hacia dichos actos debido al constructo social que se tiene, porque la sociedad es la que se ha encargado de designar las tareas a realizar por cada persona según el género. Actualmente existe una desigualdad de género siendo esta de las causas centrales de la violencia“(Nash, 2001). Al abrirse esta brecha sociocultural sobre el género, resulta complicado entender que una mujer y un hombre tienen el mismo valor y que ambos se deben respeto. Resulta todo un reto que ocurra tal situación, debido a que la sociedad ha contribuido en gran medida a que la mujer sea vista con ciertas características, atributos o rasgos como el que sea: tierna, sumisa, abnegada, comprensiva, generosa, coqueta, seductora, indecisa, miedosa ,estética , etc. A diferencia de los hombres que deben de ser dominantes, fuertes, firmes, valientes, autónomos, independientes, poderosos, decididos, inteligentes, etc.

Debido a la diferencia que hay entre estos dos grupos se da la representación simbólica de cuanto valor, estatus, reconocimiento y poder asignado es el que se tiene, por ende, la sociedad posiciona al hombre como un modelo prestigioso, prepotente, que anula o subordina a la mujer y esto, se

fomenta a través de distintas instituciones sociales como la familia, la escuela, los medios de comunicación, entre otros.

Es por esta razón, que el presente trabajo ha sido diseñado para entender el porqué la mujer puede sufrir violencia en la pareja, también para brindar información que sirva para la identificación de la misma, como es un taller sobre violencia en la pareja. Para ello el trabajo se ha dividido en cuatro capítulos.

En el capítulo uno, se trata el tema de la violencia, por lo que es necesario comprender el porqué se da una situación violenta en la pareja, lo cual es de gran importancia, y es de ahí donde parte la problemática actual, por lo tanto es necesario conocer su significado y los diferentes tipos que existen, así como los efectos en la persona en su economía, salud, familia etc.

En el segundo capítulo, abordaremos la temática de la pareja. Para algunos autores, la pareja es la unión de dos personas procedentes de familias distintas, generalmente de diferente género que deciden vincularse afectivamente para compartir un proyecto común, lo cual incluye, apoyarse y ofrecerse cosas importantes mutuamente en un espacio propio que excluye a otros, pero interactúa con el entorno social (Campos y Linares, 2000), además de esto existen otros factores que intervienen en una relación de pareja que pueden influir para que una relación se vea afectada. Es por esta razón, que es necesario entender bajo que causas se da una relación de pareja, y que dificultades orillan a que una relación se vea mermada por la violencia.

El tercer capítulo, está dirigido a la mujer, que es parte fundamental de la historia de nuestro país así como de este trabajo y por ende es necesario conocer su desarrollo a través de la historia, así como el rol que desempeña socialmente, por esta razón, en este capítulo se introduce el tema de género siendo importante conocer lo que posiciona al ser humano como hombre y como mujer desde una perspectiva no solo fisiológica, sino también social.

En el cuarto capítulo, se desarrolla una propuesta de un taller de intervención, con el cual se pretende que la mujer sea capaz de identificar aquellas acciones o actos violentos que se pueden presentar en una relación de pareja. En él se describe la metodología y el desarrollo de cada una de las sesiones.

# CAPITULO I.- LA VIOLENCIA Y SUS FACETAS

Todo poder es un poder de vida o muerte

Michel Foucault

Debido a que la violencia es tema central de este trabajo, es necesario dedicarle un espacio, en el cual, no solo se destaque la palabra “violencia” como tal, sino que se haga una correlación con sus facetas, es por esta razón, que en este capítulo se revisará a fondo el significado de violencia, no solo etimológicamente sino también, como algunas organizaciones sociales la han definido, así mismo, se desglosaran los efectos y los tipos de violencia que existen pero sobre todo se romperá con algunos mitos.

## 1.1 Definición de violencia

Los primeros temas se centraron en la violencia directa o personal, que es la que se produce entre dos personas concretas, una que realiza o lleva a cabo una conducta determinada y otra que sufre sus efectos.

En la historia algunos autores han definido a la violencia como Puget (1990) que decía que la violencia “...era solo una estrategia de poder por el hombre que imposibilitaba a la mujer a pensar, y que la orillaba a un orden de sometimiento a través de la intimidación y la imposición”. En este mismo sentido Aulangier (1990) afirmaba que “la violencia es la alineación del pensamiento de un sujeto por el deseo y el poder de quien impone la violencia, ya que este sujeto busca someter, la capacidad de pensar de quien violenta, imposibilitándole muchas veces la toma de conciencia de su sometimiento”. Estas son algunas de las definiciones.

La definición de violencia indica una manera de proceder que ofende y perjudica a alguien mediante el uso exclusivo o excesivo de la fuerza que se deriva de vis, que significa fuerza. El significado etimológico tiene las palabras “violar”, “violento”, “violentamente” y “Violentar” esta última significa ejercer

violencia sobre alguien, forzar a la persona hacer algo que no quiere. Esta definición se refiere al uso y abuso de la fuerza física, obligando mediante cualquier tipo de coacción a que una persona haga algo en contra de su voluntad.

Sin embargo, centrarse solo en el uso de la fuerza física, omite otras violencias en las que esta no se utiliza porque se ejercen por imposición o por presión psicológica como por ejemplo la violencia emocional o económica solo por mencionar algunas.

Debido a esto es importante conocer todas las vertientes, que deben abarcar las manifestaciones de la violencia, por ende, la definición de violencia no debe de ser demasiado restringida pero tampoco demasiado extensa, por lo que la violencia no se puede limitar a solo una huella física porque de ser así se dejaría de lado insultos u ofensas que dañen el aspecto emocional de la persona.

La definición sobre violencia anteriormente expuesta es de forma general, pero es necesario dar una definición de violencia en la mujer, para ello la Organización de las Naciones Unidas (ONU) (2000) define a la "violencia contra la mujer como todo acto que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual y psicológico, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad tanto si se producen en la vida pública o privada".

Debido a esta definición resulta claro saber que la violencia contra la mujer no solo es física, sino que también hay un tipo de violencia que resulta invisible ante los ojos de la sociedad, porque socialmente al hablar de violencia contra la mujer, suele pasar por la mente verla llena de moretones cuando por lo contrario, puede estar sufriendo violencia psicológica o cualquiera otra de las ya mencionadas por la ONU que a simple vista no se notan.

## **1.2 Tipos de violencia**

Al hablar de violencia se tienen que enmarcar cuales son las formas en que se efectúa en la pareja, debido a que en un principio todos los análisis sobre la violencia se limitaban al aspecto físico y subrayaban la gravedad de las lesiones corporales, poco a poco se ha ampliado el escenario, de tal manera que ahora es necesario incluir otras expresiones del fenómeno de la violencia, para ello es necesario conceptualizarlas y nombrarlas en todas sus formas, porque lo que no se nombra no existe, y es impredecible para que no queden reducidas a experiencias individuales y/o casuales y así darles una existencia social como es, la violencia física, sexual psicológica y económica.

### **1.2.1. Violencia física**

La mayor parte de las veces la violencia física solo aparece cuando la mujer se resiste a la violencia psicológica, y el hombre no ha conseguido controlar lo suficiente a la mujer. Debido, a que la violencia física, resulta ser la más evidente, ya que se manifiesta de manera más visible, porque el daño producido se marca en el cuerpo de la víctima. En la violencia física están incluidos golpes de cualquier tipo, heridas, mutilaciones, y homicidios. Este tipo de violencia puede dejar alguna marca, aunque no siempre sea visible; ya que a veces produce lesiones internas que solo son identificables tras un periodo más o menos prolongados que incluso lleguen a ocasionar la muerte.

Martha (2001) define a la violencia física "...como todo acto que implique el sometimiento corporal, ya sea por que el agresor utilizó armas de fuego o punzo cortantes u otro tipo de objetos o su propio cuerpo".

Otras características que tienen las personas que utilizan la violencia física es que suelen golpear con las manos, los pies, la cabeza, los brazos o bien con algún utensilio, así como infringir heridas con cuchillos, navajas, o pistolas. Otros ejemplos de violencia física son los jalones de cabello, los

cintarazos, la inmovilización de la víctima y el encierro. También se puede presentar la omisión de alimentos, bebidas o medicinas.

Algunos hombres al llevar a cabo la violencia física en la mujer pueden hacerlo de forma sutil, como es, golpear en el vientre con la palma de la mano, tirar del pelo, retorcer el brazo o un simple pellizco, y como bien se sabe este tipo de agresiones no suelen ser visibles, basta taparlas con un poco de maquillaje o en su defecto con nada. Algunas mujeres pueden justificar este tipo de agresiones porque parecieran ser inofensivas, pero es probable que llegue el momento en que estos hombres violentos se descontrolen y las manden al hospital con fracturas nasales, perforaciones de tímpano o dislocación de hombros etc.

Muchos de los golpes que los hombres propinan a las mujeres van dirigidos al rostro y los ojos como si fuera necesario anular la mirada que puede juzgar y destruir el pensamiento. Por medio de estos golpes se pretende marcar el cuerpo, causar una fractura en el envoltorio corporal de la mujer y provocar así la caída de la última barrera de resistencia y dar pie para el comienzo del dominio y la aceptación de la sumisión de la mujer

### **1.2.2. Violencia sexual**

La violencia sexual, al igual que la psicológica y la física, tiene diversas manifestaciones. La más evidente es la violación que consiste en la introducción del pene en la vagina, en el ano o en la boca, mediante el uso de la fuerza física o moral. Sin embargo hay otras formas de violencia sexual, como los tocamientos del cuerpo sin que haya penetración, el obligar a la persona a tocar el cuerpo del agresor y en general a realizar prácticas sexuales que no se desea.

La violencia sexual, es la forma de violencia que más le cuesta comentar a la mujer, debido a que forma parte del “deber conyugal” considerado todavía como un derecho para el hombre y una obligación para la mujer. Este tipo de

violencia consiste en obligar a la mujer a realizar actividades sexuales peligrosas, o degradantes, escenificaciones desagradables pero la mayor parte del tiempo se trata de obligarla a mantener relaciones sexuales no deseadas ya sea mediante una sugerencia o una amenaza. Este tipo de violencia se manifiesta de dos maneras ya sea mediante la humillación o la dominación.

Una consecuencia de la violencia sexual son los traumatismos pélvicos o el contagio de enfermedades de transmisión sexual debido a que en estas condiciones las mujeres no se encuentran en disposición de exigir un preservativo. Sin embargo no solo se puede hablar de la violencia sexual sino que se hace presente la violencia psicológica

Esto se reflejó en un estudio reciente realizado con 148 mujeres víctimas de violencia en la pareja, que habían sido objeto de sentencia judicial, el 68% de las víctimas encuestadas afirmaban haber sufrido además de golpes y lesiones, violencias sexuales por parte del conyugue, y las mujeres agredidas sexualmente presentaban un número significativamente mayor de síntomas psicológicos postraumáticos que las mujeres que solo habían sufrido violencia física sin componente sexual .Farlane (1999)

Con esto podemos concluir que la violencia sexual es un medio para dominar al otro. Que no tiene nada que ver con el deseo para el hombre es simplemente una manera de decir “me perteneces”. Cuando los hombres recurren a este tipo de violencia suelen utilizar un vocabulario grosero, e insultos que equiparan a la mujer con una prostituta.

Por todo este efecto la violencia sexual tiene un trauma importante en la persona ya que puede sentirse menospreciada y sin la aceptación de un como nuevo compañero o pareja.

### **1.2.3. Violencia psicología**

La violencia psicológica, se da cuando una persona adopta una serie de actitudes y palabras destinadas a denigrar o negar la manera de ser de otra persona. Sin embargo para dar una definición más adecuada de lo que es la violencia psicológica, es necesario retomar la definición inicial de violencia que es un todo acto u omisión que lesiona a otra persona, y a esto se le debe agregar que cuando se ejerce violencia psicológica se produce un daño en la esfera emocional y el derecho que se vulnera es el de la integridad psíquica. Torres (2000).

En la violencia psicológica resulta un tanto complicado identificarla debido a que solo la víctima puede referir sus sensaciones o malestares, debido a esta situación Follingstad et al. (2004) establecieron una diferenciación entre seis tipos principales de maltrato emocional o psicológico que son los siguientes:

- a) Ridiculización y humillación.
- b) Aislamiento tanto social como económico.
- c) Celos, posesividad.
- d) Amenazas verbales de maltrato, daño o tortura, dirigidas tanto hacia el conyugue como hacia los/as hijos/as, otros familiares o amigos /as.
- e) Amenazas repetidas de separación, abandono o tener una aventura con otra mujer.
- f) Destrucción o daño de las propiedades personales a las que se le tiene afecto. A pesar de que se tenga en cuenta con esta diferenciación, resulta complicado detectar las violencias psicológicas y esto radica en que el límite puede resultar subjetivo e impreciso ya que un mismo acto puede adoptar significados distintos según el contexto donde se realice, por ende un mismo comportamiento será percibido como abusivo por unos y por otros no.

La violencia psicológica se articula en torno a varios ejes de comportamientos o actitudes que constituyen microviolencias difíciles de detectar, entre los ejes se encuentra: el control, el aislamiento, el acoso, la

denigración, la crítica hacia el físico, las humillaciones, los actos de intimidación y las amenazas que serán explicadas en el siguiente esquema:

**EJES DE LA  
VIOLENCIA  
PSICOLÓGICA**

**El control**

Es el primero de los ejes, el cual consiste en vigilar a alguien de un modo malévolo con la idea de dominarlo y mandarlo .El hombre ejerce control en la mujer, controlando sus horas del sueño, las comidas, los gastos, las relaciones sociales, incluso impidiendo que la mujer progrese profesionalmente o curse estudios.

**El aislamiento**

El aislamiento consiste en alejar a la mujer de su familia, amigos, impedir que trabaje, que tenga vida social para que así la atención se centre solo en el. El aislamiento progresivo desemboca en un control total de la persona y es causa y consecuencia del maltrato

**El acoso**

El acoso consiste en vigilar a la persona seguirla por la calle, acosarla por teléfono, esperarla a la salida del trabajo esta forma de violencia se produce con mayor frecuencia tras la separación.

**La denigración**

La denigración trata de atacar la autoestima de la persona demostrándole que no vale nada, y esto puede consistir en denigrar lo que hace la mujer, así como también, expresar dudas sobre su salud mental

**Critica hacia el físico**

Consiste en criticar el físico de la mujer, como por ejemplo: el tamaño de su pecho de su nariz etc. Pero también se puede presentar ataques a la capacidad de ser buena ama de casa o una mujer atractiva.

**Las humillaciones**

Las humillaciones pueden ir desde escupir en la cara hasta, rebajar y ridiculizar a la persona.

**Actos de intimidación**

Dar portazos, romper objetos para manifestar el mal humor constituyen actos de intimidación .y el objetivo de estos comportamientos es suscitar miedo en el otro.

**Las amenazas**

Las amenazas tratan de mantener un poder sobre la otra persona. Por ejemplo la anticipación de un golpe provoca tanto daño en el psiquismo como el golpe que se da de verdad y esto se ve intensificado por la incertidumbre que mantiene a la persona. Con respecto a la realidad de la amenaza

Quienes sufren violencia psicológica y han sufrido alguno de estos ejes no solo ven reducida su autoestima, en la medida en que los experimentan si no que muchas ocasiones ven mermada su salud por alteraciones físicas, trastornos en la alimentación y en el sueño.

La violencia psicológica siempre va hacer negada por el agresor, así como por los testigos, que no ven nada, lo que puede sembrar dudas en las victimas sobre sus sentimientos ya que nada demuestra la realidad que está viviendo. Por esto la mayoría de las mujeres que sufren violencia psicológica no lo dicen por temor a que no les crean ya que la gran mayoría de las personas dicen que lo que no se ve no existe, al contrario de la violencia física que es más visible, pero ante esto se debe tener claro que antes de cualquier otro tipo de violencia primero se presenta la violencia psicológica ya que el agresor prepara el campo de batalla.

