



UNAM IZTACALA

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

**“Factores psicológicos que desencadenan la violencia
hacia la mujer durante el noviazgo”**

T E S I S I N A
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A
Rosa Estela Pérez Uribe

Directora: Lic. **María del Rosario Guzmán Rodríguez**

Dictaminadores: Lic. **Juana Olvera Méndez**

Mtra. **María Cristina Bravo González**



Los Reyes Iztacala, Edo. de México, 2012



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

“FACTORES PSICOLOGICOS QUE DESENCADENAN LA VIOLENCIA HACIA
LA MUJER DURANTE EL NOVIAZGO”

Capitulo 1. Formación de género.	8
1.1 Género.	8
1.1.1 Asignación.	12
1.1.2 Rol.	15
1.1.3 Identidad.	23
1.2 Feminidad.	29
1.3 Masculinidad.	33
Capitulo 2. Noviazgo y pareja.	38
2.1 El noviazgo	39
2.2 La pareja durante el noviazgo.	49
2.3 El concepto de noviazgo y la pareja	56
2.4 Etapas del noviazgo	61
2.5 Cuando el amor es odio.	64
2.6 Acuerdo de pareja.	70
Capitulo 3. Violencia de género.	75
3.1 Violencia en la pareja.	83
3.2 Definición	89
3.3 Tipos de violencia.	92
3.4 Ciclo de la violencia.	103
3.5 Cómo se presenta la violencia en el noviazgo.	105
3.6 Celos .	107
3.7 Manipulación.	112
3.8 Demostración de poder.	115
Capitulo 4. Factores Psicológicos.	121
4.1 Inseguridad.	128
4.2 Violencia familiar.	134
4.3 Desvalorización.	142
4.4 Autoconcepto negativo.	146

Capítulo 5. Conclusiones.	152
Bibliografía.	160
Anexos.	169

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo conocer los factores psicológicos que desencadenan la violencia hacia las mujeres durante el noviazgo. Para llevarlo a cabo se revisó teóricamente la formación de género, feminidad, masculinidad, conformación del noviazgo y ciclo de violencia.

A partir de los antecedentes se buscaron los factores que influyen como detonantes de violencia tales como inseguridad, desvalorización, autoestima además de buscar los perfiles de la víctima y del victimario.

Al concluir se llevó a cabo la “Entrevista Clínica Multimodal” en la cual se basó para obtener las conclusiones y obtener el punto de vista tal cual de mujeres que son víctimas de violencia dentro del noviazgo así como de los agresores. Al saber cuales son las causas que desencadenan la violencia se ponen soluciones a tiempo y no existe problema alguno al decir socialmente: me equivoqué.

INTRODUCCIÓN

El comportamiento del ser humano es bastante complejo, esto va relacionado con el papel que cada uno juega dentro de la sociedad para así saber hacia dónde va. Lamas (1996) menciona que el trabajo del hombre o de la mujer es determinado por la división de géneros. De esta manera se destaca que no todas las tareas son específicas de un solo sexo.

La identidad de género es la igualdad a sí mismo, la unidad y persistencia de la individualidad (Money y Ehrhardt, 1972). De esta manera el género permite entender la percepción de la vida propia y la forma en que se construyen sus valores (Sapién, Córdoba y Salguero, 2010). Todas las personas se desenvuelven en diversos escenarios teniendo diversos roles.

El sexo se convirtió en uno de los principales criterios para estructurar la sociedad y con el paso del tiempo estos roles fueron estereotipándose. De esa manera la masculinidad tiene más aceptación y valoración social que la feminidad porque los roles estereotipos asignados al varón van adquiriendo mayor prestigio y estatus que los de una mujer.

La masculinidad es la representación social del ser hombre y está determinada por el contexto sociocultural que exige ciertas formas de comportamiento y prohíbe otras mientras que el ser mujer determina una manera propia de actuar y de pensar.

Las mujeres son moralmente diferentes que los hombres ya que se encuentran dentro de una ética basada en la protección y el cuidado de otros (Bronwyn, 1989). Dentro de las familias se desarrolla este papel y se transmite de generación en generación.

Hay una preferencia profunda de lo femenino por lo continuo y una preferencia profunda de lo masculino por lo discontinuo (Alberoni, 2006). La mujer busca una relación estable, duradera, basada en la verdad y como lo marcan desde pequeñas "amor verdadero", sin embargo al enfrentarse a la realidad es algo totalmente diferente.

Una de las características del poder masculino es una combinación de benevolencia y violencia, elementos que parecen estar entrelazados como si no fueran contradictorios (Bronwyn, 1989). Esta es una manera que el hombre adquiere para poder relacionarse dentro y fuera de su hogar ya que trata de ser

amable, empático, persistente pero al mismo tiempo pone en claro que tiene una función específica en la cual es dominante, fuerte y seguro.

En base a esto, el objetivo de la presente tesina fue conocer los factores psicológicos que desencadenan la violencia hacia las mujeres durante el noviazgo.

Con este objetivo se pretendió analizar dichos factores en la relación de noviazgo para así prevenir, detectar y desensibilizar a las personas que están dentro de estas situaciones.

Hoy en día la violencia está tan presente que no hay país ni comunidad a salvo de esta a tal grado que se percibe como un componente ineluctable de la condición humana hecho que en lugar de reaccionar aceptándolo deberíamos de prevenirlo. Suele considerarse que los profesionales de la salud solo tratan las consecuencias de situación que se tienen que cambiar.

La violencia (física, verbal o psicológica) en el noviazgo es una situación de carácter serio que no respeta estratos sociales, culturas, ni rangos de edades (Escoto, González, Muñóz y Salomon, 2007). Este tipo de situaciones se presentan tanto en familias de nivel económico alto, con cultura, educación y reglas sociales establecidas al igual que dentro de familias con bajos recursos. Sea la situación económica sustentable o no, se justifica al hombre ya que “se encuentra estresado”, “pasa por situaciones difíciles”, “tuvo un mal día”, entre otros, la agresión puede ser evidente y la novia se refugia al decir “lo hace porque me quiere” o “yo propicié dicha situación”. Tiempo después comienza la reconciliación y con palabras o regalos “todo se olvida”.

Dentro del conjunto social los hombres al ser considerados más valiosos y poderosos desarrollan un tácito derecho a dominar a las mujeres; algunos suelen amenazarlas diciendo: “si me dejas, me quitaré la vida”, “no soporto pensar que otros te toquen”, “no puedo vivir sin tí” y ellas llegan a pensar que son palabras que revelan el gran amor que les tiene su pareja (Ferreira, 1992).

Este tipo de situaciones pueden llegar a sonar cursis, sin embargo dentro de una relación en la que se trata con violencia a la mujer, esto es muy común, la novia busca diversos motivos y explicaciones por la manera en que se comporta su pareja haciendo referencia a que la quiere tanto que es capaz de dar su vida por ella y que nadie haría algo así. Aquí notamos como existe una manipulación por parte del hombre y comienza a trabajar indirectamente

en la manera de pensar de la mujer, haciéndola codependiente; poco a poco va manejando su manera de pensar y actuar, ya que con esto en un futuro tendrá mayor dominio (indirecto al inicio) sobre la persona, haciendo de esto una manera rutinaria de convivir.

Existen millones de mujeres maltratadas en el mundo, esto se desencadena en algunos momentos o circunstancias especiales, con frecuencia una mujer que vive con violencia durante el noviazgo se encuentra en estado de alerta, necesita refugio o compañía (del sexo opuesto) además de que comienza a inhibir su expresividad (Ferreira, 1992).

Cuando la relación comienza todo es agradable, el mundo es perfecto, la vida es hermosa y no se ve ninguna falla dentro del horizonte, sin embargo algunas frases son las que desencadenan agresión, al inicio pueden ser bromas o comentarios inadecuados ante situaciones inesperadas pero con el tiempo esto comienza a ser parte de la relación. Si la mujer hace notar que está a disgusto y directamente le dice a su pareja que está molesta por lo que dijo o por lo que hizo, él argumentará que lo hace porque la quiere, pidiendo así una disculpa por la situación; sin embargo con el paso del tiempo esto sigue y las agresiones comienzan a ser más directas e incluso más frecuentes.

Es momento de cuestionar los tabúes y los sentimientos de inevitabilidad que rodean al comportamiento violento y alentar a ampliar nuestro conocimiento de este fenómeno tan complejo ya que el conocimiento es la mejor arma para superar la apatía y la resistencia.

Con esta investigación se ayudará para que en un futuro se tengan relaciones interpersonales adecuadas y de esta manera las parejas establezcan una relación sana y se vea reflejado a nivel de salud física y psicológica.

En la investigación se encontró que la familia es la base fundamental para el desarrollo interpersonal. La formación del concepto de ser mujer se queda en lo sutil, amoroso y abnegado. La masculinidad es sinónimo de seguridad y fuerza. En base a estos modelos es que se construye un ideal de pareja que la misma sociedad demanda.

El noviazgo es una parte importante de la vida en la cual se aprenden diversas habilidades y se tiene objetivos por cumplir entre los cuales están: una relación formal, el matrimonio y la formación de una familia.

En la relación de pareja la mujer se entrega por completo pensando que ha encontrado al hombre ideal e inconscientemente él está en sus planes. Sin embargo el hombre solo piensa en el momento y en sus planes únicamente se encuentra él, no se preocupa por cumplir con el compromiso social como la mujer que en su caso es el matrimonio antes de cierta edad.

Existen diversos tipos de relación sin embargo a pesar de que hagan uso de malas palabras (a solas o en público) lo que cuenta es la intención; a partir de ahí es que emerge la violencia hacia la mujer.

Algunos factores que desencadenan la violencia son la drogadicción, el alcoholismo, la inestabilidad emocional, el comportamiento emocional, la baja autoestima, la desvalorización, la inseguridad, la manipulación, los complejos de culpa y las creencias religiosas tanto como los usos y costumbres que se tienen dentro de la sociedad mexicana: machismo, sumisión y dominación.

1. FORMACIÓN DE GÉNERO

Los seres humanos se caracterizan por la necesidad que tienen de relacionarse. A partir de la comunicación se construye todo ya que de no existir, no entenderíamos lo que se busca, lo que sienten, no se podría entablar ninguna relación social. Tanto hombres como mujeres buscan llamar la atención dentro de un círculo social, es por eso que como personas siempre se busca destacar en algo.

Los hombres y las mujeres son diferentes no sólo porque tienen un sexo inicial distinto, sino también porque su socialización es diversa, ya que a partir de las diferencias sexuales se construyen culturalmente entre unas y otros desigualdades personales y sociales (Carrillo y Duarte, 2009). Al nacer comienzan con la identificación social perteneciente al sexo que tiene, es decir si es niño se busca lo relacionado con él, principalmente se destaca el color azul, por otro lado si es niña se destaca el color rosa pero a ambos se les ve con ternura y se les habla de manera suave, tierna, mimada.

Cuando comienzan a crecer se van identificando con personas pertenecientes al mismo sexo con las que conviven a diario y poco a poco se integran a socializar como una nueva persona la cual decide y actúa conforme a las normas sociales que se tienen y las que se irán adquiriendo con el paso de los años.