#### **1.2.4. Violencia económica**

En la violencia económica la mujer pierde su autonomía y esto es que el hombre verifica sistemáticamente las cuentas, se niega a entregar el dinero suficiente o bien dar el dinero a cuentagotas todo eso acompañado de observaciones culpabilizadoras.

Falcón (2001) define a la violencia económica como “la disposición efectiva del manejo de los recursos materiales (dinero, bienes, valores) que sean propios o ajenos, de forma tal que los derechos de otras personas sean transgredidos”.

Otra de las variantes de la violencia económica es el acto u omisión, por ejemplo un acto de violencia económica es robar o destruir un objeto en tanto que una omisión puede consistir en la privación de los medios para satisfacer

las necesidades básicas, como alimentación, vestido, recreación, vivienda, educación y salud.

### **1.3. Ciclo de la violencia**

Dentro de la violencia existen ciclos, los primeros especialistas que estudiaron la violencia en particular Walker (2002) describe que “la violencia tiende a manifestarse de forma cíclica”. De modo clásico el ciclo de la violencia se desarrolla en cuatro fases y de manera repetitiva .En cada etapa, aumenta el peligro para quien la sufre.

Para entender de una forma más clara como se desarrollan las cuatro fases del ciclo de la violencia Walker (2000) las describe de forma.

Fases de la violencia:

- Fase de tensión, en esta fase la violencia no se expresa de forma directa sino que poco a poco va saliendo a flote y esto es a través de la gestualidad, las actitudes y el timbre de voz. Todos estos expresados de forma hostil o agresiva, lo que provoca que la mujer tenga que esforzarse en comportarse amable y cariñosa de tal forma que calme la agresividad del hombre. Para esto, ella tiene que renunciar a sus propios deseos y comportarse de un modo que satisfaga a su pareja.

Durante esta fase de violencia, el hombre tiende a responsabilizar a la mujer de sus frustraciones y del estrés que hay en su vida. Dando razones que no son validas para su comportamiento logrando que ella termine sintiéndose responsable. En esta fase se presenta la violencia verbal.

- Fase de agresión, en esta fase el hombre da la impresión de perder el control de sí mismo. Se producen gritos, insultos, amenazas, puede romper objetos antes de agredir físicamente a la mujer.

La violencia física inicia de modo progresivo como por ejemplo, puñetazos, bofetadas, empujones, etc. En esta fase el hombre desea mantener relaciones sexuales para tener dominio sobre la otra persona, ante estas agresiones la mujer no va a responder debido al miedo que tiene lo que posiblemente hará será protestar, pero sin trascendencia debido a que en este punto el hombre ya tiene el control.

Cuando se presenta esta fase la mujer tendrá un sentimiento de impotencia, tristeza y sumisión.

- Fase de disculpas, en esta fase el hombre trata de anular o minimizar su comportamiento ya que este mismo le produce culpa, por ende el hombre busca la manera de deshacerse de este sentimiento buscando cualquier tipo de explicación, como es responsabilizar a la mujer, argumentando que “ella lo provoca”, o en su defecto justificándose con motivos externos, como son el alcohol, o el exceso de trabajo.

La función primordial de esta fase es la de culpabilizar a la mujer por el comportamiento de su pareja, y a consecuencia de esto la mujer tiende a modificar su comportamiento para así evitar que su pareja se irrite. En esta fase el hombre posiblemente va a pedir perdón, jurando no volver a serlo con tal de no perder a su pareja. En el momento, en que lo dice, es sincero más sin embargo, eso no quiere decir que el comportamiento no se volverá a repetir.

- Fase de reconciliación, también llamada “luna de miel” por Casalis (2002), en esta fase, el hombre adopta una actitud amable, agradable, y

atenta. Incluso ayudan en las tareas domesticas, sé muestran amorosos, ofrecen regalos etc. En realidad en ese momento los hombres son sinceros, debido a que sienten pánico ante la idea de que la mujer los abandone, y es el miedo al abandono lo que produce este cambio repentino, pero ese mismo miedo los conducirá a recuperar el control. Durante esta fase la mujer recuperara la esperanza por lo que vuelven a encontrar al hombre del que se enamoraron, y piensan que con amor van a cambiar su agresividad, pero por desgracia esto no hace más que alimentar la esperanza e incrementar de este modo el umbral de tolerancia a la agresión.

Los ciclos anteriormente presentados se pueden repetir una y otra vez, pero la intensidad con que inician va haciéndose cada vez mayor, conforme se repitan, va aumentando el umbral de tolerancia de la mujer y esto acaba pareciéndole algo normal, incluso comienza a justificar las acciones cometidas por su pareja. En este momento la vida de la mujer puede correr peligro. Para Hyde (2004) “el hombre violento se produce en una especie de adicción a este comportamiento, ya que no sabe como calmarse si no es recurriendo a la violencia”. Por esta razón es de gran importancia romper con este ciclo para así evitar una tragedia mayor.

#### **1.4. Efectos de la violencia en la mujer.**

Uno de los principales efectos de la violencia contra las mujeres, es la desposesión y el quebrantamiento de la identidad, que las constituye como sujetos. Velázquez(1998)afirma que “uno de los efectos más traumáticos producto de la violencia estudiado por la psicología ,el psicoanálisis, y los estudios de género, es el fenómeno de la desestructuración psíquica que , perturba los aparatos perceptual y psicomotor, así como la capacidad de

rasocinio y los recursos emocionales de las personas agredidas impidiéndoles, en ocasiones, reaccionar adecuadamente al ataque”. Otros autores como Heise et al. (1999) señalan que otro de los efectos del maltrato hacia la mujer es “la dificultad de esta en la vida pública”.

Resulta evidente que la violencia contra la mujer produce serias secuelas, tanto físicas, como psicológicas, sin mencionar la más extrema e irreversible que es la muerte. Ramos (2000) indica que “en los informes del Banco Mundial se cuantifican los efectos de la violencia contra las mujeres en términos de años de vida saludable perdidos como consecuencia directa de ella”.

Por otro lado la Organización Mundial de la Salud (ONU) (1999) considera que los principales efectos de la violencia en la pareja, sobre la salud de las mujeres, son los siguientes:

A. Resultados fatales:

a) Suicidio

- Las mujeres que han sufrido malos tratos más de un 1/3 trata de suicidarse .Bosch (2000) sugiere que los “malos tratos son causa de 1 de cada 4 intentos de suicidio en todas las mujeres”

b) Homicidio

- Los homicidios contra la pareja o ex pareja son producidos bajo los efectos, de una gran tensión emocional que enturbia la conciencia y que tiene como causa fundamental los celos. Los homicidios entre parejas constituyen el 10% de total de homicidios frecuentemente perpetrados con armas blancas y con enañoamiento que denota ira.

b) SIDA.

- Debido a que las mujeres al no poder levantar la voz con respecto a su sexualidad permiten tener relaciones sexuales sin protección

lo que como consecuencia ha provocado que sean infectadas con el VIH-SIDA

## B. Resultados no fatales:

### a) Sobre la salud física:

- Consecuencias diversas sobre la salud física: lesiones, heridas, daño funcional, síntomas físicos diversos, salud subjetiva o valoración de la propia salud deficiente, discapacidad, disfunción permanente, obesidad grave, malnutrición, deshidratación, y en general, vulnerabilidad a enfermedades graves o problemas de salud.
- Trastornos crónicos: síndromes de dolor crónico, síndrome del intestino irritable, trastornos gastrointestinales, enfermedades somáticas, fibromialgia, cansancio crónico, asma.
- Conductas de riesgo para la salud: fumar, abuso de alcohol y drogas, conducta sexual de riesgo, inactividad física, ingesta excesiva.
- Consecuencias de la salud reproductiva: embarazos no deseados, embarazos precoces, trastornos ginecológicos, abortos de riesgo, abortos espontáneos, complicaciones del embarazo, enfermedad inflamatoria pélvica, enfermedades de transmisión sexual.

b) Sobre la salud mental: síndrome de estrés post-traumático, depresión, ansiedad, fobias, miedos, ataques de pánico, trastorno obsesivo compulsivo, trastornos del apetito, disfunción sexual, trastornos de la autoestima, abuso de sustancias, alteraciones del sueño e insomnio, autolesiones, intentos de suicidio, agresividad hacia otros o hacia uno mismo, trastornos múltiples de personalidad.

En general todos estos son los efectos que causa la violencia en la mujer, lo interesante de este asunto es como el maltrato puede acarrear estas

consecuencias, para ello se han realizados varias hipótesis que tratan de explicar como la violencia facilita la presencia de problemas de salud además de las lesiones directas. Cohe, Tyrell y Smith (1991) afirman que una posible explicación es considerar que “los problemas de salud se derivan de la disminución de la resistencia o de la inmunidad inducida por el estrés que provoca la violencia”. Mientras tanto otros autores como Koss y Woodruff (1991) consideran que “los problemas de salud son causados por los cambios en los hábitos iniciados para afrontar el trauma, incluyendo el descuido de la propia salud o la asunción de mayores riesgos por parte de las mujeres víctimas de violencia.

Lo cierto es que sea cual sea la explicación, no se debe de tomar el problema de la violencia como una solución a sus efectos, si no hacer una medida preventiva para que estos no lleven a la persona que los sufre a tener consecuencias mayores.

### **1.5. Mitos de la violencia**

En torno a la violencia contra la mujer a través del tiempo se han elaborado distintas creencias falsas que con la repetición han ganado arraigo social, es decir los mitos que tienden a negar la existencia del fenómeno, o a cuestionar su carácter de problema social.

Bosch (2002) menciona que un “mito no es más que una creencia, sin embargo, ésa creencia se halla formulada de tal manera que aparece como una verdad y es expresada de forma absoluta y poco flexible”. Los mitos suelen poseer una gran carga emotiva, concentrada de sentimiento que suelen contribuir a crear y mantener la ideología de un grupo social que se resistente al cambio y al razonamiento.

Entre los mitos más frecuentes en relación con la violencia y la pareja, Bosch (2002) menciona que están los que se refieren a los maltratadores como enfermos, alcohólicos o víctimas de violencia en casa; considerando que en realidad son las mujeres quienes provocan la violencia; y que los malos tratos son casos aislados.

Algunas personas consideran que la violencia solo ocurre en ciertos estratos sociales; y que a mayor nivel cultural menor nivel de violencia; siendo problemas propios de algunos países. Los mitos sobre los malos tratos parecen tener la función principal de reducir el temor de la sociedad y dar la seguridad de que este problema solo le ocurre a los demás, limitando la responsabilidad de los agresores que buscan atenuantes para su comportamiento.

A continuación se presentaran algunos mitos alrededor de la violencia descritos por Bosch y Ferrer (2002):

- ✓ Mito: Los malos tratos solo ocurren en los países subdesarrollados. Falso.

El maltrato de mujeres es universal, ocurre en países de todo el mundo, independientemente de su situación económica, social o religiosa.

- ✓ Mito: Los malos tratos solo ocurren en familias con pocos recursos o de bajo nivel cultural. Falso.

La violencia contra las mujeres, se da en todos los grupos sociales y étnicos y no está relacionada con la clase social, ni el nivel cultural, ni la etnia.

- ✓ Mito: Las mujeres maltratan igual que los hombres y, por lo tanto, los hombres maltratados por las mujeres constituyen un problema tan grave como el de las mujeres. Falso.

De todas las personas maltratadas la mayoría son mujeres, con esto se afirma que en los casos de maltrato lo habitual es que las mujeres sean víctimas, ya que el maltrato surge fundamentalmente como fruto de una

familia patriarcal. Hay estudios que afirman que el mayor número de las víctimas de violencia, son mujeres.

- ✓ Mito: Los hombres que maltratan a las mujeres son enfermos mentales, en un porcentaje muy amplio de los casos. Falso.

Desde un punto de vista clínico, el porcentaje de hombres violentos con su pareja que han sido diagnosticados con una enfermedad mental es mínimo. Dentro de ese mínimo porcentaje, las enfermedades más frecuentes son los trastornos depresivos y de personalidad.

- ✓ Mito: Los hombres que maltratan a las mujeres son alcohólicos o están bajo los influjos de las drogas, en un porcentaje muy amplio de los casos. Falso.

El alcohol y las drogas no hacen que las personas no violentas se vuelvan violentas. Puede actuar como desencadenante, pero no son la causa. Debido a que ni todos los alcohólicos son violentos ni todos los violentos son alcohólicos.

- ✓ Mito: Los malos tratos ocurren debido a los celos. Falso.

Los celos no son una causa del maltrato, si no una más de las técnicas que los maltratadores usan para controlar el comportamiento de las mujeres y, muy especialmente para controlar sus relaciones sociales. Estos son solo indicativos del deseo de posesión. Dohmen (2000) afirma que “los celos y las actitudes posesivas de los maltratadores están relacionadas con algunas otras características, como por ejemplo, los intentos no solo de controlar sino también de manipular el comportamiento de los demás, o la dependencia e inseguridad que suele darse frecuentemente entre los maltratadores”.

- ✓ Mito: Las mujeres con ciertas características tienen más probabilidades de ser maltratadas. Falso.

El maltrato le puede ocurrir a cualquier mujer. Por lo tanto tratar de buscar o establecer una tipología de las mujeres que pueden ser

maltratadas no tiene sentido ya que puede ser entendido como una justificación para el maltrato.

- ✓ Mito: Si la mujer maltratada no abandona la relación es quizás porque le gusta. Falso.

Un indicio de la falsedad de este mito es que las mujeres maltratadas tienen miedo, tienen sentimientos de indefensión, de vergüenza, se sienten solas y desesperadas, todos estos aspectos denotan el dolor y el sufrimiento que les produce esta situación.

Todos los mitos mencionados anteriormente son necesarios desecharlos de la sociedad ya que solo causan que la sociedad se vuelva tolerante ante estos hechos atroces como es la violencia hacia las mujeres en la relación de pareja, es decir que ni ciertos sentimientos, ni ciertas situaciones sociales injustas como la marginación, la exclusión social. Conducen necesariamente e irreversiblemente a la violencia. Como menciona Pérez (2003), presidenta de la federación de mujeres separadas y divorciadas...

La violencia golpea al culto y al inculto, al que posee riquezas y al que carece de ellas; incluso maltratan hombres que tienen responsabilidades de todo tipo. Porque lo que les hace golpear es su condición de hombre asumida hasta sus últimas consecuencias. No golpean las copas si no el individuo, por lo tanto no es el alcoholismo lo que hace a un hombre violento; la violencia está dentro de ese hombre y se desata con mas furia cuando bebe, pero también pega cuando esta sobrio. No golpean las drogas sino los hombres; los agresores no están locos, porque todos los psiquiatras coinciden y están de acuerdo en que el loco violento que pega y mata es anecdótico dentro de esta problemática. Estos errores hay que erradicarlos.

Dicho lo anterior se concluye que los actos violentos no deben de ser justificados, si no al contrario se debe de comprender el problema de raíz. Pero más que comprender, entender que la violencia tiene sus facetas, y que cada una compromete más a la víctima a sufrir un maltrato mayor hasta llegar a las últimas consecuencias como la muerte.

## Capítulo 2 La pareja ¿Qué tan dispareja es la pareja?

Quando dos personas están bajo la influencia de  
La más violenta, más delirante, y más transitoria de las  
Pasiones, se les requiere que juren que permanecerán  
En esa condición excitada, anormal y exhaustiva  
Continuamente hasta que la muerte los separe  
G.B Shaw

A lo largo de la historia la palabra pareja ha obtenido un significado diferente para cada época, para cada país, incluso la palabra pareja no solo se menciona en estos sentidos, si no en el libro más antiguo y universal de todos los tiempos que es la Biblia.