1.1 Género

En México la percepción que se tiene de la mujer es de diferencia con respecto a los hombres; es decir desde la antigüedad se trataba de forma diferente a unos y otros. La cultura de nuestro país es muy extensa pero a pesar de esto, se tienen algunos tabús sobre la perspectiva y el concepto de ser mujer. En la antigüedad no se permitía que la mujer expresara en ningún sentido, tenía que obedecer a la cabeza de su familia (padre, esposo, hermano, hijo) un varón. El concepto de los hombres dentro de la misma cultura ha sido diferente, se le otorga el poder; y la gran responsabilidad de proveer la familia, sin embargo esta responsabilidad es compartida (no socialmente) con la mujer.

Al ser la mujer quien se encarga de la asignación de tareas dentro del hogar, es ella quien toma las decisiones sin embargo la percepción social es que el hombre es quien ordena y manda.

El papel que juega el ser humano en cada contexto es diferente; con esto se comienza a hacer la diferenciación entre hombres y mujeres, es decir hacemos diferencia de género. En la vida cotidiana se utiliza la palabra "género" y sus derivados de manera indistinta (García-Vega, Fernández y Rico, 2005) y se asocia a pertenecer al sexo masculino o femenino, es decir ser hombre o mujer.

Debemos de tener clara la definición de género, en un primer momento "género" se define como una categoría compleja en la que los componentes histórico-sociales y sexuales se interrelacionan en diferentes niveles; se trata de un concepto que da cuenta de las construcciones sociales elaboradas con base en las características biológicas; pero que trasciende a los esquemas de percepción, uso y apropiación de los elementos de la cultura de la mujer y, actualmente, del hombre (Carrillo y Duarte, 2009), es decir nacemos con un sexo (masculino o femenino) y poco a poco se van adquiriendo y desarrollando habilidades determinadas de cada grupo, sin poner en tela de juicio la pertenencia al sexo que se tiene, no se juzgan las actividades que se desempeñan pero sí se tienen atribuciones para llevarlas a cabo.

Respecto a esto Hernández y Romero (2011) definen al género como un elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias que distinguen los sexos, de tal forma que el género es una forma primaria de relaciones significantes de poder; si no existieran estas diferencias sería descabellada la manera de interactuar ya que se entraría en conflicto desde aspectos insignificantes, los cuales llevarían a tener consecuencias desastrosas dentro del círculo que se desenvuelve. Este concepto alude a las formas históricas y socioculturales en que hombres y mujeres construyen su identidad, interactúan y organizan su participación en la sociedad (Hernández y Romero 2011).

En cada región se tienen diversas concepciones acerca del papel que desempeña tanto la mujer como el hombre dentro de la cultura así como la manera de relacionarse, lo cual influye en el desarrollo psicológico del individuo. En una comunidad zapoteca de Oaxaca, las mujeres se levantan a

las 4 de la mañana, van por leña, por maíz, realizan las actividades de su hogar, cuidan a sus hijos y atienden a su esposo, el cual menciona que su pareja es una mujer que no trabaja lo suficiente, por consiguiente si no realiza las actividades de manera adecuada según su esposo, se somete a maltrato físico, no puede defenderse ni decir que está en desacuerdo ya que debido a sus costumbres “no se le puede contradecir a su esposo, el proveedor del hogar”. Antes que nada están las costumbres y las reglas que son determinadas por el padre y esposo de la persona que se casará, ellos deciden por la mujer y no se pone a consideración de nadie más.

Cerca del puerto de Veracruz se tiene una costumbre dentro de las familias, el padre puede vender a sus hijas al hombre que crea adecuado (sea de la comunidad o no) en el precio que crea conveniente y ellas no pueden decir si están o no de acuerdo, simplemente se lleva a cabo el trato. La mujer tiene cierta “garantía” y si por alguna situación no hace lo que su esposo le diga, la puede regresar y pedir su paga ya que “no es lo que le ofrecieron y será la burla de todo el pueblo”.

En la Ciudad de México también se aprecian ciertas costumbres que se tiene con las mujeres, esto es desde el nivel socioeconómico bajo hasta el nivel alto; en algunas familias de ambos niveles económicos, la mujer tiene que acatar las reglas que diga su pareja, desde la vestimenta que debe usar, los lugares a los que debe asistir, la hora en que debe de realizar sus actividades, las amistades que debe tener, la frecuencia con que visite a su familia o amigos, el uso “adecuado” que debe darle al dinero y poco a poco van convirtiéndose en mujeres temerosas ante cualquier situación.

De esta manera corroboramos que no se le da un lugar a la mujer, simplemente se le trata como un objeto sin interesar lo que sienta, lo que piense o lo que quiera hacer de su vida, como lo expresan Hernández y Romero (2012): en cuanto al género las mujeres tienen peor percepción de su calidad de vida que los hombres, refiriéndose a que otras personas son las que deciden por ellas, no ponen en claro la situación de la mujer, simplemente actúan como ellos lo consideran correcto, siguiendo costumbres o reglas sociales. Con esto vemos como la producción de formas culturalmente apropiadas respecto al comportamiento de los hombres y las mujeres es una función central de la autoridad social y está mediada por la compleja

interacción de un amplio espectro de instituciones económicas, sociales, políticas y religiosas (Lamas, 2000).

Podemos hacer referencia a que aún en este tiempo, dentro de ciertas comunidades e incluso en la misma ciudad, se toma de manera seria y con respeto lo que dicen las instituciones religiosas, para esto tomaremos dos ejemplos: en el caso de los católicos, se toma en cuenta y se respeta lo que dice el sacerdote, el padre de familia y/o el esposo:

- “...es la cruz que te tocó cargar...”
- “...en el cielo tendrás tu recompensa...”
- “...las buenas esposas obedecen a su hombre..”

y en el caso de los cristianos, (pastores y esposos) dicen:

- “...primero Dios, luego yo (hombre), después tú y tus hijos...”
- “...como el buen esposo que soy me tienes que respetar...”.

Si una mujer apegada a su religión no lleva a cabo lo que “debe ser”, la sociedad la tachará de inmoral ya que está en contra de todo lo que se estipula para tener una familia con valores, respeto y buena educación, es decir una familia modelo e incluso envidiable, sin embargo no se da cuenta que es maltratada y que se puede tener una concepción diversa del respeto hacia ella y sus semejantes, dejando en claro que el hombre es quien tiene el dominio y poder sobre todas las cosas.

Cazés (2000) señala que la perspectiva de género responde a la necesidad de abordar de manera integral, histórica y dialéctica, la sexualidad humana así como sus implicaciones económicas, políticas, psicológicas y culturales en la vida social.

Esta manera integral en la cual se expone la sexualidad, va determinada de las bases, conceptos y reglas que se imponen dentro de la familia o comunidad, es decir se llegan a ciertos acuerdos sin palabras ya que desde pequeños se va adquiriendo una concepción para cada ser humano (hombre y mujer) poniendo al macho como el más fuerte, determinante, zagas, con total racionalidad además de poder y de esta manera manejar a la hembra como sumisa, sin poder, sin respeto, con obligaciones así como responsabilidades asignadas por una persona capaz, es decir, un hombre.

1.1.1 Asignación.

Al hablar sobre la asignación de género, se piensa en ser hombre y mujer, esto es una manera general de ver a ambos sexos ya que cada uno está constituido fisiológicamente para algo en específico. A partir del sexo biológico, en el momento del nacimiento se define al sujeto como niño o niña, como masculino o femenino, y entonces se le asigna el género: masculino o femenino, hombre o mujer. Así, en función del mandato cultural de lo que se ha establecido para hombres y para mujeres, se deciden las posibilidades de acción e interacción que las personas podrán desempeñar en las relaciones sociales, económicas y políticas que encuadren sus vidas. (Cazés, 2000).

Para la antropología el género es un elemento constituyente de los sistemas simbólicos propios a cada cultura que permite entender la variedad de los significados de lo masculino y de lo femenino (Carrillo y Duarte, 2009).

Esta manera de ver al género está totalmente ligada al pensamiento que se tiene desde la antigüedad hasta hoy en día, como individuos hemos evolucionado, sin embargo nuestra cultura está regida por bases fundadas en el machismo y en un pensamiento cerrado respecto a las apropiaciones e incorporación de la mujer dentro de la sociedad, se ha tratado de incorporar la igualdad tanto de derechos como de obligaciones pero la cultura y la historia es lo que pesa dentro del pensamiento.

Como consecuencia de todos los cambios sociales, económicos y culturales, las identidades de género están inmersas en un proceso de constantes resignificaciones, también como producto del movimiento feminista de mediados del siglo pasado que favoreció la emergencia de nuevas identidades femeninas y masculinas que cuestionaron el orden patriarcal, lo que a su vez conllevó que esa resignificación genérica haya representado para los hombres y mujeres enfrentarse a la problemática de ajustarse al cambio en diversos sentidos (Rojas, 2011).

Estos cambios sociales que se han presentado han mantenido un significado determinado para la mujer, a partir de los años 60's comienzan con una "revolución feminista" ya que desde ese momento la mujer comienza a tener decisión y concepción diferente sobre su cuerpo y principalmente si quisiera o no tener hijos ya que es cuando los anticonceptivos comienzan a destacar, la mujer se ve diferente, se siente con poder sobre su cuerpo, es

libre y sabe hacia a dónde va; estas ideas tienen una parte que va en contra de lo que socialmente estaba estipulado, es decir, no eran bien vistas en su entorno, las tachaban de inmorales y libertinas, en un futuro era difícil que pensarán en tener un “buen matrimonio” porque iban en contra de lo moral.

Desde los puntos de vista social, cultural e histórico que enfoca la perspectiva de género, en esta sociedad patriarcal se reconocen dos géneros: el femenino y el masculino (Cazés, 2000).

Los estereotipos de género se manifiestan tanto en lo social como en lo individual (Hernández y Romero 2011), esto lo podemos ver en un gimnasio o club deportivo, dentro de los cuales existen diversas actividades para las cuales hay personal capacitado para los usuario.

Por ejemplo, dentro del área de pesas existen entrenadores (hombres) los cuales hacen una evaluación física y dependiendo de la evaluación y los objetivos del usuario, se establece una rutina de ejercicio; en actividades como box, spinning, kick boxing y taekwondo los instructores (hombres) ponen rutinas estandarizadas para el grupo, es decir para principiantes, intermedios y avanzados, en el caso de actividades relacionadas al baile (latino, salón, son cubano, bachata, etc.) los profesores llevan rutinas establecidas para cada ocasión y grupo de personas.

Generalmente se tienen clases llenas con profesores del sexo masculino ya que se piensa que tienen mayor rendimiento dentro de rutinas físicas y que son aptos para desempeñar su trabajo dentro del grupo o de manera individual ya que a pesar de que existen mujeres instructoras, no se tienen las mismas oportunidades para destacar al igual que un hombre, una mujer tiene que luchar por obtener el reconocimiento dentro de ese medio e incluso en escuelas que preparan y certifican a instructores, se hace hincapié en eso.

Como usuarios de estos centros deportivos se dice:

- “...es mejor tomar con el profesor de las 6 que con la maestra de las 7...”
- “...¿cree que por ser la maestra le voy a obedecer?...”
- “...ese maestro es efectivo...”
- “...es mujer, no le hecha las mismas ganas...”

estos son comentarios que hacen en la mayoría mujeres. Este ejemplo enmarca lo social y lo individual ya que cada persona se ve inmersa en el grupo y al mismo tiempo se preocupa por sus cosas de manera individual.

Se han realizado estudios acerca de la influencia del género dentro de la terapia de pareja, en los cuales se ha demostrado que los terapeutas (hombre y mujer) interrumpen tres veces más a las pacientes femeninas que a los masculinos (Reyes y Días, 2008), esta particularidad se toma como referencia ya que como se menciona, debido a las costumbres y a la historia que como individuos tenemos, es difícil dejar a un lado el pensamiento de que “la mujer muchas veces comete ciertos errores”, haciendo que la actitud que toma el hombre sea justificada. Inconscientemente se le da al hombre una totalidad para expresarse y cuando le corresponde a una mujer hacerlo es criticada de muchas maneras.

Un tema controversial hasta el día de hoy es el aborto, Provida, Instituciones Religiosas y algunos partidos políticos mencionan estar en total desacuerdo ya que es una “persona” a la cual se le está privando del “derecho a la vida”, hombres y mujeres hacen mención a esto, pero jamás le preguntan a una mujer embarazada qué es lo que quiere o que es lo que piensa, simplemente deciden que es lo mejor para el bienestar de la comunidad.

Al hablar de la comunidad es únicamente cuando se ve a la mujer como participante de la misma pero al tratar el tema directamente se observa la manera en que la excluyen (hombres y mujeres) a pesar de que una mujer es dueña de su cuerpo. No se le atribuye la toma de decisión solo al hombre, sino que se hace mención a que dentro de esta sociedad que se encuentra bajo un régimen machista, involucra y modifica el pensamiento que la mujer tiene hacia sí misma.

El género no sólo describe y prescribe comportamientos, actitudes y cogniciones, sino que le provee al sujeto una identidad, desde esta perspectiva es un producto del vínculo cultural y del poder (Carrillo y Duarte, 2009), poder que se ejerce y pasa por encima de los derechos, la libertad, la decisión y el pensamiento de la mujer.

En el proceso de formación de hombres y mujeres participan la familia, la comunidad y las instituciones: la escuela, el campo deportivo, el centro de trabajo y todos los organismos sociales apoyados en los medios de

comunicación masiva (Cazés, 2000), dentro de los cuales se da una perspectiva de lo que significa ser mujer y ser hombre, esto va más allá de una simple definición, son estilos de vida, actividades, estereotipos y maneras generales en que se debe de actuar e inmiscuirse para pertenecer al género correspondiente.

Finalmente podemos decir que la asignación de género es una construcción social, que ha servido para definir y construir las reglas sobre las que ha de asumirse el ser mujer y ser hombre (Reyes y Díaz, 2008), reglas que se imponen ante casi cualquier situación económica, política y social, sin embargo a pesar de tratar de incorporar a la mujer dentro de un ámbito donde exista la equidad, se sigue sometiendo a algunos abusos de parte del sexo que se considera como “el más fuerte”, físicamente un hombre tiene más condición para realizar algún trabajo, de la misma manera que una mujer realiza actividades en las cuales destaca, por lo tanto, ambos trabajos deben ser reconocidos y valorados por igual.

Hernández y Romero (2011) mencionan que cuando se habla de perspectiva de género se hace alusión a una herramienta conceptual que busca mostrar que las diferencias entre mujeres y hombres se dan no sólo por su determinación biológica, sino también por las diferencias culturales asignadas a los seres humanos. Dentro de estas diferencias culturales no se pierde el patrón: modelos machistas que a pesar de tener otra concepción dentro de cada cambio social, el ser mujer sigue encasillado y similar al que se tenía desde hace 30 años.

1.1.2 Rol

Dentro de la familia mexicana tenemos costumbres y tradiciones establecidas pero a pesar de ello, todo se encuentra vinculado y regido por una persona en específico: el varón.

Durante siglos, en México se han construido (igual que en otros contextos) estereotipos masculinos que caracterizan a los hombres como proveedores del hogar, jefes de familia y, en cierta medida, los que toman las decisiones (INMUJERES, 2007), desde las familias rurales se ve esto, los padres de familia tienen la responsabilidad de “organizar” e ir a trabajar para traer alimentos y resguardar a su familia (aunque como se menciona

anteriormente, en ciertas comunidades las mujeres tienen el deber de salir por algunas provisiones para el hogar), esto según las costumbres, habla bien de la cabeza del hogar. En las ciudades se ven cosas similares pero con diversos aspectos, los padres de familia salen a trabajar, son los encargados de ver por el futuro de la familia, el trabajo que desempeña es reconocido por toda la sociedad ya que esto se ve reflejado en la manera de comportarse de su familia dentro y fuera del hogar.

Las mujeres son las que asumen la mayor parte de la tarea doméstica y de atención de los hijos, especialmente cuando estos son pequeños (Gómez, 2004), cuando la mujer labora generalmente se dedica al hogar y en el caso de tener hijos, a su familia, debe de mantener un equilibrio dentro del contexto familiar y estar al tanto de las necesidades de todos los miembros, especialmente de su pareja ya que como se ha mencionado es la base, es el jefe de familia. Las funciones que desempeñan el hombre y la mujer se encuentran inmersas y están en constante cambio ya que juegan diversos papeles, es decir, roles.

Reyes y Díaz (2008) hacen una interrogante sobre las funciones que tiene un hombre y las de una mujer: ¿Qué involucran estos roles de género tradicionales? acrecentar la dominante oposición y dicotomía entre hombres y mujeres, de acuerdo con estos roles se considera mujer si se es sensible, emotiva, cálida, empática, si responde a las necesidades del otro antes que a las propias, dedicada a la crianza de los hijos y administración del hogar, orientada a la expresividad. Generalmente dichas funciones se encasillan en un solo género, pero no quiere decir que sean exclusivamente de él.

Al decir simplemente la palabra “mujer” se piensa en calidez, confianza, ternura y comprensión, esto dentro de las mismas mujeres es un apoyo ya que se entiende que las amigas son para apoyarse ante cualquier situación, para hablar de cosas privadas y si esto se hace con una persona del mismo sexo, con los hombres se espera que tengan mayor sensibilidad pero al mismo tiempo que se les brinde un apoyo en circunstancias ajenas a ellas.

Dentro de la familia se debe resaltar el apoyo que existe de la madre, es decir tiene que ser una esposa dedicada al hogar, tener una casa limpia, ordenada, organizar gastos, saber que se requiere para cada integrante de la familia, debe de ser una mamá que esté pendiente de sus hijos, ver qué

necesidades tienen, cuáles son los problemas por los que están pasando -y ayudarlos-, ser al mismo tiempo la amiga de ellos para que se establezcan lazos de confianza y esto permita que exista mayor comunicación. La mujer también es hija de familia, es decir debe de tomar partido ante situaciones diversas sin dejar el papel de madre y esposa, tiene la misma autoridad ante sus hijos pero debe acatarse a las normas que se establecen una vez que juega ese rol de hija.

Por su parte un hombre es aquel que obtiene logros, dedicado al trabajo fuera del hogar, es defensivo y cauteloso por lo que no expresa sus emociones, es ambicioso, competitivo, orientado al raciocinio y la instrumentabilidad (Reyes y Díaz, 2008). Es difícil concebir que un hombre sea la persona encargada de realizar labores dentro del hogar ya que por los prejuicios que se tiene, debe de guardar cierta “distancia” con labores que se presume “solo realizan las mujeres”. Dentro del trabajo de oficina se tiene el modelo de un hombre con altos mandos: Jefe.

Esta persona es la que tiene a su mando la empresa y recae sobre él gran responsabilidad, generalmente sabe como tener dominio de la misma y esto le ha costado gran esfuerzo, para lo cual se le reconoce todos los avances y superaciones obtenidas dentro de su puesto, es decir obtienen reconocimiento tanto de hombres como de mujeres:

- “...miren al señor director, ¡Sí que se gana ese puesto!...”
- “...es de los mejores ejecutivos de la empresa...”
- “...tiene gran conocimiento dentro de el área...”
- “...es indispensable en la empresa...”

A pesar de que en este tiempo existan ejecutivas y mujeres exitosas con alto puesto, no se le reconoce de la misma manera ya que como algunas veces se dice “solo es una mujer” e incluso se llega a cuestionar la manera en que desempeña su trabajo ya que se hace alusión a que no tiene la misma coherencia o racionalidad que un hombre e incluso se llega a dudar la manera en que obtuvo su puesto o categoría:

- “...no sabe lo que dice...”
- “...no tiene la misma experiencia que el licenciado...”
- “hasta un niño lo haría mejor que ella...”
- “no se merece el puesto que tiene...”

➤ “subió tan rápido de nivel por que se mete con el director...”

Son comentarios que se hacen ya sea para reconocer el esfuerzo de una persona o para dejar entrever que a pesar de que se quiera tener igualdad, a la mujer siempre se le verá para estar dentro del hogar o realizando cosas más de su estilo, es decir con menos responsabilidades que un hombre ya que esa ternura, emotividad y comprensión, no son buenas herramientas dentro de un centro de trabajo en el cual se tiene que actuar con más responsabilidad y seriedad.

Cuando el trabajo productivo se considera responsabilidad propia del varón, éste se encuentra en posición de controlar y manejar los recursos económicos y tecnológicos a los que está estrictamente ligado el ejercicio del poder, tanto público como privado. Por el contrario, el trabajo que la mujer efectúa en el hogar es de consumo inmediato y, por ello, invisible y no valorado económica ni socialmente (Loría, 1997).

Como ya se mencionó, el hombre es quien socialmente debe de ver por el bienestar económico de la familia, decide cómo debe de ser repartido y utilizado el dinero es decir, realiza labores similares dentro de su trabajo al igual que en su vida cotidiana, dentro del trabajo tiene un horario que debe cumplir y en el cual se es estricto, una vez que termina de ello pasa a ser padre de familia y de cierta manera ser “la cabeza de familia”.

La mujer que se dedica a las labores del hogar inicia su “jornada laboral” desde temprano y no tiene fin, es decir no existen horarios establecidos en los cuales entre a laborar y termine de hacerlo; además de no tener un sueldo ni un horario de trabajo, debe de cumplir las necesidades que tengan los integrantes de la familia, este tipo de actividad dentro del hogar que lleva una mujer no se reconoce socialmente ya que dentro de la cultura se tiene presente que es una obligación y que las labores del hogar son el trabajo más sencillo del mundo, sin complicaciones ni preocupaciones.

Con lo anterior vemos que los roles de género son conductas estereotipadas por la cultura, por tanto, pueden modificarse dado que son tareas o actividades que se espera realice una persona por el sexo al que pertenece (INMUJERES, 2007), las conductas que se tienen se van adquiriendo, es decir, cuando un niño es pequeño se le compran cosas que

vayan con su sexo: autos, videojuegos, pistolas, etc. y a una niña se le compran cosas acorde con lo femenino: muñecas, juegos de té, casitas, etc.