Resulta pertinente mencionarlo ya que en la Biblia se habla de la creación de la pareja por parte de Dios, y esta se desprende del libro de génesis en el que la Biblia cita: Y Jehová Dios pasó a decir “No es bueno que el hombre continúe solo. Voy a hacerle una ayudante, como complemento de él”. Y Jehová Dios procedió a construir de la costilla que había tomado del hombre una mujer, y atraerla al hombre. Traducción del nuevo mundo de las santas escrituras (1987).

Desde este punto la pareja no solo es un constructo social si no resulta ser algo más profundo que nace de la necesidad de creer en un ser supremo. Como bien se sabe en el mundo hay un número considerable de cristianos, es por esto que la palabra pareja toma un significado diferente para cada persona, para algunas la pareja está asociada a la religión, para otras solo significa la unión para la procreación, mientras que para otras más es la salida a la soledad.

Por esta razón resulta necesario abordar en este segundo capítulo, todo lo relacionado con la pareja principalmente dar una definición que sea más objetiva que subjetiva, así, como cuales son los atributos o las cualidades que debería de poseer una persona, al igual que los factores desencadenantes que intervienen para que una relación se haga propensa a vivir violencia.

## 2.1. Definición de pareja

La pareja se ha utilizado en muchas culturas para designar a la persona con la cual se decide compartir la vida afectivamente, es decir aquella persona con la se quiere formar una familia. Sin embargo hoy en día se llama pareja a aquel o aquella persona con la cual se une civilmente o bien en la que se da una relación de noviazgo. Esta es una definición general acerca de lo que es la pareja sin embargo es necesario conocer otras definiciones que hay en torno a la pareja las cuales han sido empleadas por algunos autores por ejemplo.

Sabadell (2006) hace una definición general de pareja, en la que menciona a “la pareja; como la unión de dos personas de familias diferentes, generalmente de diferente género, que se involucran afectivamente para compartir un proyecto en común, lo que incluye apoyarse mutuamente, en un espacio que excluye a otros , pero que interactúa con el espacio social”.

Para otros autores como Feinstein (s.f.). “La pareja es la permanencia del vínculo, en el cual se suma la vida afectiva, las relaciones sexuales, el intercambio económico, el deseo de compartir el futuro en un proyecto vital que le dé sentido y que determine el establecimiento de dependencias cualitativamente diferentes de las que pueden darse en cualquier otro vínculo”.

Esto decir que en la relación de pareja no solo hay un intercambio afectivo si no que hay todo un proceso psico-bio-social. Debido a que en dicha relación se involucran sentimientos y se convive en un ambiente mutuo, donde las relaciones sociales no solo se limitan a conocer a los amigos sino que involucran en muchas ocasiones a la familia.

Sin embargo existen otros autores que van más allá de lo ya expuesto , y define a la pareja como algo más profundo., como lo que describe Cammal (2008) “la pareja no solo se define como una intercambio en la compatibilidad cultural, personal y sexual, sino como la complementariedad de partes reprimidas de cada personalidad, donde la comunicación inconsciente

determina la cualidad de la intimidad de la pareja y la capacidad para mantener sostenida una cercanía emocional y sexual a través del tiempo , en el matrimonio o en relaciones a largo plazo que sean equivalentes”.

Con esto se concluye que todas las definiciones tienen un componente en común que es, el intercambio afectivo por lo que en general las relaciones se basan en un conjunto de emociones que hacen que una persona decida unirse a otra , esperando así obtener en la manera de lo posible, un compañero dispuesto a planear un futuro junto al otro. Sin embargo esto no es todo porque a la hora de unirse en pareja existe todo un proceso que ayuda a la personas a elegir al compañero ideal.

## **2.2 Elección de pareja según diferentes autores**

En torno a la relación de pareja existe todo un proceso que permite al ser humano seleccionar al compañero que llene todas las expectativas que se ha propuesto o que le son indispensables cubrir. Para ello es necesario conocer cuáles son los motivos por los que las personas elijen a su pareja.

A la hora en que las personas eligen pareja, se pueden colocar expectativas idealizadas de bienestar, que dejan de lado la realidad, propias de la convivencia y de las relaciones humanas.

Para Ostrowsky (2005) la elección de pareja comienza con la simetría del cuerpo en general y espacialmente de la cara, además de las feromonas que despiden el cuerpo, que se perciben fundamentalmente de forma olfativa y provocan la excitación sexual de la posible pareja, se ha demostrado que aquellas personas que son más atractivas para alguien siempre huelen mejor que las demás y esto ayuda a que la persona elija a la pareja.

Sin embargo, se ha encontrado que en dicha elección también intervienen otra serie de factores. Desde la perspectiva analítica, “el hombre

busca la parte femenina de si mismo que ha perdido a fin de unirse nuevamente con ella". Fromm (1959)

De acuerdo con Erickson después de resolver la crisis de la identidad los adultos jóvenes experimentan frente al aislamiento la crisis de la intimidad, que surge partir de un fuerte impulso para compartir la vida personal con alguien más, que es la pareja .Teoría de Erickson (citado por Stassen y Thompson, 2001)

Por otro lado Scarano (2000) menciona que las personas a la hora de elegir pareja comprometen mecanismos conscientes pero sobretodo, inconscientes, en espera de que la persona llene las carencias y resuelva las dificultades que se tienen; en el compañero /as en el cual se proyectan deseos y necesidades, aspectos buenos y aspectos malos.

Por esta razón es que la inmensa lista de atributos de la pareja que creen necesitar comienza a crecer por ejemplo, muchas personas buscan que la pareja sea amable, sana, respetuosa, considerada, responsable, trabajadora, de buen carácter, el físico es importante para muchos, así como que les guste compartir más o menos las mismas cosas, etc. Y estos son solo algunos de los atributos más buscados pero no los únicos.

Díaz (2002) explica que la elección de la pareja no solo depende de la similitud, de la complementariedad o de los roles que desempeñan las personas, también han inquietado al ser humano en todas las épocas las características socioeconómicas, políticas, sociológicas, religiosas y psicológicas de aquellos a los que se elije, también menciona que el afecto, apego, cuidado, cariño, interdependencia, compañía y amor, son necesidades genéticas básicas que determinan la supervivencia de la especie.

Es por esta razón que el gran número de personas no solo se fijan, en si le gusta la otra persona físicamente o intelectualmente, buscan mas allá de eso, que les den una posición socioeconómica en las cual sientan que pueden sobre salir de las demás personas y que por obvia razón eso les dé un estatus ante las demás personas.

Auxi (2005) menciona que para “los psicoanalistas, el proceso de elección de pareja se fundamenta en lo edípico, denominado con ello al conjunto de ideas, emociones e impulsos, en gran parte o por completo inconscientes, que se centran alrededor de las relaciones entre padres e hijos, y que estructuran y organizan el funcionamiento mental”.

La teoría de Freud (citada en Auxi, 2005), menciona que el Edipo tiene que ver con el profundo amor por el padre del sexo contrario y la rivalidad y rechazo al padre del mismo sexo; o con el amor al padre del mismo sexo y la exclusión del otro, con todos los sentimientos ambivalentes de amor, odio y culpa que dichas dinámicas generan.

Por otro lado para que se pueda dar una relación más fructífera es necesario que el Edipo se haya trabajado por ende nace la importancia de la relación con los padres en el crecimiento mental. Ya que en la medida en que se cuente con unos padres que favorezcan la capacidad de pensar y estimulen el gusto y el esfuerzo por el conocimiento, este hijo o hija se orientara hacia una vida rica en experiencias que favorecerán en su evolución. Unos padres que prohíban la curiosidad, la búsqueda de conocimiento y la creatividad, harán de la realidad una experiencia tratada desde la envidia, el odio y la mentira. En esto radica la importancia de que los padres presten atención para que en un futuro los hijos se desenvuelvan en un ambiente que les propicie encontrar una relación de pareja de mayor bienestar.

En conclusión, a la hora de elegir una pareja no solo se toman en cuenta ciertos atributos si no que se ponen en juego los de la persona misma. Esto se debe a que las personas buscan un complemento. Como han mencionado algunos autores, en la elección de pareja no se puede generalizar que es lo que debe o debería de tener una persona para ser “la ideal.”, porque esto va a depender principalmente de lo que se esté buscando, del cumplimiento o no de las expectativas y de la disposición para perdonar o dejar pasar por alto aquéllas cosas con las que no se cuenta.

### **2.3. El ciclo de alejamiento - acercamiento**

Anteriormente se habló sobre como las personas eligen a su pareja; pero que pasa cuando esta ya se ha elegido. Existen circunstancias que influyen en la relación de pareja.

Las relaciones de los seres humanos se dan en una serie de pasos que van de la mano, esto ocurre a través del tiempo donde se establece el nivel de acercamiento e intimidad que es percibido por los sujetos involucrados. Es necesario observar que la percepción del ser humano sobre que tan cercana o lejana tiene que ser la relación de la pareja tiende a ser subjetiva y, en ocasiones, no concuerda con la del otro, así también, el paso del tiempo tiende a afectar el acercamiento o alejamiento de la pareja.

Levinger y Snoeks (1972); y Tzeng, (1992) permitieron establecer el llamado “ciclo de acercamiento-alejamiento”, el cual categoriza el tipo de relación e información que una pareja está atendiendo y procesando. Así como la manera de codificar e interpretar al otro como un estímulo.

Díaz- Loving y Sánchez (2004) mencionan que dependiendo del grado de acercamiento – alejamiento en que se encuentre la relación, cada miembro va a evaluar, cognoscitiva y afectivamente, las conductas del otro de manera distinta. Por ejemplo, cuando una persona se siente ilusionada con la relación, interpreta positivamente las acciones y características de la pareja, mientras que en la etapa de disolución, las mismas conductas son vistas como aversivas.

Por consiguiente, el que la ilusión se mantenga viva o no va a depender de la etapa en que se encuentre la relación, involucrando una serie de interacciones reales o imaginadas (sentimientos, emociones, atribuciones, deseos, esperanzas, desilusiones, etcétera). Por esta razón cada episodio es afectado por eventos anteriores aunado a las expectativas que se tengan sobre el futuro. Para tener una idea más clara acerca del ciclo de acercamiento – alejamiento se propuso un ciclo teórico con sus etapas, el cual permite clasificar los hallazgos de la información. Figura 1



Figura1. Ciclo de acercamiento – alejamiento .Fuente: Díaz-Loving y Sánchez (2004). Psicología del amor una visión integral de la relación de pareja.

Como se observa, el ser humano pasa por diversas etapas en las cuales se desarrolla la relación. La primer etapa conocida como extraño /desconocido.se considera el primer paso de la relación en la que el sujeto percibe al otro como un extraño. Ve y reconoce al otro, pero no se realizan conductas o cogniciones dirigidas al fomento de algún tipo de relación o acercamiento. En este nivel de cercanía la información sobre el otro contiene primordialmente aspectos físicos, externos y descriptivos según Levinger y Snoek (citado por Díaz-Loving, 2004).

La siguiente etapa es la de conocido, donde el sujeto evalúa al estímulo, y con base en el, categoriza a la persona como alguien que podría convertirse en un conocido o mantenerse como extraño. Díaz-Loving (2004) menciona que esta etapa se caracteriza por un cierto grado de familiaridad y por conductas de reconocimiento, como son sonrisas, saludos que se dan a un nivel superficial. De esta manera, al evaluar los encuentros casuales con el conocido, así como sus rasgos externos más sobresalientes, el sujeto pone en una balanza las ventajas y desventajas de intimar, decidiendo si desea continuar y hacerla una relación más cercana, alejarse de ella o simplemente mantenerla en un nivel de conocidos.

En la etapa de amistad, la persona se adentra más en la relación, donde el interés de acercarse más a la persona implica una motivación, en la cual la persona piensa que la interacción coadyuvará en la solución de una serie de necesidades. Es decir la amistad se da en una constante reevaluación que lleva al mantenimiento o incremento de la amistad, así como una definición de las normas y alcances de la relación.

Otra etapa es la de la atracción, Berscheid (citado en Sánchez, 2004.) menciona que es aquí donde se ven involucradas relaciones íntimas de pareja, que van más allá de la amistad, cobrando la atracción otros matices. Cuando las parejas inician intereses románticos se cataloga como atracción. Apareciendo la unión como motivo de acercamiento afectivo hacia el otro sujeto. Iniciando así el interés por conocer e interactuar con el otro.

Díaz-Loving, Canales y Gamboa (2004) describieron las etapas de pasión y romance. En primera, existe una respuesta fisiológica y una interpretación cognoscitiva de intensidad que define a la relación como más cercana. La etapa de romance ha sido descrita por hombres y mujeres mexicanos/as como: comprensión, amor, agradable, poesía, detalles, etcétera; mientras que la etapa pasional incluye: arrebatos, sexo, deseo, ternura y amor.

La etapa de compromiso se refiere a aquellas situaciones en las cuales los sujetos están de acuerdo en continuar con su relación a largo plazo. Díaz-Loving, (2004) menciona que “el compromiso de establecer una relación familiar a largo plazo antes era decidido por los padres o familia de la pareja, con base en una evaluación y justificación económica o de funcionalidad”. Actualmente desde el siglo XX se ha hecho más común que las parejas tomen la decisión de comprometerse con base en los antecedentes de romance y/o pasión. Así, la pareja decide si es adecuado comprometerse a una relación más íntima y a largo plazo. Esto, claro está, si las personas están comprometidas con el vínculo más importante: que es el amor.

En la etapa de mantenimiento, Díaz-Loving, Rivera y Mojarras (2004) mencionan que el compromiso se consolida requiriendo de fundamentos y procesos dirigidos al mantenimiento. Permea el diario convivir de la pareja en

una relación a largo plazo. A su vez es la base de la estabilidad y evaluación de la familia.

Otra etapa más es la de conflicto en la cual menciona Díaz - Loving (2004) que la vida en pareja está llena de cambios, presiones y obligaciones. En estas situaciones donde la funcionalidad y el cambio constante en la relación evocan tensiones, hace que las personas puedan sentirse frustradas, enojadas, irritadas o temerosas. De no resolverse esta situación a corto plazo puede crearse una relación cuyo mantenimiento se puede ver afectado por el conflicto.

En esta etapa se debe recordar que la percepción y la evaluación de la relación es un proceso subjetivo por el cual, en ocasiones, la pareja no se pone de acuerdo con la definición o existencia del problema. También debe considerarse que tradicionalmente las mujeres enfatizan más la relación, no resultando extraño que sean ellas quienes busquen ayuda.

La etapa de alejamiento y desamor, según Díaz –Loving y Palos (2004) establecen que conforme la gente se lastima en la relación, desaparece el gusto por interactuar y conocer a la pareja adoptando una estrategia de evitación del cotidiano contacto con la misma; apareciendo mayores sentimientos de frustración y temor al interactuar.

En esta etapa, contraria a la de atracción, todo aquello que en algún momento parecía unir y acercar a la pareja, ahora parece alejarla debido a que la evaluación de la interacción se presenta sin aspectos positivos y atractivos que a su vez fortalece los aspectos negativos.

Díaz- Loving y Sánchez (2004) mencionan que la última etapa es la de separación y olvido, cuando la relación se torna insoportable, e inmediatamente se vuelven más atractivas otras opciones: dejar la relación o tener otra pareja. El descontento con la relación hace evidente que lo más adecuado y saludable sería separarse. El compromiso ya no es con la relación, ahora el compromiso individual es lograr la separación. Lo último que sucede es el olvido, cuando se logran tener otras actividades u otra pareja y el pensamiento no lo ocupa más la anterior.