Tanto para las niñas como para los niños se les dan cosas con las que se vayan identificando y dentro del mismo grupo de niños se llega a hacer burla si se trata de jugar con objetos que son contrarios a los que “deben corresponder” según su sexo. Dentro de un grupo de niños se hacen comentarios en los cuales algunas veces se deja entre dicho que el niño actúa como una niña ya que encuentra atractivo el jugar con algunas niñas o viceversa, al realizar esto comienzan a decir que no son pertenecientes a un grupo específico ya que no cumplen con las normas que se deben seguir al pertenecer a un sexo aunque hoy en día con algunos cambios que se han venido dando se comienza a tener un criterio un poco más amplio respecto al actuar de los niños y niñas.

Hoy en día ya no puede pensarse, sin correr ningún riesgo que “ser femenina” sea sinónimo de inhibición de inteligencia, ambición o búsqueda de belleza para atrapar al varón ideal; de la misma forma que “ser masculino ya no connota inhibir sentimientos u obsesionarse por conquistar el poder y mujeres. (Rojas, 2011).

Hace algún tiempo se pensaba que las mujeres tenían un objetivo determinado: buscar una persona para casarse y que fuera responsable de ella en un futuro, sin embargo poco a poco, con la incorporación laboral a cual se ha sometido, esta idea se ha ido modificando en algunos casos ya que se dan cuenta que no es necesario depender de alguien.

Si tienen en mente casarse o llevar una vida de pareja y posteriormente formar una familia pero sucede algo importante, comienzan a plantearse objetivos a corto, mediano y largo plazo, viéndose en un futuro como abogadas, médicos, analistas, coordinadoras, empresarias, veterinarias, madres de familia, esposas, hijas, hermanas, cuñadas, etc. y no solo como una persona adicional dentro del círculo familiar.

Tradicionalmente se ha asignado a los hombres roles de políticos, mecánicos, jefes, etc., es decir, el rol productivo; y a las mujeres, el rol de amas de casa, maestras, enfermeras, etcétera (INMUJERES, 2007), estos roles como se menciona, son tradicionalistas sin embargo no tiene nada de extraño ver que las mujeres poco a poco se insertan en estos campos.

En una comunidad de Oaxaca se llevaron a cabo votaciones en las cuales se lanzo por primera vez una mujer como candidata a un cargo público, realizó su campaña política de acuerdo a lo establecido por el IFE del estado.

El día de las elecciones municipales ella fue la ganadora y debido al régimen machista que se tiene dentro de la comunidad, se le negó el puesto a la candidatura. Este es un claro ejemplo de la manera en que se desplaza a una mujer ya que dentro de ese contexto es difícil que alguien que según ellos “debe estar en su casa” se postule igual que un hombre, además de que un hombre sabe qué es lo que se hace y una mujer solo sabe “hacer tortillas y atender a su esposo”.

Varios estudios han encontrado que las mujeres con pareja e hijos que además trabajan, reportan en general más estrés que los hombres (Gómez, 2004) esto es debido a que a pesar de estar dentro de su centro de trabajo, no olvidan los roles que tienen, pero al mismo tiempo deben tener buen desempeño laboral en el cual no se vea reflejado si tienen problemas dentro de su familia, la productividad debe ser la misma, si existen conflictos en el hogar, se encuentra una manera de mediar con ellos sin que sean afectadas ambas partes lo cual lleva a tener niveles altos de estrés.

Cuando una mujer elije estudiar una profesión, generalmente se relaciona con áreas en las cuales tenga más contacto con las personas: abogadas, enfermeras, médicos, psicólogas, publicistas, etc. profesiones en las cuales se tenga que brindar un servicio y que no exista problemas por recibir algunas veces órdenes de personas con un nivel más alto y del sexo masculino.

Suponemos que la preferencia de la población femenina por este tipo de carreras consiste en que requieren más bien de un esfuerzo intelectual y creativo, de habilidades para relacionarse con otras personas, se trata de actividades de servicio a los demás en donde ellas tienen un amplio panorama de acción gracias a los atributos de sus roles de género; a las mujeres desde pequeñas se les educa para “servir” o “atender” a los otros miembros de la familia, y por este motivo es común que busquen profesiones en las que puedan reproducir estos esquemas (INMUJERES, 2007).

No existe ningún problema dentro del trabajo ya que si algo caracteriza al sexo femenino es ser más responsable que los varones aunque se tengan

problemas, preocupaciones o alguna dificultad que pueda entorpecer la actividad laboral; no es que las cosas personales pasen a segundo término, simplemente se tiene objetividad y al mismo tiempo claridad de cada contexto.

Sin embargo esta construcción de los roles de género son limitantes, no admiten la complejidad de la experiencia humana (Hare-Mustin, 1986) esta restricción se basa en los estereotipos que se manejan, no por ser varón se debe usar un color en específico o no por ser mujer se debe aprender a cocinar, esta concepción va cambiando con el tiempo pero a pesar de eso se debe tener en claro que la cultura, la familia y las costumbres son lo que rige a todo ser humano.

En cuanto a la educación superior de los varones las carreras más pobladas son arquitectura e ingeniería, en sus diversas ramificaciones (industrial, sistemas computacionales, civil, electrónica y mecánica), aquí también se refleja el estereotipo de los roles de género, pues el sexo masculino se identifica más con profesiones que requieren de esfuerzo intelectual pero también físico, relacionadas con la creación y planificación de infraestructura y que se desarrollan en espacios abiertos en donde participan en su mayoría otros hombres (INMUJERES, 2007).

Esta elección es determinante ya que en su trabajo tendrán que tener buen desempeño para que sea reconocido el esfuerzo que tienen así como los logros personales para que sea de “admirar” la manera en que se ha logrado tener el puesto más aclamado por todos.

Dentro de los varones no existe tanta competencia, de la misma forma, no existe ningún problema por recibir órdenes de una persona del mismo sexo ya que no lo ven como competencia, simplemente es su trabajo, sin embargo cuando tienen que acatar las órdenes de una mujer, se les dificulta ya que dentro del área laboran son vistas e incluso catalogadas como inferiores. Las actitudes machistas que se tiene hacia las mujeres (de parte de los hombres) es poco tolerable, no se puede entablar pláticas sin que exista algún tipo de agresión (no física), no existe otra verdad más que la de ellos, no aceptan puntos de vista de una mujer y jamás aceptarán que ellos no tienen la razón si quiera una vez en su vida.

Gehart, Randall y Winter (2001) hallaron en un estudio, que varios clientes describieron al terapeuta femenino como más centrada en los

sentimientos, situación que solo la mitad de los clientes consideraron de ayuda, así mismo describieron al terapeuta masculino como más directo y focalizado en el problema, únicamente la mitad de los clientes encontró esto de ayuda. (Reyes y Días, 2008).

Con esto vemos que los hombres se muestran más objetivos, tratan de no involucrar los sentimientos ya que ellos tienen claro que es lo que quieren y como se debe de hacer, son apoyo para determinadas cosas pero dejan en claro que no siempre se necesita de una persona para solucionar problemas, como siempre se dice, un hombre es objetivo y determinante y no se involucra más de lo que ellos consideran “adecuado”, si brindan ayuda pero no de la misma forma que una mujer. Actualmente se llega a apreciar que algunos padres de familia tienen que realizar labores domésticas y que sus parejas son las que salen a trabajar, pocos son los casos pero de esta manera es que comienzan a aceptar que las actividades que se creían “específicas” de una mujer, las puede realizar un varón sin problema alguno.

Respecto a esto, Rojas (2011) menciona que ahora se espera que los hombres colaboren en casa, que cuiden de sus hijos y que puedan llorar; mientras que las mujeres puedan ser independientes, líderes y también exhibir conductas de riesgo o antisociales que antaño eran “propias del sexo masculino”. Ahora se puede ver que las mujeres entran al ámbito laboral, pueden ocupar puestos de nivel gerencial y ejecutivo, son la cabeza principal de la empresa y es quien decide qué es lo que debe hacerse en circunstancias determinadas, son mujeres que se enfrentan a juntas de trabajo en las cuales se observa que un 70% son varones.

En algunas familias se puede ver que el hombre es el encargado del hogar, de los niños y de algunas funciones que desempeña la mujer, al inicio se les dificulta realizar dichas actividades pero a la vez comienzan a darle valor a las labores que realiza la mujer dentro del hogar, es decir la entienden.

Dentro de algunos deportes o disciplinas como natación, ballet, karate, podemos encontrar que en la mayoría de los casos, es la mamá quien (o la nana) quien se encarga de llevar a la niña o niño a la clase, solo una minoría de los padres (varones) es quien los lleva a clase, esto es un poco mal visto dentro del mismo círculo ya que debe de ser una mujer quien se ocupe del desarrollo de sus hijos.

Los hombres opinan que “no estarían dispuestos a dedicarse al cuidado de la casa mientras que su esposa trabaja” (INMUJER, 2007), esto es relativo ya que debido a la situación económica, algunas mujeres deben de salir y buscar empleo, cambian los roles pero en ningún momento se descuida el papel de madre y esposa que se tiene dentro del hogar. Cuando pasa esto, los hombres solapan un poco más a sus hijos ya que no saben de qué manera los pueden castigar sin que queden como el “mal padre”, sin embargo cuando llega la mujer al hogar, le informan qué es lo que sucedió para que entre los dos (aparentemente) den una solución al problema que se tuvo.

En la actualidad las diferencias de género comienzan a cuestionarse dando paso a un proceso de lucha por la equidad y el respeto, cuando se vuelven más autónomas y versátiles en la vida que escogen modificando su rol tradicional adquiriendo características, ejecutando actividades e invadiendo espacios que estaban reservados para los varones, provocan un movimiento en ellos hacia la exploración de su afectividad y del conocimiento de su intimidad emocional (Reyes y Díaz, 2008).

En el concepto de equidad se afirma que una mujer y un hombre tienen la misma inteligencia, siendo capaz de realizar tareas iguales sin importar el género; sin embargo en el concepto de igualdad nos dice que como ciudadanos tenemos los mismos derechos. Con estos dos conceptos se resalta que no se puede tener una definición tan exacta de género y de las tareas que cada persona debe realizar, es decir, debemos de tener en claro que tanto la mujer como el hombre tienen derechos y obligaciones pero existen funciones que exclusivamente son de las mujeres (embarazo) y otras de los varones (fuerza física) y que para llevar una buena dinámica debe existir equilibrio en su entorno.

1.1.3 Identidad

Saber a qué género pertenecemos es de suma importancia ya que socialmente debemos de actuar de cierta manera pero si en determinado momento decidimos realizar actividades diversas a lo que se “debe”, no existe ningún problema de identificación con la sexualidad. El género es el contenido ideado, deseado e impuesto por cada cultura para que las personas se formen como hombres o como mujeres de manera claramente diferenciada para que

se identifiquen con las maneras de pensar, desear, sentir y actuar, establecidas como necesarias, adecuadas, irrefutables, válidas, sanas y normales para cada cual (Cazés, 2000)

Dentro de la familia mexicana se tienen costumbres que van muy arraigadas al machismo, es decir, desde niño se marca un patrón el cual se debe tratar de seguir sin embargo con los cambios sociales que se han vivido, no existe problema alguno por tomar roles que se encuentren fuera de lo común.