A modo de conclusión, cada pareja puede pasar en diferente orden estas etapas. Un fenómeno a considerar es que conforme se vayan atravesando cada una de estas etapas pueden mostrarse determinados patrones cíclicos, los cuales se pueden revertir de una etapa a otra. Además una vez establecida la reacción subjetiva ante el estímulo (con base a la etapa de relación) se pueden presentar los determinantes del patrón selección, percepción, interpretación y acción de los sujetos. Como se ha explicado, el ciclo de acercamiento – alejamiento no es determinante, se basa en aspectos psicológicos pretendiendo brindar una idea más objetiva de lo que a traviesa una pareja para así comprender bajo qué factores y circunstancias “nace” esta relación. Sin embargo falta agregar el factor social el cual también ejerce cierta influencia en la relación de pareja.

#### **2.4 Construcción social de la pareja**

Como punto de partida para entender una relación de pareja, se debe considerar que para los seres humanos, más que para ninguna otra especie, las necesidades de afecto, apego, cuidado, cariño, interdependencia, compañía y amor son necesidades genéticamente básicas y determinantes para la sobrevivencia de la especie. Campbell (citado por Sánchez, 2004) explica que no existen dudas acerca del papel fundamental de la herencia biológica en el establecimiento y conducción de las interacciones emocionales y sociales tempranas. Pero que independientemente de la socio-cultural particular, todas las culturas presentan normas sobre las relaciones interpersonales que incluyen interdependencia, respeto, reciprocidad etcétera. Por ende en las culturas existe un intercambio social, donde lo único que cambia es su percepción e interpretación.

Por consiguiente, en la cultura, aspectos como el amor, el poder, los celos, la intimidad, y las diferencias sexuales, interactúan constantemente con el macro sistema sociocultural en el establecimiento de figuras sociales aprendidas. Según Canales y Gamboa (2003) mencionan que en esta misma

diferencia los aspectos, son centrales en la creación de expectativas, normas, interpretaciones y conductas prototípicas que rigen la forma en que hombres y mujeres viven todo lo concerniente a las relaciones íntimas. La exaltación del noviazgo por parte de los hombres y del matrimonio de las mujeres sería un ejemplo de esto.

Otro aspecto de las normas de interacción humana mencionadas por Rivera y Flores (citado por Sánchez 2004) es que se transmiten e inculcan a través de los procesos de socialización como el reforzamiento y castigo de las conductas esperadas. Mientras que en la endoculturación se presentan modelos en los que se realizan las conductas adecuadas y en la aculturación existen presiones de culturas opcionales hacia nuevas conductas esperadas. Es decir que el establecimiento de estructuras y fenómenos como el matrimonio, el noviazgo, la fidelidad se desprenden directamente de la conceptualización y premisas de una socio-cultura.

## **2.5. El enamoramiento y el amor en la pareja**

La convivencia de una pareja abre ciertas situaciones que dejan ver lo agradable y lo desagradable de la vida. Y como el amor y el deseo de estar siempre junto a la persona elegida, puede pasar en instantes al rechazo de esa persona. Muchas veces se piensa que la vida en pareja o la pareja misma deben proporcionar placer, confort, seguridad económica, diversiones constantes, aventuras insólitas, variedad sexual, ternura, bienestar, aprecio, y otras características. Cuando estas necesidades no son satisfechas por completo, surgen las desilusiones, los ataques, y el reclamo que destruye la relación afectiva, aquella que, por idealizada en un principio, resultaba atractiva. Cuando esto ocurre probablemente el enamoramiento se ha esfumado y el amor nunca llega.

La palabra enamoramiento (Brengio, 2000) posee múltiples significados que habitualmente aluden a un afecto amoroso de gran intensidad. Se ha utilizado como sinónimo de flechazo, amor, pasión, excitación.

En la literatura, al enamoramiento se le presenta siempre como un estado emocionalmente intenso acompañado de un tono exaltado. Mientras que para la sociedad estar enamorado es un bien cuya continuidad y permanencia constituyen una virtud, y suele ser visto como un estado ideal.

Es importante no solo definir que es el enamoramiento sino también conocer que es lo que pasa con las personas que se enamoran. Para algunos autores el enamoramiento es un proceso que comienza con una fuerte activación fisiológica, interpretada psicológicamente. Yela (2000) menciona que “la persona que está enamorada se muestra más emocional, irracional y frágil”.

Yela (2000) describe las características del enamoramiento:

- Grandilocuencia: definida como el estado emocional intenso al que uno confiere una enorme importancia.
- Intenso deseo de intimidad y unión con el otro: el deseo de estar físicamente, tocarlo, abrazarlo, compartir experiencias, secretos, relaciones sensuales.
- Aparición súbita: el famoso flechazo.
- Intenso deseo de reciprocidad: es decir, que la otra persona también este enamorado
- Pensamientos frecuentes e intrusivos sobre el otro que resultan incontrolables e interfieren en la actividad normal de la persona.
- Pérdida de la concentración del resto de las conductas cotidianas.
- Fuerte activación fisiológica ante la presencia real o imaginada del otro por ejemplo: excitación, nerviosismo, sudoración de manos, aceleración cardiaca, euforia.
- Hipersensibilidad ante los deseos y necesidades del otro.

Pero también al enamoramiento se le conoce o se le caracteriza como un estado pasivo, pasajero, pasional y de anticipación. Sin embargo existe otro sentimiento denominado amor el cual es un proceso activo, duradero, y de identificación. Pero para que esto ocurra primero se presenta el enamoramiento, al cual hace referencia Liebowitz (1983) quien menciona que este estado se caracteriza por sentimientos pasionales, tanto eróticos como románticos, y que es producido fundamentalmente por la atracción interpersonal y la atracción física. A su vez en estas influyen el atractivo físico, una seductora comunicación verbal y no verbal, y una situación oportuna en la cual pueda desarrollarse y detectarse todo lo anterior.

Ahora bien en las relaciones de pareja se implican dos estados: uno, el enamoramiento y otro, el amor. Enamoramiento y amor suelen ser presentados como estados equivalentes, casi idénticos. Pero no lo son. Si el amor puede ser estable y duradero, el enamoramiento es por naturaleza perecedero. Y como ya se mencionaba anteriormente el enamoramiento solo puede anticipar al amor pero esto puede que no ocurra.

Rilke (2000) explica que el amor es diferente al enamoramiento debido a que en la relación amorosa, aceptarlo es menos simple que enunciarlo, lo que en el campo de la clínica se traduce en reproches y rupturas. Mientras que el "amor" es un proceso que incluye un trabajo de elaboración, de proceso secundario, por lo tanto de placer postergado. Por ende el amor incluye un espacio para el desencuentro, supone la aceptación entre dos seres de la distancia y de la no coincidencia, de la no posesividad.

Por esta razón, el amor es la relación interpersonal mas íntima. Que surge tras la fase de un enamoramiento reciproco, debido principalmente al desarrollo de un grado de intimidad que se traduce como apoyo emocional y material, autorrevelaciones reciprocas, compenetración, complementariedad de necesidades, comprensión mutua, comunicación íntima abierta, conocimiento mutuo, disponibilidad, entrega, respeto, valoración del otro, el hecho de compartir, ideas, recuerdos, actividades, tiempo, bienes, ilusiones, proyectos, y un progresivo compromiso es decir, que hay una aceptación de la importancia

especial de la relación amorosa y la decisión de mantenerla por encima de los problemas que puedan pasar.

Es así como se adquiere un compromiso mayor pero para que esto ocurra las parejas deben pasar por estas dos etapas. Sin lugar a dudas la que principalmente se da es la del enamoramiento y si la relación sigue el amor hará su entrada triunfal, pero esto no significa que en nombre del amor la relación se torne tormentosa.

### **2.5.1 Mitos románticos**

El amor puede tener una doble cara, como algunos mitos sociales alrededor del amor que hacen que las personas permanezcan en las relaciones sin pensar que la mayoría de lo que se dice son constructos sociales.

Barrón (1999) menciona los mitos que existen alrededor del amor:

- Mito de la media naranja: creencia de que se ha elegido la pareja que se tenía predestinada de alguna forma, y que ha sido la única o la mejor elección potencialmente posible.
- Mito de la exclusividad: creencia de que el amor romántico solo puede sentirse por una única persona (al mismo tiempo)
- Mito del matrimonio o convivencia: creencia de que el amor romántico pasional debe conducir a la unión estable de la pareja y constituirse en la base del matrimonio.
- Mito de la omnipotencia: creencia de que el amor todo lo puede, y debe de permanecer ante todo y sobre todo y por tanto si hay verdadero amor no deben influir decisivamente los obstáculos externos o internos sobre la pareja.

- Mito de perdurabilidad: creencia de que el amor romántico y pasional de los primeros meses puede y debe perdurar tras miles de días y noches de convivencia.
- Mito de la fidelidad: creencia de que todos los deseos pasionales, románticos y eróticos, deben satisfacerse exclusivamente con la pareja.
- Mito de la equivalencia: creencia de que los conceptos de amor y enamoramiento son equivalentes y por tanto si la persona deja de estar apasionadamente enamorado es que ya no ama a su pareja.
- Mito de los celos: creencia de que los celos son un indicador de verdadero amor.

## **2.6. Los celos en la relación de pareja**

En una relación de pareja se pueden presentar los celos, que de no darle debida importancia podría originar una situación violenta. Según Echeburua y Fernández (2001) los celos son un “sentimiento que surge de un afán de poseer algo de forma exclusiva, cuya base es la infidelidad real o imaginaria”. La aparición de los celos refleja la existencia de una inseguridad personal, así como un sentimiento de posesión de la pareja y el temor de perderla. Cuando esto ocurre existen signos de inestabilidad emocional por lo que la persona tiende a confundir amor con posesión.

Por ende ser celoso es algo que permite cuidar aquello que más se quiere y desea, una persona, para que nadie se lo arrebate. Este tipo de conducta se da en la pareja y la mayoría de la gente la ha experimentado alguna vez en su vida. Esto se debe a que los celos, al igual que el resto de las emociones son inherentes al ser humano por lo que no se puede prescindir de ellos. Como menciona Fernández (2001) el sentir emociones como ansiedad, tristeza, alegría ira o celos es fruto de la propia existencia y, dentro de ciertos

límites no deben de ocasionar preocupación alguna. Solo comienzan a ser problemáticos cuando distorsionan el campo de la conciencia o se salen de la realidad interfiriendo negativamente en la relación de pareja.

Cuando se habla de que los celos interfieren negativamente en la relación de pareja, Fernández (2001) menciona que, se rompen los pilares de la confianza y la comunicación sincera, y esto puede desembocar en violencia. Debido a que hombres y mujeres experimentan celos al mismo nivel aunque con diferente tipo de expresión. Los hombres manifiestan los celos en forma de ira o agresión mientras que las mujeres los manifiestan en forma de tristeza o depresión y en muchas ocasiones mezcladas de autorreproches, al contrario de los hombres las mujeres buscan en sí mismas posibles errores, inexistentes en la mayoría de las ocasiones.

Cuando existen celos continuos (Echeburua, 2001) se genera en el otro miembro de la pareja un sentimiento negativo, que lejos de sentirse apoyado es incapaz de mostrar el afecto que necesita. Precisamente es este tipo de situación lo que aumenta la posibilidad de un engaño.

Cuando una persona siente celos no se queda sentada esperando a que estos desaparezcan. Por el contrario es habitual que se realice una serie de comportamientos dirigidos a comprobar si los pensamientos que aparecen son verdaderos. Y esto con ciertos rituales comprobatorios, similares en la mayor parte de los casos. Por ejemplo, la búsqueda compulsiva de pruebas que avalen la veracidad de los pensamientos relacionados con la infidelidad.

Fernández (2001) menciona algunas conductas de celos como:

1. Preguntas inquisitivas
2. Interés reiterado por el pasado
3. Llamadas telefónicas constantes
4. Apariciones inesperadas

5. Registro de objetos personales

6. A veces, sexo compulsivo.

Por ende, no resulta extraño que la persona celosa realice preguntas insistentes en busca de infidelidad como: ¿Qué has hecho? ¿Con quién has estado? ¿Con quién has hablado? ¿A quién le has llamado por teléfono? ¿Por qué te arreglas tanto? Etc. Otras veces las preguntas están referidas a relaciones tenidas años atrás. Todo esto se trata de un interrogatorio muy difícil de soportar que impida mantener una relación de pareja basada en la confianza mutua. En un principio la persona se esforzará en responder todas las preguntas, pero conforme avance la relación, la persona evitará en medida de lo posible el interrogatorio, cuando este sea ineludible, las respuestas serán más breves y sin detalle alguno.

Los celos no solo tienen repercusiones negativas en la relación de pareja si no también en la vida cotidiana como menciona Echeburua, (2001) los pensamientos mórbidos relacionados con los celos y los rituales que llevan este tipo de personas influyen de forma significativa en la vida cotidiana, es decir, el celoso pasa una cantidad cada vez mayor de tiempo pensando en la posible infidelidad y como descubrir la existencia objetiva de la misma, como es de suponerse se ve afectada la vida afectiva, y la estabilidad de la pareja, desde una perspectiva social las relaciones interpersonales también se ven alteradas ya que el celoso se encierra progresivamente en su problema con la pareja, y pierde curiosidad por el mundo exterior.

## **2.7. Como reconocer la violencia en la pareja**

Existen algunas actitudes que podría presentar un miembro de la pareja, que sean indicativos que dentro de la relación se está presentando la violencia,

y esto tal vez no sea fácil de detectar, como se ha visto con anterioridad influyen diversos factores como el amor, con el cual pareciera que se borra de forma inmediata la violencia puesto que en nombre del amor todo se vale por eso hay amores que matan aun que esto resulta ser una gran mentira.

A continuación de la Rosa (2004) menciona los 12 pasos para identificar la violencia en la relación de pareja.

1. Ha expresado celos de amigas/os, compañeras/os de trabajo o familiares.
2. Ha insistido en saber con quién estabas.
3. Te ha hecho escenitas.
4. Se ha quedado en silencio por enojo.
5. Te ha presionado para hacer dietas o ejercicio.
6. Te ha amenazado con suicidarse.
7. Te ha hecho sentir miedo de sus reacciones
8. Te ha agredido físicamente: empujado, cacheteado, rasguñado o golpeado.
9. Ha esculcado tus pertenencias, tu diario o tu correo electrónico para conocer "la verdad".
10. Te ha amenazado con dejarte.
11. Te ha tocado, besado o acariciado sin tu consentimiento.
12. Te ha presionado para tener relaciones sexuales

En conclusión, estas conductas violentas de ninguna manera enriquecen ni estimulan la relación, al contrario la enferman. No es válido pensar "sólo estamos jugando", "me cela porque me quiere", "me dice cómo vestirme porque se preocupa por mí", "Me vigila todo el tiempo, porque no quiere que me pase nada" o "Me golpeó porque yo lo provoqué. Son actitudes que hacen la diferencia entre una relación sana y que de no darse cuenta pueden tener consecuencias inimaginables.

## Capítulo 3 La mujer hoy en día

Una mujer es la que da la vida, Si la maltratas, destruyes el mundo;  
No destruyas lo que muchos han creado. Por un mundo mejor.  
Menos maltratos y más amor hacia las personas.  
¡Basta ya de diferencias! ¡No a los acosos!  
Por culpa de la violencia han muerto muchas personas.  
*Fuera injusticias. No a las diferencias. ¡Basta ya de diferencias!*  
Sanchez Pilar

La importancia de este capítulo estriba en el hecho de que el tema central de este trabajo es la violencia contra la mujer dentro de la relación de pareja. Anteriormente se habló de violencia en la pareja, ahora toca hablar de la mujer ya que esta última es la que ha sufrido las consecuencias de la desigualdad de género y por ende de violencia.

Es necesario señalar que la mujer ha ido evolucionando y ha tenido grandes avances en el desarrollo social a través de la historia. Por esta razón en este capítulo primero se dará una definición de lo que es mujer, así como también, que es lo que las hace diferentes de los hombres no solo fisiológicamente, si no socialmente.