Como mujer se trata de encontrar amigas con las cuales se tenga confianza y empatía, para que en poco tiempo exista ese vínculo especial del cual siempre se habla y de esa manera puedan externar sus problemas o sentimientos sin problema alguno. En el caso de los varones, se busca encontrar en un amigo cierta empatía, sí existe amistad pero esta se ve de diferente manera ya que son objetivos y no tan emocionales como las mujeres, sí hablan de los problemas que llegan a enfrentar con sus parejas pero no con tanto detalle como una mujer.

Las diversidades sociales abarcadoras, tales como la clase, género, etnia y raza, se encuentran de diversas formas y tienen diferentes significados en distintos contextos (Dreier, 1999) esto se ve muy marcado en las personas que tienen un nivel alto, ya que acuden a realizar actividades determinadas sean hombres o mujeres, se busca una estabilidad y cierto estatus. En un club deportivo se puede observar la manera de participar que tienen los varones y las mujeres, ellos siempre buscan competencia y demostrar que son los más fuertes y audaces, por otro lado ellas muestran la comunicación y organización que se tiene con personas del mismo sexo, no dejan a un lado los objetivos que tienen pero no existe problema alguno si brindan ayuda a alguien del mismo sexo.

La identidad no se trae desde el nacimiento, mas bien se va adquiriendo, de esa manera se dice que no se produce sólo enmarcado en la relación entre padres e hijos; en todo caso, los padres (y madres) no actúan en el vacío social; son mediadores de la sociedad en su conjunto (Carrillo y Duarte, 2009), es decir que a diario se tiene aprendizaje sobre lo que significa pertenecer a un sexo, cuales son las atribuciones que se hacen y la responsabilidad que se adquiere al ser una persona, que no solo significa vivir, más bien es aprender a

vivir con lo que tenemos a nuestro alrededor, saber mediar y tener claro qué se quiere como hombre y mujer, teniendo en cuenta que como seres humanos estamos expuestos a muchos cambios dentro de la vida.

Los cambios en la identidad de género no únicamente provocan dificultades en los hombres, también en las mujeres a quienes colocan en situaciones contradictorias y las llevan a vivir entre goce y sufrimiento, así como las someten a un conflicto entre identidad pública e identidad privada, consecuencia de una interiorización profunda de esquemas tradicionales que, a su vez, lleva a un sentimiento de culpabilidad por no corresponder a las normas de género de una sociedad determinada (Rojas, 2011).

Estas dificultades son más visibles en las mujeres y en los tratos injustos que se les da ante situaciones evidentes en las que ellas no tienen culpabilidad alguna. Jesús Aranda en el periódico “La Jornada” (2012) describe un artículo acerca de la injusticia que se ha tenido con una mujer indígena: en el 2006 Adriana Manzanares, indígena nahua que no habla ni entiende español, fue sentenciada a 22 años de cárcel, después de haber sido golpeada, insultada y acusada por una asamblea en una comunidad de Guerrero, debido a que (según la parte acusatoria) producto de una infidelidad, dio a luz a un bebé que murió al nacer. Adriana fue juzgada por adulterio y por la muerte del bebé, esto por miembros de la comunidad quienes la obligaron a confesar sus faltas. Las pruebas fueron obtenidas ilícitamente y por la fuerza, hubo trato inequitativo ya que el padre de su hijo y presunto cómplice fue juzgado por encubrimiento y enseguida absuelto, mientras ella fue juzgada y sentenciada por homicidio calificado sin si quiera se acreditara la necropsia.

El Instituto Guerrerence de Derechos Humanos en el 2006 aseveró que Adriana tuvo un aborto espontáneo cuando tenía siete meses de gestación; además de que al no hablar ni entender español y por la pobreza en que vivía no tuvo acceso a servicios de salud, lo que originó la interrupción del embarazo. El proceso penal fue irregular ya que tardaron siete meses en dictar auto de formal prisión. Cabe aclarar que no habla ni entiende español, sin importar esto, ella fue juzgada y sentenciada además de que se menciona “aceptó ser culpable”.

Esto es un ejemplo claro de la injusticia que se comete con las mujeres y al mismo tiempo el machismo que se tiene, a ella se le acusa de algo que no

cometió y que a pesar de ser evidente que se están violando los derechos de un ciudadano, no se hace nada, no puede existir reclamo ya que es una mujer, sin embargo su esposo es libre de toda culpa, dentro de su comunidad no se muestra como culpable, sino como víctima.

Al igual que Adriana existen muchas mujeres que son golpeadas y sometidas a tratos denigrantes, respecto a esto Dreier (1999) menciona que la historia personal es importante para construir la identidad, la cual tiene relación directa con el sentimiento de pertenencia. Generalmente en las comunidades indígenas existen este tipo de maltratos y las mismas mujeres se ven reflejadas e identificadas con sus vecinas, hermanas, hijas e incluso madres. No importa lo que hagan, ya saben que es lo que sucede día a día y tienen claro que no importa lo que ellas piensen o hagan, la palabra más fuerte y determinante es la de su esposo.

La construcción de la identidad masculina y femenina en las sociedades humanas ya no es sólo el efecto natural e inevitable del azar biológico, sino también del influjo cultural (y en consecuencia sujeto a cambios) y de una serie de factores económicos, familiares, escolares, ideológicos y sociales (Carrillo y Duarte, 2009). Esta construcción se relaciona con la manera, usos y costumbres que se tienen, no es lo mismo vivir en la ciudad, en el campo o en alguna comunidad, pero si se tienen rasgos de mujer y de hombre, se tienen necesidades, principios y obligaciones, algunas son a nuestra conveniencia y otras son forzadas.

No siempre se vive con el mismo pensamiento, diario se aprenden cosas diferentes, el problema es llevarlo a cabo ya que sería un cambio drástico actuar como pensamos, socialmente se diría que se va en contra de los valores, pero poco a poco podemos notar que estos valores no cambian, lo que cambia es saber cómo se integran en nuestra vida.

Según la edad, los roles y las demás situaciones vitales, hay que aprender lo que está permitido y lo que es exigido diferencialmente a hombres y mujeres: los sentimientos, expresiones, gustos, ilusiones, deseos, fantasías, temores, rabias, responsabilidad, manifestaciones amorosas, colores, indumentaria, peinado y hasta los olores son propios de los hombres o de las mujeres (Cazés, 2000). Socialmente muchas cosas no se deben de hacer, pero llega un momento en el que debido a la experiencia que se tiene o a la misma

inexperiencia, se actúa como más conviene. Las mujeres son más sentimentales pero por lo menos existe una mujer en la vida de un hombre a la cual le van a llorar y dirán que es el amor de su vida.

Entre varones se expresan con malas palabras, cabe señalar que las mujeres siempre han utilizado el mismo lenguaje pero saben en dónde y cuando e incluso llegan a ser más groseras que un varón. En cualquier tienda departamental podemos ver como los hombres van a comprar ropa y se preocupan por la apariencia, los colores y la manera en que deben vestir, sea casual o para la oficina. Dentro de la publicidad que se tiene en El Palacio de Hierro podemos notar como se le está dando un lugar al varón como comprador:

- “No vivo con estilo, visto con estilo”.
- “La barba de 3 días también es un accesorio”.
- “Podré estar en posición adelantada, pero nunca fuera de lugar”.
- “El estilo soy yo”.
- “Ni guapo, ni feo, solo soy yo”.
- “Entender la moda es desentenderme de ella”.
- “La primera navidad que me traen lo que pedí”.

En cuanto a la responsabilidad dentro del hogar, actualmente se puede ver que los hombres también se encargan de la familia y llegan a realizar labores que socialmente solo su esposa debe de hacer ya sea cocinar, lavar la ropa e incluso estar al mando de los hijos y en algunos casos se llega a tener una relación estrecha con ellos.

En su relación con sus padres, los niños y niñas reciben un conjunto de mandatos sociales y la historia muestra que éstos pueden cambiar, por lo tanto las identidades no son estáticas (Carrillo y Duarte, 2009). La identidad se va construyendo, no son conocimientos que se quedan estancados y para siempre ya que como seres humanos estamos en constante cambio, así como tenemos biológicamente el ciclo de la vida, también tenemos un ciclo en el cual se desarrolla nuestro pensamiento y constantemente adquiere conocimientos, lo que nos lleva a tener cambios favorables.

Siempre tenemos una identificación con nuestro sexo, como menciona García-Leyva (2005), la identidad se define como aquellos aspectos de la propia imagen del individuo que se deriva de las categorías sociales a las que percibe

pertenecer, al definirnos como mujer u hombre estamos apelando a nuestra identidad social de género. Pero a su vez esto va adquiriendo significados personales y sociales, con lo que tenemos más claro quienes somos y lo que buscamos como personas.

El ser mujer involucra aspectos como superarse profesionalmente, ser alumna a cualquier edad, tener una casa adecuada a las propias necesidades, saber que hacer con su salario, decidir ser madre (entre otros), ser hombre va desde tener mayor fuerza física, saber cocinar, ser jefe de familia, estudiar una carrera de ciencias sociales, etc; es decir, se tienen roles estereotipados pero no existe problema alguno si se quiere tomar un rol del sexo opuesto. La identidad surge en un contexto de relaciones con otros: se adquiere conforme uno se identifica con otros, se asume distinto a otros y va comprendiendo el papel que desempeña ante ellos, en definitiva, no existe uno sin el existir de otros (Carrillo y Duarte, 2009).

En la adolescencia existen muchos cambios y se busca tener cierta empatía y amistad con alguien de nuestro mismo sexo, algunas personas llegan a pensar y a sentirse confundidas ya que es tanta la empatía que tienen hacia su mejor amigo o amiga, que creen estar enamorados y ser homosexuales, sin embargo esto es simplemente un proceso específico de identidad. Con el paso del tiempo se dan cuenta que no es que estén atraídos por su mejor amiga (o), sino que, existe confianza y amistad, lo cual pudieron llegar a confundir con otro tipo de sentimientos que ni aún conocen.

La identidad nos dice por qué las personas se mueven más en determinados contextos y al mismo tiempo la flexibilidad que deben de tener dentro de otros (Dreier, 1999). Dentro de un lugar actuamos de manera determinada pero no quiere decir que pensemos de esa misma forma. Existen cosas en las que quizá sea compatible y en otras que estemos en total desacuerdo, sin embargo por las mismas reglas sociales se debe de actuar y pensar acorde a cada situación.

En los partidos políticos PRI, PAN PVEM y las coaliciones movimiento progresista y Compromiso por México modificaron sus listas de candidatos al Senado y la Cámara de Diputados para cumplir con la cuota de género marcada por la ley electoral. Con el tiempo encima, algunos institutos políticos sustituyeron hermanos por hermanas y esposos por esposas, con esto no se

descarta que aspirantes afectados acudan al TEPJF para exigir sus derechos políticos (Diario La Jornada, 29 de Marzo del 2012).

Aquí notamos como existe una resistencia a que las mujeres participen dentro de ámbitos políticos, por otro lado vemos que su incorporación es decidida por los mismos candidatos (y familiares directos) ya que de esa manera seguirán teniendo la decisión ellos.

Dentro de la política es muy evidente que se delega a la mujer, no se toma en cuenta como a los hombres, poco a poco comienzan a integrarse de manera "legal", esto es un gran cambio para la sociedad y un ejemplo de que a pesar de pertenecer a una minoría, poco a poco comienza a modificarse el pensamiento.

La división biológica que traemos conlleva diferencias reproductivas pero no diferencias actitudinales, normativas, conductuales o de roles; todo ello es producto de la asignación social (García-Leiva, 2005). Como se mencionó, la mujer esta constituida biológicamente para tener hijos, pero no lo podría hacer sin la ayuda del hombre, ni el hombre de la mujer. Sería extraño vivir sin personas del sexo opuesto a pesar de las diferencias e injusticias que existen pero como seres humanos y sociales que somos, necesitamos de la convivencia para tener un mejor desarrollo y una manera diferente de pensar. Se puede tener el mismo pensamiento siendo hombre o mujer y no existe problema alguno, no se tienen conflictos ni disputas ante determinadas actitudes sociales.

1.2 Feminidad

Al hablar de la mujer, de lo femenino, se piensa que es solo hablar de cosas tiernas, sutiles, encantadoras, llenas de paz y tranquilidad pero sucede todo lo contrario ya que como seres humanos y racionales se tiene una percepción diversa de la vida: sí hay pensamiento diverso al del hombre pero no se pierde la coherencia, los derechos y obligaciones que como mujer se tienen.

Es de vital importancia la elaboración del significado de ser mujer (Davies, 1989), teniendo una buena comprensión de dicho significado, todo cambiaría ya que existiría una mejor relación entre ambos sexos sin pensar

que se le da más importancia a un género, sin embargo el concepto de ser mujer sí ha ido modificando pero no de manera objetiva.

A partir de los 60's, se puede encontrar una serie de cambios de roles y características en las mujeres hasta llegar a la década actual donde podría hablarse de modernidad (Rojas, 2011). Los sesenta fueron determinantes en la historia de la mujer, podía decidir libremente lo que hacía con su cuerpo y sexualidad pero al mismo tiempo comienzan a tener otras dificultades por ejercer esta sexualidad sin responsabilidad, no solo es descartar el embarazo, sino hacer frente a enfermedades sexuales que siempre existieron y que en la década de los ochenta explotaría: el SIDA.

La libertad que obtuvo la mujer en los sesenta fue indescriptible ya que jamás se pensó que un simple movimiento feminista tuviera tanto auge y en parte es por eso que hoy existen mujeres que salen a trabajar y en algunos casos son el sostén de la familia pero no queda fuera su rol de esposa y madre ya que se le exige igual dentro del hogar.

El único contexto en el que las mujeres coinciden en poseer un poder aparentemente legítimo es en la esfera doméstica, en particular con la relación a los niños (Davies, 1989). Esta actividad que realiza dentro del hogar debe considerarse como un trabajo, sin embargo no se le remunera de ninguna manera ya que si no trabaja se dice que es su obligación y que tiene que mantener bien a su familia; sus hijos son de vital importancia, como mamá, siempre busca lo mejor para ellos, les dedica el tiempo necesario y no tiene problemas si no le alcanza el día para hacer cosas personales.

Hasta hace algunos años, la mujer se ha reunido en grupos donde pueden entablar amistad con otras personas dedicadas al hogar, de esta manera empieza a darse un cambio ya que se identifican con personas y comprenden que también merecen dedicarse tiempo para ellas.

En lo concerniente a las identidades femeninas parece ser que el factor clave en sus transformaciones ha sido el paso del "vivir para los demás" a "vivir la propia vida" (Rojas, 2011). La mujer mexicana se caracteriza por entregar todo por la familia y ella queda en último lugar, siempre debe de haber equilibrio dentro del hogar y estar pendiente de las necesidades y problemas de todos, no se puede enfermar, no puede sentirse mal, no tiene días de

descanso y no existe día que no tenga el rol de la persona encargada de su hogar.

Debido al problema económico que se está viviendo, esto ha dado un gran giro ya que las madres de familia y esposas han tenido que salir a buscar trabajo y aunque los esposos o los integrantes de la familia no estén de acuerdo, tienen que respetar esa decisión. Una vez que la mujer se integra a la actividad laboral fuera del hogar, se da cuenta de que al igual que su familia, ella necesita tener un tiempo para estar sola, un tiempo para salir a divertirse sin su familia, para pensar en lo que le gusta y en lo que va a realizar.

Respecto a esto, Barberá y Martínez (2004) dicen que los cambios en las costumbres son una constante imparable ya que la entrada de las mujeres en el campo de los estudios y el trabajo, así como la reducción de la maternidad, contribuyen a cambiar el paradigma en que la sociedad se movía hace algunos años. Dichos cambios no se hacen de la noche a la mañana pero sí tienen repercusión en pocos años, anteriormente eran pocas las mujeres que entraban a estudiar y aún menos el porcentaje que terminaba la escuela superior y ejercía su carrera.

Hoy podemos ver como existe un mayor porcentaje de mujeres que entran a estudiar y poco a poco van entrando en el campo laboral, dentro de el mismo movimiento feminista, no se imaginó que la mujer llegara a tener (hoy en día) logros y puestos tan altos, que se retrasara la aparición de los hijos y que decidiera qué quería hacer con su vida, no solo que fuera una mujer más que cuidara de sus hijos y estuviera en su casa, sino una mujer que no dependiera económicamente de nadie y que se responsabilizara de sus actos.

Aunque hay una mayor participación femenina en diferentes espacios sociales y mayor protección a los derechos de la mujer, también persisten ciertas desigualdades, sobre todo en las prácticas cotidianas (Rojas, 2011). Dentro del área laboral de enfermería, un 90% son mujeres y un 10% son hombres, ambos reciben la misma capacitación dentro del hospital y tienen los mismos estudios, sin embargo se ve claramente que los enfermeros desempeñan menos trabajo que las enfermeras ya que las mismas compañeras buscan que ellos se sientan cómodos dentro del ara de trabajo. En medicina preventiva se realizan estudios de Detección de Cáncer (en los senos y en la matriz), estos servicios se encuentran en constante cambio y las

enfermeras son quienes deciden que su compañero no realice la práctica en dicho servicio ya que puede mal interpretarse, poniéndolo siempre en recepción de documentos.

El trabajo que se desempeña no es igual y si existirán mujeres que no accedan a que un enfermero lleve a cabo la auscultación, sin embargo cuando se les manda a trabajo de campo, ellos se niegan ya que “no están aptos” para trabajar fuera de la institución.

Davies (1989) menciona que a pesar de que las mujeres han logrado acceder al orden simbólico masculino, la mayoría sienten el poder de forma ambivalente algo que a menudo afirman no desear, este poder sigue siendo contradictorio con la idea e idealización de ser mujer. Se ha luchado por que se tome en cuenta a la mujer y que se tenga un trato igualitario con el hombre pero si a esto le sumamos el poder patriarcal y las reglas sociales que se tienen en la familia mexicana, no se puede tener esta equidad y hacer verdaderamente el cambio en acciones y pensamiento en ambos géneros.

Hace 59 años se promulgó una ley para que la mujer tuviera el mismo derecho a votar que el hombre, esta fue una promesa política la cual sí se cumplió pero a pesar de adquirir ese derecho, muchas mujeres pensaban:

- “¿para qué voto?”
- “...eso es cosa de hombres...”
- “...las viejas nos quedamos aquí no vamos allá como los hombres...”

Tenían pensamientos de ese tipo ya que dentro de su desarrollo cultural, el hombre era quien tenía el derecho a votar, era algo que solo un género podía realizar y que socialmente era lo adecuado. Esto fue un gran cambio dentro de la percepción de la mujer ya que aunque se negaba a un principio a realizar dicha acción, esto fue la base para diversos proyectos y la incorporación que en un futuro se tendría dentro de su entorno.

Como podemos ver, la identidad femenina continúa en transformación por la sociedad debido al trabajo productivo y reproductivo, el acceso y control de los recursos, la toma de decisiones y los nuevos modelos de parentalidad, entre otros factores; la individualización y otras tendencias postmodernas que se hacen notar en los terrenos privados e íntimos como el amor y la sexualidad, donde las normas ya no están claras, las mujeres jóvenes tienen más libertad pero deben inventarse sus propias normas y conductas (Rojas, 2011).

Al mismo tiempo que se tiene libertad se adquiere la responsabilidad. La identidad tiene algunas bases pero no quiere decir que se encuentre estática, al contrario, se encuentra en movimiento y según sean las necesidades de la mujeres como se va actuando, no importa si se adquieren conductas “masculinas”, si la necesidad o el mismo ambiente necesita que se tenga esa actitud, no existe problema alguno.

En cuanto a las relaciones amorosas, se tiene un “modelo” de la manera de comportarse de una dama, siempre deben cortejarla, deben de tener la delicadeza para tratarla y tener en cuenta que es delicada, se acostumbra llevar presentes, hablar de manera adecuada ante ella, tener un compromiso social para que ante todos sea una “buena relación”, sin embargo vemos como durante años esta idea ha ido tomando otros rumbos, hoy ya no es necesario que siempre el varón valla por su novia hasta la puerta de su casa, ya que esto depende si la mujer trabaja, si tiene actividades durante el día, si estudia, etc. lo cual lleva a tener un acuerdo, con eso no quiere decir que se pierda la caballerosidad, simplemente se tienen otras necesidades y se busca una manera de tener una relación.

1.3 Masculinidad

El ser hombre representa grandes responsabilidades ante la sociedad ya que deben ser fuertes, audaces, inteligente y sobre todo “machos”, deben de ser la persona que mande. Esta parte de la masculinidad va arraigada a la cultura mexicana y de ahí se parte para dar un concepto a lo que es la masculinidad.

Las investigaciones sobre la masculinidad comienzan a principios de los ochenta, en Estados Unidos, Canadá, Inglaterra y Suecia, en una época donde convergen los Estudios de las mujeres y se desarrollan los estudios de género: pero al contrario del caso de las mujeres, los estudios de estos temas no construyeron un movimiento social. (Rojas, 2011).

A pesar de que existan estudios sobre la masculinidad, jamás tendrán el mismo peso que las investigaciones de la feminidad y de los movimientos feministas ya que es una “regla” dentro de México ser “hombre”, somos un país donde la palabra del hombre siempre ha sido efectiva y las pocas mujeres que se han expresado sí han logrado cambios pero se necesita aún más apoyo para que sea algo con mayor trascendencia.

En el caso de los varones no se puede realizar ya que como se menciona, se ha ido desplazando en áreas laborales y ha comenzado a integrarse a tareas domésticas. Culturalmente se ve que las mujeres muestran los sentimientos sin problema alguno ya que forman parte de ellas, sin embargo en el hombre esta parte no se toma de la misma manera.

Dentro del discurso hegemónico de la masculinidad, los hombres no tienen la capacidad de expresar sentimientos, deben ser fuertes y fríos, deben de tener poder y control y ser opuesto a la mujer, construido a partir del repudio de: “todo aquello que se considera femenino” (Viales, Carvajal, Enriquez, Rivas y Botey, 2007).