Otra de las cuestiones más importantes en este capítulo es el género. Actualmente existe en nuestra sociedad una desigualdad en este sentido, como consecuencia la mujer ha sufrido de violencia. Una de las primeras causas de muerte en el mundo se debe a la violencia en la relación de pareja, también se considera como la primera causa generadora de guerras.

El primer paso para afrontar el reto de la erradicación de la violencia de género es aprender a detectarla. Por ello se hablará sobre género y violencia, cual ha sido su evolución a través del tiempo y qué papel desempeña la mujer en la erradicación de la misma.

### **3.1 Definición de mujer**

Es importante definir a la mujer, saber que características la distinguen del hombre o mejor dicho del género humano. Se puede definir a la mujer como la hembra de la especie humana es decir, que pertenece al género femenino poseyendo órganos sexuales que la capacitan para engendrar a otros individuos de la raza humana, a partir de su desarrollo.

Ortega (2008) define a la mujer como “todo ser humano de sexo femenino, en posición de aquellos de sexo masculino clasificados bajo el término de hombre”.

La biología clasifica a la mujer como un ser humano que es, producto de la fertilización del óvulo por parte de la célula espermatozoide, y que porta los cromosomas XX. Así, en el aspecto anatómico, la mujer contará con un sistema reproductivo constituido por los siguientes órganos sexuales: ovarios, útero, vagina y senos. La función de estos órganos es tanto reproductora como maternal

### **3.2 La mujer a través de la historia**

Casanova (2000) afirma que la mujer como sujeto social siempre ha intervenido en la economía, en la ciencia, en la cultura y en la estructura social; pero su intervención ha sido limitada y poco reconocida. Debido a factores de orden estructural, ideológico y psicosocial que han inhibido su participación y la han configurado como un ser de pocos derechos, y grandes responsabilidades de afirmarse como persona y como ente social. Es por esto que es importante ver toda su evolución a través de siglos de historia.

La mujer desde el principio de la humanidad ha debido recorrer un camino lleno de obstáculos para lograr trascender su condición de madre y

tener la posibilidad de participar en la sociedad. Su constitución física, más pequeña que la del hombre, la mantuvo alejada de las actividades que demandaban esfuerzo físico, tareas reservadas a los hombres, que cuentan naturalmente con una estructura más robusta.

Santos (2008) describe que anteriormente los grupos humanos primitivos se organizaban de una manera natural, manteniendo el estado de las cosas sin la posibilidad de alternativas, respetando el poder del más fuerte. Con el comienzo de la agricultura, la raza humana abandonó su vida nómada y comenzó los primeros asentamientos cerca de los principales ríos. En ese momento, la necesidad de brazos para trabajar la tierra lleva a la mujer a los campos de cultivo y terminan siendo las encargadas de estas actividades en la mayoría de las comunidades; mientras los hombres se dedicaban a la caza de animales salvajes, la pesca y al cuidado de su territorio, quedando el cuidado de la prole, a cargo de los hijos mayores y los familiares no aptos para el trabajo de la tierra.

Mientras tanto, Reik (2005) menciona que con el aumento de la población y la necesidad del intercambio comercial, fueron naciendo las ciudades y surgiendo de ellas una nueva clase social, la burguesía, compuesta por comerciantes y artesanos. En esa época, la vida de la mujer se limitó durante mucho tiempo al cuidado de los hijos, las tareas domésticas y los trabajos manuales artesanales.

Este estado de cosas fue creando a su vez una cultura de roles rígidos, difíciles de trascender, sostenidos además por la religión, manteniéndose la educación y la participación en el poder civil reservadas para los hombres durante siglos. La mujer en ese entonces tenía los mismos derechos de un niño, por lo tanto era considerada políticamente incapaz.

Ortega (2000) menciona que en la Revolución Industrial en Europa, a partir de 1789, con el descubrimiento de la máquina a vapor, se dio origen a una nueva tecnología que exige brazos para trabajar en las fábricas. Por ello la

mujer se vuelve a convertir en un instrumento útil para participar en la vida laboral, percibiendo salarios más bajos que los hombres y sometidas a un régimen de trabajo inhumano.

Sánchez (2000) indica que a fines del siglo XIX y a partir de la primera guerra mundial, la mujer comienza a incorporarse a la educación universitaria y a participar con su trabajo en ciertas áreas específicas. A pesar de que antes de esa época, no era bien visto por la sociedad que una mujer trabajara, viéndose relegada a hacer tareas de servicio o ejercer la docencia si no tenía fortuna o no se casaba; ya que la expectativa de rol en esos tiempos era que fuera casada, que tuviera hijos y que se dedicara a cuidar su hogar, por lo tanto esos eran generalmente también sus objetivos.

Sánchez (2000) afirma que en la segunda guerra mundial se produjo una nueva revolución industrial con la aparición de la línea de montaje, la producción en serie y el surgimiento de grandes fábricas de armamentos, aviones y material de guerra. Después de la guerra se da origen a la fabricación masiva de electrodomésticos. El lugar de los hombres, asimilados a las fuerzas armadas, fue ocupado por las mujeres, y debido a las circunstancias, su nuevo rol en las fábricas fue aceptado socialmente. La fabricación de electrodomésticos aliviaron a las mujeres con las tareas hogareñas, que en esos momentos no eran compartidas por los hombres.

Después de la Segunda Guerra Mundial se produce un gran cambio de el relativismo cultural donde cambian los valores y comienza una nueva era de rebeldía hacia la tradición, la familia y la religión. Mientras tanto, en el siglo XX, en todos los países civilizados se reconocen los derechos de la mujer como persona adulta en iguales condiciones que los hombres y se castigan todos los abusos contra ella.

Actualmente, las mujeres tienen pleno protagonismo, invaden las universidades y compiten con los hombres en todas las áreas de la sociedad;

tanto en los puestos de trabajo de jerarquía, como en las investigaciones científicas y la medicina; los puestos políticos de más alto nivel y en todos los campos de la cultura; sin embargo ante esta evolución aún se sigue luchando por la igualdad, ya que no es fácil borrar todos los años vividos de desigualdad social.

### **3.3 La mujer hoy en día**

Halimi (2005) menciona que actualmente la mujer ha logrado reivindicaciones significativas, y se ha acercado a un estado de relativa justicia. Sin embargo el principal problema de la mujer reside en las actividades de la sociedad misma que, por tradiciones, costumbres, reglas de observancia corriente no admiten aún los principios de igualdad.

Por otro lado, Fisher (2000) indica que actualmente la mujer decide sobre su cuerpo en la mayoría de los casos, es decir que las mujeres pueden dedicar más años a trabajar antes de quedar embarazadas para que esto no afecte en su vida laboral.

Sin embargo aunque la mujer ya es más representativa en el mundo laboral y pese a que la población femenina representa 33 por ciento de la Población Económicamente Activa, todavía enfrenta graves problemas de discriminación y segregación laboral y salarial (Cooper,2001).

Debido a la discriminación y desigualdad, hacia las mujeres, hoy en día registran baja matrícula en algunas carreras como las ingenierías, además no buscan empleo en algunas ramas productivas como la petrolífera, porque, de antemano, saben que no podrán acceder a esas fuentes laborales.

Cooper (2001) señala que este trato desigual está presente desde el momento de la contratación: en donde se estipula el sexo del solicitante, lo que

es ilegal; se toma en cuenta la apariencia desde la primera entrevista; y no hay acceso a todas las áreas laborales; les cuesta mayor trabajo y tiempo lograr ascensos; y las condiciones y los salarios son distintos, por lo regular inferiores a los de los hombres.

A pesar de esta situación, hoy en día el sector empresarial y las corrientes sociales, a lo largo y ancho del planeta, demuestran que el espíritu femenino no está carente de ambición. En gran parte del mundo industrializado las mujeres reciben hoy en día la misma educación que los hombres.

Fisher (2000) menciona que el 40% de los cargos medios en las empresas del resto del mundo industrializado están ocupados por mujeres. Es así como las mujeres emprenden un mayor número de nuevos negocios que los hombres y sus empresas suelen tener más posibilidades de permanecer en el mercado.

En la actualidad los valores femeninos han empezado a tener un impacto notable en las elecciones políticas, en términos generales hay más mujeres que hombres, al margen de la edad que se consideran políticamente liberales. De modo que el número de mujeres que vota es mayor que el de los hombres.

Estos son algunos de los avances que ha tenido la mujer actualmente, que van desde lo laboral hasta la elección de cuando tener hijos y contraer nupcias. Ríos (2002) menciona algunas características de la mujer de hoy en día:

- Decidida a realizar sus metas
- Más cautelosa en elegir una pareja
- Económicamente activa
- Profesional
- En busca de su sexualidad

En conclusión la mujer ha ido escalando el peldaño con muchos obstáculos, pero poco a poco ha conseguido ocupar un lugar en esta sociedad

poco permisiva con su rol como mujer; esto se ha visto demostrado en nuestra historia y en los logros de hoy en día donde la mujer no ocupa un lugar secundario, sino comienza a vislumbrar un mejor futuro en la consolidación de un mundo de mas igualdad entre hombres y mujeres

### **3.4 Género**

El concepto de género se refiere a la construcción social de las relaciones entre mujeres y varones, aprendidas a través del proceso de socialización, cambiantes con el tiempo que varían entre una cultura y otra, incluso dentro de una misma (Alburg, 2009). Este término fue utilizado en los años setenta para describir las características de mujeres y varones que son construidas socialmente, en contraste con las que son determinadas biológicamente. Esta distinción tiene implicancias muy importantes (Williams, 1997).

Giberti, (2000) indica que el género está conformado por cuatro elementos interrelacionados a través de los cuales se reproduce, los símbolos, los conceptos normativos, lo político, lo social, lo institucional y la identidad subjetiva. Supone un conjunto de ideas y comportamientos y el rechazo a la validez interpretativa de dos esferas o mundos separados que son: hombres y mujeres.

Es decir el género postula que uno no puede ser comprendido sin el otro, que uno de ellos no puede cambiar si no cambia el otro. El concepto aparece entre las feministas a mediados de los años 70 para insistir sobre el carácter eminentemente social de las distinciones basadas en el sexo y rechazar los determinismos biológicos que se apoyan en la diferencia sexual.

El concepto de género descrito por García (2005) pone énfasis en la construcción social de los roles y en las relaciones entre los géneros con un aspecto más cultural y menos biológico. Se reconoce así la subordinación de las mujeres como un producto social, situado en una cultura y un tiempo histórico específico, resultado de arreglos sociales privados.

Pinzas, (1995) menciona que se conoce como género, al conjunto de relaciones sociales basadas en las diferencias percibidas entre los sexos, además es una forma primaria de relaciones significativas de poder que se traducen en símbolos culturales, conceptos normativos, instituciones y organizaciones sociales e identidad subjetiva.

Por otro lado Scott, (1996) da un concepto de género con el cual se refiere a las diferencias socioculturales que existen entre mujeres y hombres en determinados períodos históricos y culturas. Menciona que las sociedades configuran una serie de responsabilidades, papeles y funciones que determinan diferencias en el acceso a los recursos, en las necesidades y en la visión del mundo de las mujeres y los hombres de las distintas clases sociales.

Actualmente el género es una variable de análisis que permite analizar los papeles que desempeñan las mujeres y los hombres y sus respectivas dificultades, necesidades y oportunidades. El término "género" no es sinónimo de "mujer" sino que hace referencia a los atributos socioculturales, al análisis de las funciones de cada sexo y de sus interrelaciones.

Para Giberti, (2000) en algunas ocasiones se confunde sexo con género pero cada uno se distingue por ciertas características como por ejemplo el sexo alude a los aspectos físicos, biológicos y anatómicos que distinguen lo que es un macho y una hembra. Y Género por el contrario se refiere a las características que social y culturalmente se atribuyen a hombres y mujeres a partir de las diferencias biológicas, constituyendo así lo que se conoce como género masculino y género femenino. Es decir cuando se asume una perspectiva de género pensamos en los dos polos de la relación y no sólo en uno de ellos.

En la siguiente tabla se distinguen de forma muy particular, cuales son las diferencias entre sexo y género en hombres y mujeres.

<b>Diferencias entre sexo y género</b>	
<b>Sexo</b>	<b>Género</b>
<b>Diferencias biológicas entre mujeres y hombres</b>	<b>Construcciones sociales y culturales</b>
<p><b>Mujeres:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posibilidad de gestar y alumbrar.</li> <li>• Posibilidad de dar de lactar.</li> <li>• Desarrollo de los senos.</li> <li>• Aparato reproductivo interno.</li> </ul> <p><b>Varones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aparato reproductivo externo.</li> <li>• Inviabilidad de gestar, alumbrar y dar de lactar.</li> <li>• Producción de espermatozoides.</li> </ul> <p><b>Diferencias Principales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cromosómicas: XX / XY</li> <li>• Anatómicas: sistema reproductor, caracteres sexuales secundarios: (senos, voz, vello, etc.).</li> <li>• Fisiológicas: diferencias hormonales</li> <li>• Varones: testosterona</li> <li>• Mujeres: estrógenos y progesterona.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asignación diferenciada de roles.</li> <li>• Asignación diferenciada de atributos, cualidades, capacidades.</li> <li>• Restricciones diferenciadas para varones y mujeres.</li> <li>• Prescripciones diferenciadas para mujeres y varones.</li> <li>• Derechos y <u>obligaciones</u> distintas para mujeres y varones:</li> <li>• Privilegios y exclusiones</li> <li>• Vestido y ornamentos diferentes.</li> <li>• Usos y costumbres sobre el arreglo <u>personal</u> diferenciado</li> </ul>

Tomado de: Ministerio de la Mujer y [Desarrollo Social](#). Módulo de Capacitación especializada sobre [Derechos Humanos](#) con enfoque de género. Lima, 2003.

En conclusión el concepto de género se desarrolla al interior del [debate](#) teórico feminista y su [objetivo](#) fundamental es evidenciar la fragilidad y falsedad

de las explicaciones sobre la subordinación de la mujer. Sin embargo, el centro del género se va centrar en la conexión integral de dos proposiciones: el género como un elemento constitutivo de las relaciones sociales basado en las diferencias que se perciben entre los sexos y en una manera primaria de significar las relaciones de poder.

### **3.5 Roles de género**

Para comenzar se entiende que el concepto de género se refiere a todas las diferencias socioculturales que existen entre hombres y mujeres en determinadas culturas. A su vez toda organización social supone de distintas tareas, funciones y actividades orientadas a la producción y reproducción de medios de subsistencia que requieren todo un conjunto de normas y reglas para el desempeño de las actividades asignadas a cada hombre o mujer.

El concepto de rol proviene del ámbito de la sociología y la psicología social, y se aplica en general para destacar las regularidades esperadas u observadas en la vida de la sociedad. Según Goffman (1959) los roles son necesarios para la coordinación, lo que implica un patrón de acción preestablecido por medio del cual las personas se incluyen en lo social.

Para Mead (1934) la adopción de papeles o roles desempeñados por las personas constituye una parte importante del desarrollo psicosocial de niños y niñas, quienes sobre todo a través del juego, aprenden a ponerse en su lugar asumiendo sus distintos puntos de vista. Con esto aprenden a tomar parte de las relaciones sociales.

Es por esta razón que el papel, o rol de género, se forma con el conjunto de normas y prescripciones que dicta la sociedad y la cultura sobre el comportamiento femenino o masculino. El rol de género se compone de conductas y actitudes de acuerdo a los estereotipos que culturalmente existen sobre la masculinidad y la feminidad.

En sociedades como la nuestra Torres (2001) menciona que a las mujeres se les etiqueta como frágiles, tiernas, cuidadosas y sensibles; mientras que a los hombres se les etiqueta como fuertes, valientes, estrictos o

impulsivos. Como ya se mencionó anteriormente, desde pequeños se inculcan mensajes para la construcción de lo femenino y lo masculino es decir, a los niños se les dice que no deben llorar, por que los hombres no lloran y las mujeres deben de ser tiernas y sensibles por naturaleza.

García (2005) menciona que el rol de género que se le asigna a cada sujeto tiene la posibilidad de ser aceptado o rechazado ya que tanto el rol como el estereotipo son categorías que encierran un alto grado de valoración de juicios en sí mismos.

Un aspecto perjudicial de los estereotipos es que conducen a la creación de prejuicios y expectativas imposibles de cumplir, ya que no toman en cuenta las cualidades individuales de cada persona (Ruiz y Fawcett, 1999). Al momento de dar etiquetas de que es femenino y masculino a ciertas características o conductas se privatiza a un solo género, cuando estas con cualidades humanas que cualquier personas puede poseer.

A continuación se revisara como se da el proceso de la construcción y asimilación de los roles, comenzando por la familia y el contexto cultural que se da durante la niñez llegando a la juventud.

En diferentes estudios biológicos se habla y se plantea de una diferenciación en los factores físicos del sexo, pero no solo eso determina las características conductuales del género, es decir, no por ser mujer se le atribuyen características femeninas, así como el hecho de ser hombre, no siempre se le atribuyen características masculinas, también se tiene que contemplar el desarrollo psicológico y las condiciones en que la persona ha crecido. Por ejemplo, si una mujer que durante etapa tempranas de su desarrollo siempre tuvo convivencia con niños del sexo opuesto, aprenderá a compartir juegos y formas de actuar de niños; entonces se verá influenciada por el medio, con esto queda claro que el sexo no comparte características universales de género y comportamiento (Lamas, 1996).

Desde temprana edad, los niños y niñas, tienen que escoger su propia posición ante este tema. Identificarse como hombre generalmente implica identificarse como dueño, padre y/o jefe mientras que el identificarse como

mujer implica en nuestra sociedad identificarse como madre, cuidadora y receptora.

En la siguiente tabla 1 se explica de forma más explícita los roles que desempeñan hombres y mujeres en la sociedad:

Tabla 1 Roles de genero

<b>Roles de género</b>	
<b>Masculino</b>	<b>Femenino</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Se espera que los hombres generen riqueza</li><li>• En lo político se espera que los hombres tengan dirección.</li><li>• En lo social se espera que los hombres ocupen un espacio público.</li><li>• Proveedor</li><li>• Que tenga un trabajo reenumerado y un desarrollo intelectual.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Se espera que las mujeres se encarguen de la distribución de la riqueza</li><li>• Se espera que las mujeres acaten u obedezcan.</li><li>• Se espera que las mujeres ocupen espacios privados.</li><li>• Receptoras</li><li>• Que sean madres, ama de casa y que este al cuidado de los hijos.</li></ul>

Tabla obtenida del manual amor es sin violencia, INMUJERES DF (2002)

En conclusión el rol es una asignación social que tiene un peso significativo en la vida de hombres y mujeres y a pesar de que las tendencias cambien acerca del papel de la mujer aun sigue teniendo una influencia enorme en cómo se relacionan hombres y mujeres.

### **3.6 Género y violencia**

La violencia de género es la que se produce como consecuencia de las desigualdades entre los géneros, generalmente por parte del hombre hacia la mujer, pero incluso puede darse en sentido inverso. En este caso lo que concierne es la violencia ejercida contra la mujer.

Para ello Velázquez (2003) da una definición de violencia de género en la cual se abarcan todos los actos mediante los cuales se discrimina, ignora, somete y subordina a las mujeres en los diferentes aspectos de su existencia. Es todo ataque material y simbólico que afecta su libertad, dignidad, seguridad, intimidad e integridad moral y/o física.

Por otro lado la violencia de género abarca todos los actos mediante los cuales se discrimina, se ignora, somete y subordina a las mujeres en los diferentes aspectos de su existencia. Es decir, que todo ataque material y simbólico que afecte la libertad, dignidad, seguridad, intimidad e integridad moral o física es sin lugar a dudas violencia de género.

Sánchez, (2000) afirma que cuando la violencia es ejercida y basada en el género, se hace visible la forma en que se relaciona y articula la violencia, el poder y los roles de género. La asunción y la crítica estereotipada de las expectativas sociales acerca de varones y mujeres llevan al ejercicio y abuso del poder y esto determina una desigualdad y diferencial distribución de poderes generando otra causa central de la violencia de género.

Calle (2000) menciona que uno de los principales efectos de las violencias cotidianas contra las mujeres es "la desposesión y el quebrantamiento de la identidad que las constituye como sujetos". La violencia transgrede un orden que se supone que debe de existir en las relaciones humanas. Se impone como un comportamiento vincular coercitivo, irracional,

opuesto a un vínculo reflexivo que debería priorizar la palabra y los efectos que impiden la violencia.

Menacho, (2006) menciona que “la violencia sobre la base de género es una articulación de una coacción de, jerarquías de poder y desigualdades estructurales nutridas por sistemas de creencias, normas culturales y [procesos de socialización](#)”.

Martínez (2003) afirma que la violencia por razones de género tiene sus raíces en la parte estructural y personal. Se centra en el patriarcado, un sistema que coloca al hombre sobre la mujer (y sobre otros hombres) en un sentido de derecho y privilegio en muchos hombres. El patriarcado también institucionaliza los contextos sociales, culturales y legales que permiten la violencia sobre la base del género.

Calle, (2000) menciona que la violencia por razones de género también se basa en las presiones, miedos y [emociones](#) reprimidas que subyacen la "masculinidad hegemónica" o muchas de las formas de dominio masculino aceptadas en la mayoría de las culturas del mundo. A esto hay que añadir la experiencia personal sobre violencia que tienen los individuos siendo alimentados en una cultura de violencia y aprendiendo y experimentando la violencia en el [ambiente](#) que les rodea: la familia, [los medios de comunicación](#) o la comunidad.

En conclusión el alcance y los efectos de la violencia por razones de género son profundos. La violencia por razones de género es una plaga en todas las sociedades de todas las regiones del mundo. Ningún grupo, sin tener en cuenta su cultura, clase o situación, es inmune a su devastación. Insidiosamente incapacita a las familias y las alianzas, y a la capacidad de muchas a relacionarse entre sí o con otros mediante [el amor](#), la compasión o el [respeto](#). La violencia extiende el miedo y el odio a uno mismo como un [virus](#), un virus que consume los derechos básicos de las mujeres. En un sentido muy amplio, la violencia por razones de género restringe los logros del desarrollo, la paz y la libertad.

## **PROPUESTA: TALLER DE INTERVENCIÓN DE VIOLENCIA CONTRA LA MUJER EN LA RELACION DE PAREJA.**

### **Justificación:**

La violencia en la pareja se ha ido incrementando a lo largo del tiempo, y en la actualidad representa un problema social de grandes dimensiones cuyas consecuencias han cobrado incluso la vida de algunas mujeres en todo el mundo, por lo que la prevención de esta situación es de suma importancia. Debido a que en México un 15.5 por ciento de los mexicanos de entre 15 y 24 años con relaciones de pareja han sido víctimas de algún tipo de violencia por esta razón nace la necesidad de crear un taller de intervención, con cual se informe sobre los tipos de violencia, así como, cuando una relación se está tornando violenta, esperando obtener una disminución en las estadísticas, para ello no solo se brindara la información si no que se romperán con ciertos mitos o esquemas sociales sobre las relaciones de pareja.

**Objetivo general:** Adquirir los conocimientos y las herramientas básicas para prevenir y detectar la violencia en la relación de pareja.

### **Objetivos particulares:**

- Integrar a los participantes en un ambiente de confianza, así como informar acerca de la violencia en la pareja.
- Identificar las diferentes situaciones de violencia que se viven en una relación de pareja y los mitos que existen alrededor de ella.
- Sensibilizar a los participantes acerca de las consecuencias de la violencia, así como desarrollar la aplicación de los conocimientos adquiridos en la detección de la violencia
- Plantear a los participantes acerca de la importancia del rol de la mujer, así como de las principales características que colocan a la mujer en una zona vulnerable ante la violencia.

**Dirigido a:** A mujeres de entre 18 a 25 años que hayan tenido una relación de noviazgo, con una escolaridad de nivel medio superior y superior.

**Número de participantes:** El rango mínimo para iniciar el taller deberá de ser de 12 a 16 mujeres. .

**Duración y número de sesiones:** El taller está conformado por 10 sesiones de 120 minutos cada una, el cual se llevara a cabo en 10 días hábiles

**Materiales:** computadora, cañón, gafetes, tarjetas numeradas, hojas blancas, lápices, diapositivas en power point, cartulinas, plumones, diurex, rotafolio, DVD, películas, cuentos, fichas, cinta adhesiva y material impreso.

**Perfil del terapeuta:** el instructor (a) deberá ser un profesional licenciado en psicología, con conocimiento amplio en el tema de violencia en la pareja, así como en el manejo de grupos. Deberá de mostrar una actitud empática, respetuosa, neutral y abierta, cualidades a través de las cuales propiciara un ambiente de confianza y seguridad.

**Escenario:** deberá de ser un aula o salón amplio, que este ventilado e iluminado , limpio , aislado del ruido en lo posible , con sillas y mesas que se coloquen en forma de herradura, a fin de que puedan interactuar visualmente tanto los participantes como el terapeuta, fomentando así un ambiente de confianza y seguridad.

## **SESIÓN 1. BIENVENIDA AL TALLER.**

### **OBJETIVOS:**

Dar la bienvenida a las participantes, así como una explicación de la estructura del taller y los lineamientos entre el facilitador y las participantes, para posteriormente promover la integración del grupo y análisis de las expectativas individuales. Se aplicara un cuestionario pretest, para concluir con el sondeo del conocimiento que el grupo posee sobre la violencia ejercida hacia la mujer.

**MATERIALES:** Gafetes, computadora, cañón, tarjetas numeradas, hojas blancas, lápices y material impreso.

### **PROCESO Y TEMÁTICA A DESARROLLAR**

Es indispensable que el terapeuta cubra en su totalidad los rubros considerados en los objetivos.

- **Bienvenida:** el terapeuta se presentara ante el grupo diciendo su nombre completo, experiencia laboral, grados académicos expectativas, intereses y objetivos que lo motivan a impartir dicho taller. También se explicara el objetivo general del taller. Así como de las reglas a establecer dentro del mismo como la puntualidad, el poner el celular en vibrador etc. Además se hará entrega de los gafetes con los nombres de los participantes
- **Integración grupal:** el terapeuta facilitara a través de dinámicas la presentación de cada uno de los participantes y la exposición de las expectativas que tienen con respecto al taller.
- **Aplicación de cuestionario (pre-test “Que es violencia”):** el terapeuta explicara a los participantes, la importancia que tiene que respondan sincera y honestamente el cuestionario así como la importancia de su aplicación antes de iniciar de lleno el taller.

- Sondeo de conocimiento previo sobre violencia, que saben sobre el tema, que entienden por violencia etc. Esto se realizara mediante una lluvia de ideas.

## **TÉCNICAS**

Aplicación de cuestionario (pre-test "Que es violencia")

Las actividades sugeridas para motivar la integración y participación grupal son dos.

Actividad 1.- Pedro llama a Pablo: (Celerino, 2009). Se formará un círculo con todos los integrantes del taller, el psicólogo encargado comenzará diciendo su nombre y llamando al que está a su derecha, por ejemplo: "Pedro llama a María", María responde "María llama a Juan", Juan dice "Juan llama a Pablo", etc. El que no responda rápido a su nombre paga penitencia que puede ser: contar un chiste, bailar con la escoba, cantar.

Actividad 2.- El Reportaje (BPJ, 2009) A cada integrante del taller se le entregara una tarjeta numerada, también una hoja de papel y un lápiz. Por cada número debe haber dos tarjetas para establecer las parejas. Cada jugador buscará la persona que tenga el mismo número de la tarjeta entregada con anterioridad, hará su presentación correspondiente, formulando las siguientes preguntas: Nombre, Color de los ojos, Pasatiempo preferido, Su mayor deseo o anhelo - ETC. Después de un tiempo cada jugador presentará a su entrevistado en el grupo.

Con estas dinámicas se pretende favorecer la integración, creando un ambiente de confianza disminuyendo en lo posible la ansiedad de los participantes a fin de que puedan disfrutar y asimilar el aprendizaje vivencial de manera grupal.

Por último es importante señalar la importancia de la retroalimentación mutua así como el respeto a la confidencialidad que deberán mostrara para cada sesión.

## **SESIÓN 2. LA VIOLENCIA LA CARA OCULTA**

### **OBJETIVOS:**

Que las participantes conozcan los diferentes tipos de violencia en la relación de pareja así como su definición, a fin de que identifiquen y analicen las características que conforma la violencia, así como los ciclos que desarrollan dentro de la misma y sus efectos en la mujer.

**MATERIALES:** Computadora, cañón, diapositivas en power point, grabadora y material impreso.

### **TEMATICA A DESARROLLAR.**

El terapeuta desarrollara la temática documentada en el capítulo 1 del presente trabajo.

- Definición de violencia
- Tipos de violencia
  - Violencia física
  - Violencia sexual
  - Violencia psicología
  - Violencia económica
- Ciclo de la violencia
- Efectos de la violencia en la mujer.

## **TÉCNICAS**

- Exposición por parte del terapeuta
- Análisis de los tipos de violencia y sus efectos en la mujer
- Análisis de la canción El final de cuentos de hadas (Chojín)
- Mesa redonda de dudas y respuestas Se hará una mesa redonda en la cual los participantes expondrán y resolverán sus dudas donde el facilitador actuara solo como moderador interviniendo cuando estas no puedan ser resueltas
- Retroalimentación grupal

## **SESIÓN 3: MITOS SOBRE LA VIOLENCIA**

### **OBJETIVOS**

Que las participantes conozcan, en el devenir del tiempo los diferentes mitos que se han desarrollado alrededor la violencia a fin de que analicen como la información puede ser distorsionada cuando no es manejada de forma adecuada, y las consecuencias que se desprenden de esta.

**MATERIALES:** Computadora, cañón, diapositivas en power point, rotafolio, plumones y tarjetas.

### **TEMATICA A DESARROLLAR**

El terapeuta desarrollara el tema de los mitos en la relación de pareja que se encuentra documentada en el capitulo uno.

- Mitos alrededor de la violencia.

El terapeuta facilitara a través de dinámicas la importancia que tiene el eliminar de la sociedad los mitos que existen en relación a la violencia.

### **TÉCNICAS**

- Exposición por parte del terapeuta acerca de los mitos.

- Actividad 1.- Teléfono descompuesto Se formará un círculo en el cual el facilitador proporcionara un enunciado a uno de los participantes acerca de la violencia, el cual tendrá que transmitir a otro y así sucesivamente, al final el último participante lo escribirá en un rota folio y el facilitador escribirá el mensaje original, haciendo una comparación de los mensajes.
- Retroalimentación Cada participante expondrá el porqué cree que la información se distorsiona así como que factores influyen para que esto suceda
- Mesa redonda: Mitos sobre la violencia El facilitador proporcionará tarjetas donde contengan algunos mitos de la violencia y cuestionará a los participantes si lo descrito es un mito o una realidad
- Retroalimentación grupal.

## **SESIÓN 4 APRENDIENDO A IDENTIFICAR LA VIOLENCIA EN LA PAREJA**

### **OBJETIVOS:**

Que las participantes tomen conciencia del tipo de pareja que han elegido, a partir del análisis de las diferentes modalidades de elección de pareja, a fin de que puedan identificar las características que conforma una relación de pareja sana y asimétrica de una problemática y desigual.