Es por ello que cuando un hombre expresa lo que siente ante otros varones se llega a ver diferente e incluso llegan a hacer burla de ciertas actitudes: “...llora por todo, es un maricón...” , “...igual que una vieja...” , “no aguanta vara...”, hacen referencia a que toma la postura de una mujer dentro de contextos específicos de los hombres y si el varón no se defiende como “hombre” ya no será de agrado. Un niño desde pequeño va tomando el valor que se le da al hombre así como la actitud que se debe tener por pertenecer a ese género, en la escuela, en la casa, con los amigos, en el parque, en el cine, etc. en los diversos contextos aprenderá cómo se constituye un hombre, no solo en la parte física sino en la parte social, qué es lo que debe hacer un varón y que no debe realizar, principalmente la actitud que debe de tener hacia la mujer. Algunas frases que dicen los padres a los hijos varones son:

- “..¡ése es mi hijo!...”
- “...¡hazlo como hombrecito!...”
- “...¡muy bien campeón!...”
- “...¡qué machote!...”
- “...¡aguántese como los hombres!...”
- “...¡solo las viejas chillan!...”

Con esto observamos que desde pequeños se inculca que un hombre es todo lo contrario a la mujer pero que es superior a ella ya que siempre muestra su valentía y su dureza, no expresa dolor ni sufrimiento.

Las conductas masculinas no son innatas ni naturales, sino el efecto de un determinado aprendizaje cultural y de una determinada construcción social de la masculinidad (Carrillo y Duarte, 2009) construcción que a su vez hace que se

pase por encima de la mujer y que no se valore ni ella misma ya que en todas partes dicen que solo está para servir y por el contrario, que el hombre es quien la saca adelante, que una mujer no es nada sin el apoyo de un hombre.

La masculinidad ha sido utilizada para mantener alejadas a las mujeres de las esferas de poder de los varones (Davies, 1989) sin embargo, debido a la necesidad económica que se tiene, la mujer busca la manera de obtener dinero para ayudar a su familia. En los últimos años ha aumentado el índice de madres solteras, al inicio se ven en un dilema ya que la mayoría no cuenta con el apoyo suficiente para mantener a su bebé, por lo tanto esto las motiva a buscar trabajo, lo cual las lleva a pensar en qué harán de su vida en algunos años; si tienen la oportunidad de estudiar lo hacen y poco a poco se insertan dentro del ámbito laboral.

Por el contrario cuando las mujeres les comunican a sus parejas que están embarazadas, los varones dicen que “ese niño no es de él”, aquí notamos dos cosas, la primera es que no se responsabilizan de sus actos a pesar de saber las consecuencias que traerá tener relaciones sexuales sin preservativo y la segunda, que siempre la familia del hombre apoyará a su hijo ya que se pone a la mujer como una “provocadora” de dicha situación, y que él solo se dejó envolver por una mujer de ese tipo.

La existencia de una masculinidad hegemónica es aquella que comparten todos los hombres que creen en la sociedad patriarcal, que también se define en buena parte por lo que no es femenino (Viales, Carvajal, Enriquez, Rivas y Botey, 2007). En cuanto a los oficios, el trabajar dentro de los transportes públicos era puramente de un hombre, sin embargo existen mujeres que han comenzado a trabajar como chofer.

Todas las mujeres cuentan que para ingresar a trabajar dentro de ese ámbito es difícil, ya que sufren discriminación porque como patrón, al inicio no les tienen la misma confianza que a un varón ya que como mujeres, tienen siempre la preocupación de su familia. Una vez que se integran a trabajar, tienen que esforzarse el doble porque además de salir y trabajar jornadas extensas, llegan al hogar y realizan las actividades domésticas, sin importar que estén cansadas.

En el caso de los varones, cuando van a trabajar se encuentran relajados, salen de su casa tranquilos, sin preocupaciones, llegan a su casa después de trabajar y su esposa los atiende para luego descansar.

La masculinidad supone riqueza y plenitud, su riqueza es opresiva ya que se fundamenta en la subordinación de las mujeres y al mismo tiempo las impone (Davies, 1989). El ser hombre va más allá de hacer lo que más les plazca, es demostrar el poder que se tiene, la fuerza física que adquieren y no dejarse manipular por nada, solo es lo que ellos quieren.

Las masculinidades no se han desenvuelto en sintonía con los cambios congruentes con las resignificaciones genéricas ya que hay una mayor participación femenina en diferentes espacios sociales y mayor protección a los derechos de la mujer, también persisten ciertas desigualdades, sobre todo en las prácticas cotidianas (Rocha y Díaz-Loving, 2009). Podemos notar como ha sido la incorporación de la mujer dentro de la sociedad y en un ambiente donde jamás se imaginó participar, sin embargo lo ha hecho de manera adecuada. Se ha buscado una protección especial para los delitos que se cometan hacia ella.

No todos los hombres están en contra de estas leyes ni todas las mujeres están a favor, pero al escuchar a diario las injusticias que se comenten, comienza a construirse un mundo donde algunas veces se vive con miedo.

Las muertas de Ciudad Juárez son un claro ejemplo de ello. Se han promulgado leyes que aparentemente protegen a la mujer, sin embargo es algo increíble que a más de 10 años de mujeres asesinadas brutalmente, no se ponga un alto, esto va más allá, sabemos que sí existe una violación a los derechos de la mujer, pero esto toma una vía política. Se podrían poner reglas más estrictas en esos territorios o decretar otras leyes, pero esto no tendrá sentido si las propias autoridades no hacen nada. Solo se observa que se da pésame para las familias y que al inicio de los asesinatos no se tomaban en cuenta ya que se consideraba que “eran mujeres que provocaban a los hombres, eran prostitutas”, las delegaban pero cuando se dijo que no solo eran ellas, sino mujeres de “bien”, aparentemente dio un giro.

Con esto comenzamos a construir un mundo con pánico y restricciones, esto también influye en el desarrollo de los pequeños. En algunas escuelas de las ciudades fronterizas (en este tiempo) es común que los niños escuchen

balaceras y que se formen la cultura de “hacer simulacros” de ello, con esto ellos comienzan a construir una imagen de un hombre aún más poderoso, que pasa por encima de todos y al que las leyes no le hacen nada, simplemente lo que él haga es lo correcto.

Los territorios donde los niños practican la constitución de su masculinidad son independientes de la autoridad de los adultos y se insertan en un discurso distinto del discurso niño-adulto, el elemento resultante de este discurso es la consideración de la masculinidad y la feminidad como dos ideas opuestas y constitutivas de la identidad (Davies, 1989). Cuando una pareja se divorcia y tienen hijos, regularmente ellos se quedan con la mamá.

El papá trata de verlos según convenga ya que como tiene que trabajar, no puede pasar tiempo en la semana con ellos, sin embargo se ha observado que en algunos casos, los padres pasan a ser víctima de la madre y dan una explicación en la cual ellos quedan sin culpabilidad por no vivir juntos. Desde pequeños se pone en una forma determinada el concepto de ser mujer y de ser hombre, en el segundo se atribuye la fuerza y la razón. No importa que pasen mucho tiempo con la mamá, el poco tiempo que pasen con su padre será para seguir construyendo su figura, para saber que como se conforma un hombre, cuales son las bases para pertenecer a ese género y la manera de pensar que se debe tener.

El pensamiento del hombre y de la mujer es totalmente diferente y contradictorio, sin embargo se trata de construir un espacio igualitario pero al mismo tiempo teniendo presente en qué sobresale cada uno.

2. NOVIAZGO Y PAREJA

Desde pequeños se forma la figura de la familia y se sabe que para llegar a ello es necesario pasar por diversas etapas a lo largo de la vida pero específicamente en un tiempo determinado: cuando se comienza a ser adolescente.

Por lo general, durante la adolescencia se comienzan con las primeras experiencias amorosas, es decir, con el primer novio o novia, con el cual se compartirán experiencias agradables y se construirán bases para formar una relación más sólida en un futuro.

El noviazgo es una etapa de ensayo donde los miembros de la pareja ponen a prueba sus características y la posibilidad de construir un proyecto a futuro (Miranda y Bezanilla, 2007), en dicho proyecto los planes que se hacen al inicio son a corto tiempo ya que no se sabe cuanto dure esa etapa, no se planea una boda o compromiso formal, simplemente comienzan a ensayar y a descubrir esta nueva etapa de la vida en la cual son participantes por primera vez.

La etapa de noviazgo se caracteriza por el conocimiento profundo de la otra persona (IAM, 2002). En la convivencia que se tiene con la persona, nos damos cuenta si existe compatibilidad y empatía además de otros factores que se involucran dentro de la relación.

Existen invitaciones al cine, a comer, al parque, a fiestas y a otras actividades en las cuales ambos tengan contacto para descubrir como es la otra persona, saber los gustos que tiene, las preferencias hacia determinadas cosas, etc.

Generalmente el noviazgo es un tipo de relación formal de pareja que simboliza un compromiso de fidelidad y que precede al matrimonio (Orlandini, 2003) sin embargo el concepto que se tiene de "compromiso" ha ido cambiando y tiene diversos significados para el hombre y para la mujer.

La elección de pareja está influida por la propia historia de vida, más que por la persona que se elige (Miranda y Bezanilla, 2007). Desde pequeños se tiene una figura con la cual nos identificamos, en base a ello es que se busca a alguien con quien se sientan a gusto y compartan diversas cosas. Todos de pequeños sueñan con el mejor esposo, la mejor esposa, la novia perfecta, el

novio fiel, pero todo esto se construye en base a la experiencia que se ha tenido durante algún tiempo.

Cuauhtémoc (1997) menciona que el noviazgo es un compromiso moral de trato afectivo, fidelidad, ayuda y respeto recíproco concentrado entre dos excelentes amigos de sexos opuestos. Por otro lado existen relaciones en las que no se necesita que sean amigos para convertirse en novios, ya sea que se conozcan en algún lugar, por alguna persona o por alguna circunstancia.

El amor es lo que mueve al mundo y es lo que da significado a cada uno de los esfuerzos personales, sin embargo, este sentimiento escasea cada vez más y en su lugar aumenta la soledad, las frustraciones, los rencores, la apatía y la violencia (Muruetta, 2000). Cuando una persona se encuentra enamorada, realiza cosas que anteriormente le podrían haber parecido extrañas, simples, ridículas o que jamás pensó. Las sensaciones que se tienen en ese momento son muy agradables, todo se percibe diferente, los problemas no importan, le dan un giro completo a la vida.

La fusión amorosa es la aparición de algo completamente nuevo en lo que los dos individuos se han transfigurado, observan críticamente su pasado y proyectan su futuro (Alberoni, 2006).

Al inicio de toda relación, la pareja se encuentra en un estado diferente, todo es agradable, no existen problemas sin resolver, lo que les sucedió anteriormente solo fueron experiencias diferentes, de las cuales toman lo mejor y a partir de la construcción de la nueva relación se buscan cosas más grandes, con las que ambos estén de acuerdo y continuamente tienen metas por cumplir de manera personal y como pareja.