**MATERIALES:** Computadora, cañón, diapositivas en power point y fichas.

### **TEMÁTICA A DESARROLLAR**

El terapeuta desarrollara la siguiente temática, la cual se encuentra documentada en el capítulo 2 del presente trabajo. También se llevara a cabo una dinámica con la cual se desarrollara en los participantes la capacidad para distinguir cuando un acto conlleva algún tipo de violencia

- Definición de pareja
- Elección de pareja según diferentes autores
- El ciclo de alejamiento - acercamiento
- Construcción social de la pareja
- El enamoramiento y el amor en la pareja
- Mitos románticos
- Los celos en la relación de pareja
- Como reconocer la violencia en la pareja

### **TÉCNICAS**

Exposición temática por parte del terapeuta.

Análisis grupal de las características de la pareja actual.

Actividad 1. Dinámica de Psicodrama El facilitador formará parejas a las cuales les proporcionara dos fichas en las que estarán escritas algunas situaciones

que tendrán que representar a los demás, los cuales tendrán que identificar si la situación es violencia o no.

Retroalimentación de la dinámica: Los participantes formarán un círculo en el cual expondrán el porqué consideraron que se trataba de una situación violenta o no

Retroalimentación grupal.

## **SESIÓN 5 LOS 12 PASOS DE LA ROSA PARA IDENTIFICAR LA VIOLENCIA**

### **OBJETIVOS:**

Que las participantes asimilen de forma clara cuando una situación se está tornando violenta así mismo logrando que identifiquen si alguna vez han sufrido violencia en la relación de pareja.

**MATERIALES:** Computadora, cañón, diapositivas en power point.

### **TEMÁTICA A DESARROLLAR**

- El terapeuta presentara a los participantes los 12 pasos para identificar la violencia de la rosa la cual está incluida en el capítulo 2 del presente trabajo.
- El terapeuta llevara a cabo dos actividades que los ayude a identificar situaciones violentas, en las que es de suma importancia la participación de los integrantes. Donde el grupo deberá guardar absoluto silencio y respeto para sus compañeros.

### **TÉCNICAS**

Exposición temática de los 12 pasos de la Rosa

Retroalimentación: el terapeuta animara al grupo a analizar la importancia de identificara la violencia, para posteriormente hacer énfasis en lo importante que es, que sepan identificarla.

Actividad 1 Trabajando con la imaginación(Stevens,1971), El facilitador , le pedirá a los participantes que trabajen en parejas sentándose uno enfrente del otro, les pedirá que se miren a los ojos y que una persona haga suposiciones de la otra acerca de actos de violencia que hayan sufrido con la frase yo imagino que tu sufriste completada la oración con conjeturas propias , después será el turno de la otra persona , a continuación la primera persona cambiara la frase yo imagino que tu : con la de yo fui, identificándose con las

suposiciones antes hechas. Se le pedirá a la persona que haga una pausa para darse cuenta de cómo le hace sentir esa frase cuando la dice. Lo mismo pasara con el otro participante.

Análisis grupal de la importancia que tiene conocer de una forma un tanto indirecta si han vivido en carne propia algún tipo de violencia.

Retroalimentación grupal

## **SESIÓN 6 PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA CICATRICES**

### **OBJETIVOS:**

Que las participantes hagan uso práctico del conocimiento adquirido, identificando la violencia que se presenta en la película, al fin de que esta refuerce el conocimiento previo.

**MATERIALES:** Computadora y DVD

### **TEMÁTICA A DESARROLLAR**

- El terapeuta proyectara la película de cicatrices (patricio cool, 1999)
- Se realizara un análisis acerca de la violencia que vive la pareja.

### **TÉCNICAS**

- Proyección de la película cicatrices
- Análisis de la importancia de poder identificar la violencia y actuar de forma oportuna.
- Retroalimentación Se formará un círculo en el cual los participantes darán su opinión sobre la película, el facilitador actuara como moderador y le pedirá que mediante los conocimientos adquiridos identifique los actos violentos que se presenten en ella

## **SESIÓN 7 LA MUJER HOY EN DÍA**

### **OBJETIVOS:**

Que las participantes conozcan la importancia del papel de la mujer dentro de la historia, así como también del género, a fin de que identifiquen y analicen las características que conformaba a la mujer en diferentes culturas a través de la historia y las comparen con la mujer actual , en sus conductas, afectos, maneras de ser y estar.

**MATERIALES:** Computadora, cañón, diapositivas en power point, cinta adhesiva o tiza

### **TEMÁTICA A DESARROLLAR**

El terapeuta desarrollara la temática documentada en el capítulo 3 del presente trabajo. También se desarrollara una actividad con la cual los participantes negaran o afirmaran lo que le corresponde desarrollar a cada género.

- Definición de mujer
- La mujer a través de la historia
- La mujer hoy en día
- Género
- Roles de género
- Género y violencia

### **TÉCNICAS**

Exposición temática por parte del terapeuta

Análisis grupal de las características del género y rol.

Actividad 1: La zona del "sí" y la zona del "no"(Santillana,2009)La dinámica consiste en hacer afirmaciones que requieran estar a favor o en contra. Por ejemplo: "Las mujeres tienen derecho a la educación". Al escuchar cada frase,

las integrantes del grupo deben ir corriendo a la zona que representa su opinión. Las indecisas se quedarán encima de la línea divisoria para ello se hace una para ello Se hace una línea divisoria en el suelo, preferiblemente en un espacio despejado. Puedes utilizar "masking tape", cinta adhesiva o tiza para marcarla. Una de las áreas separadas por la línea, será la zona del "sí" o "verdadero", la otra será la zona del "no" o "falso".

Retroalimentación grupal de la dinámica

## **SESIÓN 8 EL ROL DE LA MUJER**

**OBJETIVOS:** 2 cuentos el de Mulan y Cenicienta

Que las participantes conozcan el significado, importancia y estructura del rol de la mujer en la actualidad.

**MATERIALES:**

### **TEMÁTICA A DESARROLLAR**

El terapeuta aplicara una dinámica con la cual las participantes integren todo lo aprendido y quede de una forma clara todos los aspectos que tiene que ver con el rol de la mujer en la sociedad.

**TÉCNICAS:**

El terapeuta hará una breve introducción de la dinámica

Actividad 1: Cuentos mágicos (Garza, 2009) El Facilitador divide al grupo en subgrupos de 6 integrantes, él facilitador reparte a cada subgrupo un cuento, y les explicara que la actividad consiste en dramatizar entre todos los integrantes del subgrupo, los subgrupos preparan su dramatización

Mesa redonda el facilitador le pedirá a los integrantes que describan la diferencia en el rol que desempeñan ambas protagonistas de los cuentos y que mencionen el rol que cada una está desempeñando, y que tan distinto es a la actualidad.

Retroalimentación grupal.

## **SESIÓN 9 PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA CICATRICES 2**

### **OBJETIVOS:**

Que las participantes hagan uso práctico del conocimiento adquiridos, analizando como socialmente a la mujer se le ha marginado y al hombre se le ha dado un papel de macho esto por medio de la malinterpretación del género y de los roles., al fin de que esta refuerce el conocimiento previo.

**MATERIALES:** Computadora y DVD.

### **TEMÁTICA A DESARROLLAR**

- El terapeuta proyectara la película de cicatrices 2 (Ramírez, 2007)
- Se realizara un análisis acerca del género y violencia.

### **TÉCNICAS**

- Proyección de la película cicatrices 2
- Análisis de la importancia del género y la violencia.
- Retroalimentación Se formará un círculo en el cual los participantes darán su opinión sobre la película, el facilitador actuara como moderador y le pedirá que mediante los conocimientos adquiridos identifique en qué momento el ser hombre o mujer marca la diferencia y como eso resulta ser erróneo.
- Retroalimentación grupal

## **SESIÓN 10 CIERRE DEL TALLER**

### **OBJETIVOS:**

Que las participantes, a través del conocimiento adquirido, estén en posibilidad de evaluar los avances obtenidos durante el taller, a través del pretest- posttest. Así mismo que las participantes estén consientes de la importancia de saber identificar las conductas violentas y que las utilicen como un medio para mejorar su calidad actual y futura en las relaciones de pareja.

**MATERIALES:** Lápices, hojas, blancas y material impreso

### **TEMÁTICA A DESARROLLAR**

- Que las participantes, a través de la asimilación e integración de los conocimientos adquiridos durante el taller estén en posibilidad de tener relaciones sanas y sin violencia.
- Análisis de las expectativas finales del grupo y comparación de respuestas en el cuestionario que se utilizó como pre y posttest.
- Evaluación del taller por parte de los participantes.

### **TÉCNICAS**

Introspección y discusión grupal, cada uno de los participantes compartirá con los demás que es lo que les ha aportado el presente taller.

Retroalimentación

Aplicación del posttest

Actividad1: dinámica de despedida (kury, 2008) se pega en la espalda de las participantes una tarjeta con un dibujo y la leyenda lo que más me gusta de ti es... y todas las participantes tienen que escribir en las tarjetas de todos al final cada uno lee lo que le escribieron y relata que es lo que siente al respecto.

Cuestionario de la evaluación del taller

SESIÓN	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	MATERIALES	TIEMPO
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Bienvenida</li> <li>Aplicación de cuestionario (pre-test “Que es violencia”)</li> <li>Actividad 1.- Pedro llama a Pablo: (Celerino, 2009).</li> <li>Actividad 2.- El Reportaje (BPJ, 2009)</li> <li>Retroalimentación</li> </ul>	<p>Dar la bienvenida a las participantes, así como una explicación de la estructura del taller y los lineamientos entre el facilitador y las participantes fomentando la integración del grupo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Gafetes</li> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ Cañón</li> <li>✓ Tarjetas</li> <li>✓ Numeradas</li> <li>✓ Hojas blancas</li> <li>✓ Lápices</li> <li>✓ Material impreso.</li> </ul>	120 Min.
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exposición por parte del terapeuta</li> <li>Análisis de los tipos de violencia y sus efectos en la mujer</li> <li>Análisis de la canción El final de cuentos de hadas (Chojín)</li> <li>Mesa redonda de dudas y respuestas</li> <li>Retroalimentación grupal</li> </ul>	<p>Que las participantes conozcan los diferentes tipos de violencia en la relación de pareja así como su definición, a fin de que identifiquen y analicen las características que la conforman</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ Cañón</li> <li>✓ Diapositivas en power point</li> <li>✓ Grabadora</li> <li>Material impreso</li> </ul>	120 Min.
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exposición por parte del terapeuta</li> <li>Actividad 1.- Teléfono descompuesto</li> <li>Retroalimentación</li> <li>Mesa redonda: Mitos sobre la violencia</li> <li>Retroalimentación grupal.</li> </ul>	<p>Que las participantes conozcan, en el devenir del tiempo los diferentes mitos que se han desarrollado alrededor la violencia a fin de que analicen como la información se puede distorsionar...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ Cañón</li> <li>✓ Diapositivas en power point</li> <li>✓ Rotafolio</li> <li>✓ Plumones</li> <li>✓ Tarjetas</li> </ul>	120 Min.

SESIÓN	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	MATERIALES	TIEMPO
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exposición temática por parte del terapeuta.</li> <li>Análisis grupal de las características de la pareja actual.</li> <li>Actividad 1. Dinámica de Psicodrama</li> <li>Retroalimentación de la dinámica</li> <li>Retroalimentación grupal.</li> </ul>	Que las participantes tomen conciencia del tipo de pareja que han elegido, a partir del análisis de las diferentes modalidades de elección de pareja	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ Cañón</li> <li>✓ Diapositivas en power point</li> <li>✓ Fichas</li> </ul>	120 Min
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exposición temática de los 12 pasos de la Rosa</li> <li>Retroalimentación:</li> <li>Actividad 1 Trabajando con la imaginación(Stevens,1971),</li> <li>Análisis grupal</li> <li>Retroalimentación grupal</li> </ul>	Que las participantes asimilen de forma clara cuando una situación se está tornando violenta	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ cañón</li> <li>✓ diapositivas en power point.</li> </ul>	120 Min
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proyección de la película cicatrices</li> <li>Análisis de la importancia de poder identificar la violencia y actuar de forma oportuna.</li> <li>Retroalimentación</li> </ul>	Que las participantes hagan uso práctico del conocimiento adquirido, identificando la violencia que se presenta en la película	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ DVD</li> </ul>	120 Min

SESIÓN	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	MATERIALES	TIEMPO
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exposición temática por parte del terapeuta</li> <li>Análisis grupal de las características del género y rol.</li> <li>Actividad 1: La zona del "sí" y la zona del "no"(Santillana,2009)</li> <li>Retroalimentación grupal de la dinámica</li> </ul>	Que las participantes conozcan la importancia del papel de la mujer dentro de la historia	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ Cañón</li> <li>✓ diapositivas en power point</li> <li>✓ Cinta adhesiva o tiza</li> </ul>	120 Min
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>El terapeuta hará una breve introducción de la dinámica</li> <li>Actividad 1: Cuentos mágicos (Garza, 2009) dramatización</li> <li>Mesa redonda</li> <li>Retroalimentación grupal.</li> </ul>	Que las participantes conozcan el significado, importancia y estructura del rol de la mujer en la actualidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 1 cuento de mulan</li> <li>✓ 1 cuento de cenicienta</li> </ul>	120 M
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proyección de la película cicatrices 2</li> <li>Análisis de la importancia del género y la violencia.</li> <li>Retroalimentación</li> <li>Retroalimentación grupal</li> </ul>	Que las participantes hagan uso práctico del conocimiento adquiridos, analizando como socialmente a la mujer se le ha marginado y al hombre se le ha dado un papel de macho esto por medio de la malinterpretación del género	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ DVD</li> </ul>	120 Min
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>Introspección y discusión grupal</li> <li>Retroalimentación</li> <li>Aplicación del postest</li> <li>Actividad1: dinámica de despedida (kury, 2008)</li> <li>Cuestionario de la evaluación del taller</li> </ul>	Que las participantes, a través del conocimiento adquirido, estén en posibilidad de evaluar los avances obtenidos durante el taller, a través del pretest- postest	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Lápices</li> <li>✓ Hojas blancas</li> <li>✓ Material impreso</li> </ul>	120 Min



## Conclusiones

La violencia contra la mujer en la relación de pareja es un tema del cual se ha hablado mucho, pero son pocos los que le han dado la debida importancia y el peso que le corresponde, debido a que la mayoría de las personas creen que solo le ocurre a ciertas mujeres o se da en algunas clases sociales, ignorando que la violencia que puede sufrir una mujer, no respeta estratos sociales ni mucho menos edades porque cada vez es mayor el número de jóvenes que han vivido una situación de violencia y probablemente se deba a la desinformación o a una información poco veraz y oportuna.

Actualmente muchas mujeres desconocen que existen diferentes tipos de violencia, y por ende no saben identificar cuando están siendo violentadas por su pareja, por lo que resulta más fácil reconocer que una persona está sufriendo violencia cuando se dejan huellas físicas a cuando se presenta una violencia psicológica, económica o sexual que no se ven a simple vista, debido a que puede estar encubierta en chantajes o reproches que para algunos individuos resultan inofensivos.

Pero la violencia no solo se puede resumir en los tipos que hay, sino en todo un ciclo porque tiene ciertas fases que se vuelven repetitivas y complican aún más el que una mujer pueda salir de ella debido a que, en estas fases, el hombre va preparando el camino, es decir, conforme va pasando el tiempo el grado de violencia va aumentando para que, al llegar al grado máximo, la mujer le haga menos reproches y sienta que ella ha provocado la situación, o simplemente que lo tome como algo "normal".

Pero lo más preocupante de esta situación son los efectos de la violencia en la mujer, que se ve reflejado no solo en el daño emocional, si no también en la salud, en la integridad física e incluso en la perdida de la vida, porque cuando se vive en una situación de violencia el hombre puede hasta llegar a matar a su conyugue.

Por lo tanto, es importante atender de forma oportuna esta situación para que no siga ocurriendo. Sin embargo, para que esto ocurra, es necesario que la sociedad comience a eliminar ciertos mitos que existen alrededor de la violencia, porque lejos de ayudar a comprender el comportamiento tanto de víctimas y victimarios, solo justifica dichos actos y merma la posibilidad de ayudar a la mujeres a que sepan defender sus derechos dentro de la relación de pareja.

Al hablar de pareja, no solo se habla de dos personas que deciden unir sus vidas o compartirlas, sino de dos personas que se unen aceptando todo lo que las conforma, como: sus creencias, ideales, actitudes y expectativas, pero sobre todo, que deciden compartir un sentimiento mutuo y en completa armonía en donde aparecen dos sentimientos o emociones: el amor y el enamoramiento que en muchas ocasiones suelen confundirse y que erróneamente “en nombre del amor” todo se permite.

Es importante que la mujer sepa diferenciar estos dos sentimientos, pero sobre todo, que este enterada que bajo ninguna circunstancia debe permitir ser violentada, y mucho menos en nombre del amor porque el amor no son golpes o insultos, si no es la aceptación de la otra persona siempre y cuando esta no dañe la integridad física o emocional de la otra persona.

Sin embargo, otra de las mascara de la violencia que viene encubierta en el amor son los celos, que muchas veces suelen confundirse con el amor que siente el hombre hacia la mujer, justificando que si la cela es porque la quiere y por ende tienen actitudes violentas con ella, pero esto es una careta más de la violencia porque cuando dos personas deciden compartir sus vidas también deciden tener confianza el uno en el otro.

Otro punto importante, es el género y la violencia las cuales se han relacionado desde hace muchos años atrás, y esto se debe a que la sociedad atreves de la historia ha recalcado ciertos aspectos de comportamiento tanto en hombres y mujeres que han marcado de forma negativa el desarrollo armonioso de la relación de pareja.

La sociedad ha estereotipado tanto al hombre como a la mujer, el primero es el que tiene el poder y la segunda es la sumisa, por lo que él, tiene el derecho de sobajarla y humillarla por ser considerada una persona débil, sin embargo, en la actualidad, en la mayoría de los casos la mujer lleva la batuta en la formación y sustento de la familia pero sobre todo ha escalado en la pirámide laboral desempeñando cargos de suma importancia.

Sin embargo hoy en día pareciera que no hay un avance concreto sobre la no violencia contra la mujer, porque cada día aumentan más los casos de las mujeres que sufren de violencia por parte de sus parejas. Los medios de comunicación nos muestran a mujeres que son asesinadas a causa de la violencia y no solo se ve reflejado en los medios de comunicación sino en la Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo (ENVINOV), elaborada por el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ) donde el 15.5 por ciento de los mexicanos de entre 15 y 24 años con relaciones de pareja ha sido víctima de violencia física; 75.8 por ciento ha sufrido agresiones psicológicas y 16.5 por ciento ha vivido al menos una experiencia de ataque sexual (IMJ, 2007).

Todo esto nos lleva a reflexionar que es necesario intervenir de forma oportuna y rescatar a la mujer de relaciones insanas presentes o futuras que dañan de forma voraz su integridad, para ello es necesario que la información que se les brinde no solo sea por encima, sino que se haga o se desarrolle a través del acompañamiento de un experto en la salud como es el psicólogo y este lo realice mediante un taller que sea vivencial e informativo donde la mayoría de las dudas queden aclaradas y donde las mujeres puedan tener herramientas que les permitan detectar y afrontar una situación de violencia y poder pedir ayuda. Este sería un gran avance para que disminuya el número de mujeres que sufren algún tipo de violencia por parte de sus parejas.

Sin embargo hay que recalcar que existen algunas limitantes dentro del taller como es que este taller no llegue a la mayoría de la población femenil de universidades, que quien lo imparta no tenga el conocimiento necesario para llevarlo a cabo.

Por lo tanto es de vital importancia que el manejo del grupo este a cargo de un psicólogo experto, que como guía logre el éxito de sensibilizar y facilitar a las participantes el identificar, adquirir, reconstruir y formar las herramientas necesarias para la identificación de la violencia.

## Bibliografía

- Baker, J. (1992) Psicología de la mujer. Barcelona. Paidós.
- Bonilla, A; Martínez, I. (2007) Sistema Sexo –Genero. España. Los libros de la catarata.
- Bosch, Rivera. (2002) La voz de las invisibles: las víctimas de un mal amor que mata. Madrid. Catedra. 1ª Edición.
- Butler, J. (2001) El género en disputa: el feminismo y la subversión de la identidad. México. Paidós. 1ª Edición.
- Casanova, M., Ortega, I., López, Ma., Vázquez, Ma. (1989) Ser mujer. México. Kairos.
- Chaves, M. (1998) Feminidad y Masculinidad: Subjetividad de orden simbólico. Madrid. Biblioteca Nueva.
- De la rosa, E. (2005) Violencia en el Noviazgo: en Nombre del Amor. En: [http://www.informatepr.com/violencia\\_noviazgo.html](http://www.informatepr.com/violencia_noviazgo.html). Consultado el 13 de octubre del 2009.
- Delgado, K. (2008) Violencia contra la mujer en la relación de pareja, frecuencia, factores asociados e impactos en la salud. Tesis doctoral. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Díaz-lovingn, R. Comp. (1999) Antología social de la pareja. México. Porrúa.
- Díaz-lovingn, Rivera (2002) La cultura del poder en la pareja. México. UNAM.
- Díaz-lovingn, Sánchez Comp. (2004) Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja. México. UNAM.
- Echeburua, Fernández. (2001) Celos en la pareja: una emoción destructiva: un enfoque clínico. Barcelona. Ariel. 1ª Edición.
- Fernández, J. (1996) Varones y mujeres: Desarrollo de la doble realidad del sexo y el género. Madrid. Pirámide.

Ferreira, G. (1992) Hombres violentos, mujeres maltratadas: aportes a la Investigación y tratamiento de un problema social. En: <http://www.institutodesexologia.org/Deteccion%20violencia%20noviazgo%20FERREIRA.pdf> . Consultada el 29 de mayo del 2009

Fisher, H. (2000) El primer sexo las capacidades innatas de las mujeres y como están cambiando el mundo. Buenos aires. Santillana.

France, M. (2006) Mujeres maltratadas: Los mecanismos de la violencia en la pareja. Barcelona. Paidós.

García, A. (2004) Genero y desigualdad la feminización de la pobreza. Madrid. Comillas. 1ª Edición.

Gerza (2000) Dinámicas de grupo en: <http://members.fortunecity.com/dinamico/index.html>. Consultada el 1 de septiembre del 2009.

Hidalgo, S.K. (2007) Erotismo Intimidad y Amor. México. Textos Mexicanos.

Lachaud, D. (1998) Celos: Un estudio psicoanalítico de diversidad. Argentina. Nueva visión.

Lavín, A. (2008) Propuesta de campaña social de sensibilización y prevención de la violencia en el noviazgo. Tesis de licenciatura. Facultad de ciencias políticas y sociales. Universidad Nacional Autónoma de México. México.

Márquez, S. (2006) Propuesta de un taller para incrementar la autoestima en la pareja. Tesina de licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de México. México

Organización Mundial de la Salud. OMS (2005) Estudio Multipais de la OMS sobre salud de la mujer y violencia domestica. Tomado de la página electrónica:

[http://www.who.int/gender/violence/who\\_multicountry\\_study/summary\\_report/summaryreportSpanishlow.pdf](http://www.who.int/gender/violence/who_multicountry_study/summary_report/summaryreportSpanishlow.pdf) .Recuperado el 29 de mayo del 2009.

Poy, L. (2008) Sufre violencia en el noviazgo más de 70% de los mexicanos. Tomado de la página electrónica del periódico la Jornada. En: <http://www.jornada.unam.mx/2008/07/23/index.php?section=sociedad&article=046n1soc>. Consultada el 29 de mayo del 2009

Ríos, R.; Lezama, M. (2002) La mujer latina y el amor. México. Diana. 1ª Edición

Scarano, A. (2000) Las huellas del Edipo. En: G:\violencia dec unam\Las huellas del Edipo en la elección de pareja++VITAE Academia Biomédica Digital.mht. Consultada el 31 de julio del 2009.

Stevens, J. (2003) El darse cuenta: sentir, imaginar y vivenciar. Ejercicios y experimentos en terapia Gestálti le. Cuatro vientos.

Velázquez, S. (2006) Violencias cotidianas, violencia de género. México. Paidós.

William, J. (2000) 100 ejercicios para dinámicas de grupo: una estrategia de aprendizaje. Barcelona. McGraw Hill

Yela, C. (2000) El amor desde la Psicología: Ni tan libres, Ni tan racionales. Madrid, Pirámide.

ANEXOS

**ANEXO 1 EVALUACIÓN INICIAL**  
**(PRE-TEST “QUE ES VIOLENCIA”)**

1.- Defina con sus propias palabras el concepto de violencia.

2.- Mencione los tipos de violencia que usted conoce

3.- Mencione cuales son los efectos que tiene la violencia en la mujer

4.- Considera que alrededor de la violencia existen algunos mitos.

5.- Seleccione si la siguiente frase es Falsa o Verdadera

“Las mujeres maltratan igual que los hombres y, por lo tanto, los hombres maltratados por las mujeres constituyen un problema tan grave como el de las mujeres”

a) Falso

b) Verdadero

6.- Seleccione si la siguiente frase es Falsa o Verdadera

“Los hombres que maltratan a las mujeres son enfermos mentales, en un porcentaje muy amplio de los casos”

a) Falso

b) Verdadero

7.- Defina con sus propias palabras el concepto de pareja.

8.- Defina con sus propias palabras el concepto de género.

9.- Defina con sus propias palabras el concepto de rol sexual.

10.- Considera usted que género y rol sexual tienen un mismo significado.

**ANEXO 2 EVALUACIÓN FINAL**  
**(POSTEST “QUE ES VIOLENCIA”)**

- 1.- Defina el concepto de violencia
- 2.- Mencione los diferentes tipos de violencia que existen y describa cada uno de ellos.
- 3.- Que efectos tiene la violencia en la mujer
- 4.- Menciona 5 mitos que existen alrededor de la violencia.
- 5.- Realiza un esquema del ciclo de la violencia
- 6.-Define el concepto de pareja
- 7.-Menciona por lo menos 5 pasos para identificar la violencia de la Rosa.
- 8.- Considera usted que el enamoramiento y el amor en la relaciona de pareja tiene un mismo significado
- 9.-Define el concepto de género
- 10.- Define el concepto de rol.

### ANEXO3 CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DEL TALLER

El presente cuestionario tiene la finalidad de hacer que reflexiones acerca de los conocimientos que has adquirido y que impacto está teniendo en tu vida. Para lo cual te pedimos que contestes sinceramente las siguientes preguntas.

- 1.- ¿Qué cosas nuevas aprendiste en el taller?
- 2.- ¿Crees que el taller le dio un nuevo significado a tu vida?
- 3.- ¿Ha cambiado tu manera de pensar acerca de tus relaciones de pareja después del taller?
- 4.- ¿Consideras que el taller a influido de forma positiva en tu vida? ¿Por qué?
- 5.- ¿Por qué es importante conocer acerca de la violencia contra la mujer?
- 6.- ¿Te gustaría participar nuevamente en otros ca.. Chi talleres de este tipo?
- 7.- ¿Cómo te pareció el taller?  
Excelente\_\_\_\_. Bueno \_\_\_\_\_.Regular \_\_\_\_\_.Malo\_\_\_\_\_.
- 8.- ¿Que sugerencia tienes para el taller?
- 9.- ¿Cómo te pareció la participación del (o los) instructor(es)?  
Excelente\_\_\_\_. Bueno \_\_\_\_\_.Regular \_\_\_\_\_.Malo\_\_\_\_\_.
- 10.- ¿Que sugerencias tienes para el taller?

## ANEXO 4 CANCIÓN EL FINAL DEL CUENTO DE HADAS (CHOJIN, 2006)

Sé que no le gusto a tus padres, pero ellos qué saben, no eres tan pequeña y yo no soy tan grande,  
Te he demostrado que te quiero durante este tiempo, acepta mi anillo, cástate conmigo.  
Es precioso, claro que acepto mi vida.  
Oh, me haces tan feliz, sé que eres mía, estabas destinada a mí lo supe desde el primer día, abrázame,  
comparte mi alegría.  
Así comenzó el cuento de hadas, ramos de flores, bombones, paseos y dulces miradas, lo que opinen los  
demás no vale nada, un hombre bueno mantiene a una mujer enamorada.  
Los días pasan como en una fábula, vestidos de novia, lista de boda, planes, nueva casa, ella es la reina,  
ella es el ama, ella le ama, ella le aguanta...  
Quizás no deberías beber tanto...  
¿Me estás llamando borracho?  
No, no, claro  
Pues cállate mujer ¿eh? Que yo sé bien lo que hago, anda sube al coche y borra esa cara de inmediato.  
Claro...Ella y él se casan, el tiempo pasa, una llamada...  
Mamá, estoy embarazada :-)  
No hay mayor motivo para ser feliz que un niño,  
Él lo celebra saliendo con sus amigos  
¿Dónde has estado? Me tenías muy preocupada  
No empieces...  
¿Por qué no coges mis llamadas?  
No empieces  
Es que siempre me dejas sola en casa  
Y vuelves a las tantas, además, ¿hueles a colonia barata?  
Calla!!  
El primer golpe fue el peor, no tanto por el dolor como por el shock de la situación, esa noche él duerme  
en el sofá, ella no duerme nada, sueños rotos, lágrimas en la almohada... :-)  
Quién iba a decir que sería así... el final del cuento de hadas  
Todo iba bien hasta que llegó... el final del cuento de hadas  
Nunca pensó que podría pasar... el final del cuento de hadas  
A otra ella le tocó vivir... el final del cuento de hadas...  
Perdóname por lo de ayer, no sé qué paso... Es que no sé, es el estrés del trabajo, el cansancio, estaba  
un poco borracho, perdóname, lo siento, sabes que te amo...  
Tras unos días ella recuerda el tema, como si fuera una lejana pesadilla, pensó en contarlo a sus amigas,  
pero no lo entenderían, además, son cosas de familia.  
Él me quiere, esas cosas pasan, y es verdad que a veces soy un poco bocazas...  
Nace el bebé, una pequeña preciosa, pero él quería un niño y echa la culpa a su esposa...  
Lo haces todo mal, y esta gorda, ¿cómo pretendes que no me vaya con otras?  
Pero...  
Pero nada, todo el día en casa acumulando grasas, y no eres capaz de tener la cena preparada  
Pero...  
Calla  
Pero...  
Calla, mira, no me obligues a que lo haga  
Pero...  
Calla, te avisé, ahora habla  
Esta vez no se supo controlar, ella acaba en el hospital, tras tres días por fin escucha a sus amigas, y  
denuncia a la policía su tortura. La vida vuelve a sonreírle poco a poco, ella y la niña rehacen sus vidas  
casi del todo, un nuevo chico, un nuevo trabajo, un nuevo futuro, en un nuevo barrio, pero el papel de un  
juez no es suficiente para detenerle a él, y un día de vuelta al portal, él la espera con un puñal, y le  
acuchilla, doce veces...  
Fue el final del cuento de hadas, un cuento real que se cuenta en cada ciudad, cada semana, es la nueva  
plaga, es el final del cuento de hadas...

Quién iba a decir que sería así... el final del cuento de hadas  
Todo iba bien hasta que llegó... el final del cuento de hadas  
Nunca pensó que podría pasar... el final del cuento de hadas  
A otra ella le tocó vivir... el final del cuento de hadas...  
El final del cuento de hadas...