2.1 El Noviazgo

En las clases burguesas del siglo XIX los noviazgos se iniciaban a través de las casamenteras o por encuentros casuales en tómbolas de beneficencia, actividades deportivas o bailes de sociedad donde nacía el amor; al galán se le permitía visitar a la muchacha para cortejarla, al poco tiempo ocurría la cena de esponsales, el novio ofrecía la sortija y la muchacha le daba un medallón con su retrato o un mechón de su cabello, este noviazgo duraba alrededor de dos meses que la pareja aprovechaba para conocerse mejor, pero de un modo

distante ya que se excluían los juegos sexuales y las expresiones de ternura (Orlandini, 2003).

Este tipo de noviazgo se daba de manera rápida y era muy objetivo ya que se tenía en mente contraer matrimonio al poco tiempo de conocerse. El cortejo era algo básico porque tenían que saber ganarse a la mujer además de que sabían que iban a tener convivencia directa con la familia para formalizar el compromiso.

Era de mucho peso el que la mujer decidiera darle al varón “dicha muestra de su palabra”, porque en ese tiempo era comprometerse a ser solo para él y absolutamente nada podía hacer que rompiera con ese compromiso.

Cuando salían a pasear para conocerse un poco más, lo hacían saliendo a lugares públicos porque no podían tener contacto muy directo con la pareja porque debían de “darse el respeto” de una dama.

Orlandini (2003) menciona que en la primera mitad del siglo XX, el primer contacto consistía en las miradas, la mujer debía dar pie de una manera sutil para que se presentará el galán, quien se acercaba más en estado de acompañante junto con sus amigos, al poco tiempo salían los dos solos y se hablaban por teléfono, en la siguiente etapa ocurría la declaración de amor y en la última fase se entraba a la casa de la amada para pedir la mano de la dama.

Aquí se puede observar que la mujer decidía con una sola mirada con quien quería salir, esto se estilaba y de cierta manera era mucho mejor que en la época pasada ya que se hacía caso a la atracción que se tenían. Los hombres necesitaban mostrar esa actitud de “caballeros”, al inicio salían con grupos de amigos y luego ya se empezaban a apartar para comenzar con su relación.

Una vez que los novios formalizaban la relación y tenían la aprobación de los padres, las mujeres comenzaban con el sueño de toda mujer de esa época: “el vestido de novia”.

La novia comenzaba a realizar el ajuar y solo vivía para el novio, quien seguía saliendo con sus amigos y tenía aventuras con mujeres de la calle, lo cual provocaba peleas en la pareja y en los peores casos un rompimiento del compromiso. El noviazgo solo permitía caricias pero estaba prohibido el coito (Orlandini, 2003).

Es algo contradictorio pues una vez hecho el compromiso, la mujer se dedicaba a realizar planes como pareja lo cual ya no le permitía salir con amigos, sin embargo los hombres podían continuar con su vida normal, suponiendo que no existía desconfianza ni conflictos pero si la mujer expresaba estar en desacuerdo con eso, terminaban la relación y cada quien se iba por su camino.

Para una mujer era muy vergonzoso que la dejaran con los planes de boda y aún más para la familia. Se convertían en la burla de las personas y el hombre se justificaba diciendo que todo era culpa de la mujer más no de él.

Estas son las dos etapas más trascendentes y que son base fundamental para lo que hoy se considera noviazgo. Con esto observamos que en la actualidad se han desarticulado las costumbres del noviazgo tradicional, no se comunica la relación a los padres y éstos se dan cuenta del noviazgo por la asiduidad y la ternura de los encuentros (Orlandini, 2003).

Cuando se tiene la primera relación de noviazgo es algo extraordinario porque tienen construido un concepto pero llevarlo a cabo o simplemente que encaje como “debe ser” es un tanto complicado. Experimentan sensaciones indescriptibles, que jamás imaginaron, no saben como expresarlas y porqué sucede.

En cuanto al comportamiento de los novios, quieren que las personas lo sepan pero algunas veces evaden cuando se les pregunta de manera directa y quieren que a todos les quede claro que ya tienen una pareja sin que se invada esa “privacidad”, en el caso de los papás, se sienten raros ya que son de las primeras experiencias en donde se nota una gran felicidad con la cual no se sabe como se debe actuar frente a la pareja y a ellos, es decir, sí se quiere demostrar interés, cariño y empatía pero al mismo tiempo se trata de mostrar respeto y confianza hacia los padres.

El noviazgo es fundamental y de suma importancia para la construcción de una familia sana, es una etapa hermosa donde las personas ensayan la relación de pareja, descubriendo sus potencialidades como futuros esposos y padres de familia ya que una de las características principales es que se fundamenta en el futuro, es decir, en las posibilidades y la ilusión de la construcción de un proyecto en común (Miranda y Bezanilla, 2007).

Como en toda experiencia, dentro de esta etapa del noviazgo, al inicio se es un poco novato y con el paso del tiempo se aprenden cosas de la relación de pareja, desde como debe ser el cortejo, las actitudes que por lo general se toman, la confianza que se tiene y al mismo tiempo el respeto que se dan.

Al tener ya un tiempo considerable con la pareja, inconscientemente empiezan a plantear cosas a futuro, como dos compañeros, como dos personas que vivirán juntos un tiempo, saben que ya ha empezado pero no saben cuando terminará aunque su planteamiento es quedar con esa persona.

En algunas ocasiones cuando salen a tiendas departamentales (más en el caso de las mujeres) observan algunos muebles para la casa e imaginan que quizá en un futuro los podrán adquirir y así poco a poco conforman una idea de qué es lo que les gustaría para su hogar.

El noviazgo es una promesa temporal que, de mutuo acuerdo, puede romperse en cualquier momento (Cuauhtémoc, 1997). La ruptura que se da es porque ya como pareja no se sienten cómodos, aunque un miembro este bien, si el otro no tiene claro que es lo que quiere o no se siente en circunstancias de continuar con la relación, es cuando se termina la relación.

Cuando se tiene una pareja, surge atracción, lo cual lleva a tener sensaciones satisfactorias cuando se ven, se toman de la mano, se dan un beso, etc, todo esto es lo que lleva al enamoramiento, en el que como menciona Alberoni (2010) es un proceso en el cual la otra persona, la que hemos encontrado y nos ha correspondido, se nos presenta como objeto pleno de deseo.

Ese deseo lleva a que ambos se conozcan y descubran qué es lo que le gusta a la pareja, es un proceso en el cual debe salir la creatividad para así expresar sin inhibiciones lo que piensa, lo que sienten y de estar seguros de que quieren a esa persona.

Al inicio de toda relación, se encuentra en un estado pleno de satisfacción y se ve a la pareja como algo hermoso que se quiere tener, cuidar y fomentan aún más sentimientos amorosos. Algunas relaciones amorosas se llegan a dar cuando se ha conocido a la persona y se inicia con una bonita amistad en la cual ríen, pasan ratos agradables, existe solidaridad y apoyo en diversas circunstancias.

Amor y romance precedido por la amistad dará una firme base para las etapas subsiguientes. La amistad es el fundamento sólido de toda relación que crece. Esta etapa origina la confianza, respeto, cortesía y aceptación hacia los demás (IAM, 2002). Como ya se mencionó, no en todas las relaciones de noviazgo es necesariamente ser “amigo” o “amiga”, ya que se puede conocer a una persona y saber si se está interesado o no como posible prospecto. En cuanto a la amistad, si es importante y no se rechaza que dentro de grupos de amigos, termine existiendo alguna relación pero no es la base para tener una relación catalogada como “buena”. Para sentirse bien dentro de la relación lo básico es el respeto que se tienen a ellos mismos y a su pareja.

La definición de noviazgo y de amor van ligadas, ya que no se puede hablar de uno sin mencionar al otro (Orlandini, 2003). Cuando se habla de amor y no se está enamorado, suena como algo cursi y de mujeres pero cuando se vive este sentimiento, no existen palabras que puedan explicar lo que se siente, solo se escucha decir a las personas:

- “no se por qué, pero me siento muy feliz”
- “antes todo se complicaba, ahora tengo soluciones”
- “no te preocupes, todo saldrá bien”
- “haz lo que sientas”
- “que te valga lo que piense la gente”

Murueta (2000) menciona que el sentimiento amoroso será mayor conforme más intensidad, duración y frecuencia tenga cada uno de los siguientes aspectos: reconocimiento, con-vivencia, experiencias agradables, contacto físico agradable, co-operación, creatividad compartida, éxito compartido, narrativa de vida y competencia externa.

- Reconocimiento: se debe dar dentro de la pareja, es reconfortable saber que los logros obtenidos son satisfactorios para ambas partes y con ello se tendrá un crecimiento personal planteando así nuevos objetivos personales y como pareja.
- Con-vivencia: realizar actividades en las cuales exista empatía y de esa manera pasen momentos agradables, puede ser desde ir al cine, salir a fiestas, bailar, visitas a museos, compartir comidas con la familia de la pareja o con los amigos.

- Experiencias agradables: al igual que en la convivencia, se pueden dar este tipo de experiencias en momentos compartidos, se busca agradar a la pareja y ser espontáneo. Esto puede ser el arreglo que se tiene para gustarle a la pareja, los detalles y atenciones brindadas en momentos especiales, el apoyo que se tiene, los momentos felices que comparten, etc.
- Contacto físico agradable: esto abarca desde el saludo y el contacto visual que se tiene hasta el llegar a tener relaciones sexuales. El tener contacto con la pareja genera sensaciones agradables.
- Co-operación: saber que se cuenta con la pareja es de suma importancia ya que es compartido el logro obtenido. Esta cooperación que se tiene, abarca desde cosas físicas hasta sentimentales, se demuestra estar con la pareja y no dejarla sola.
- Creatividad compartida: esto se da cuando comienzan a construirse cosas por parte de los dos, en las cuales se ve el esfuerzo y lo que se espera. Puede ser desde compartir cosas de arte hasta construir cosas para ambos, se le da un valor especial que anteriormente no se notaba.
- Éxito compartido: al igual que el reconocimiento, es la manera de demostrar y reconocer el esfuerzo de la pareja, lo cual lleva a tener una satisfacción para ambos.
- Narrativa de vida: esto es platicar acerca de las experiencias agradables que se han tenido, de esta manera la pareja se llega a identificar y existe aún más empatía y nuevas convivencias agradables. Al tener esta interacción se demuestra entregar ciertos fragmentos de la vida especiales con la persona deseada.
- Competencia externa: esto no significa sobresalir dentro de la pareja, va más allá ya que se busca cumplir los objetivos de la pareja pero al mismo tiempo se ve la satisfacción de ambos, jamás se debe hacer menos al otro miembro de la pareja.

Harvey (2009) menciona que el amor de una mujer es tierno, compasivo, paciente, intuitivo, generoso, dulce e incondicional, es decir, si se comete algún error dentro de la relación existe solución alguna, animan cuando su pareja está triste, lo protege de lo que pueda pasar, lo apoya de manera incondicional

y escuchan cada una de las palabras de la pareja; en general resiste a las pruebas que le impone tiempo, la lógica y todas las circunstancias.

Con lo anterior se puede observar la manera en que una mujer le demuestra a su pareja la manera en que lo quiere y lo ama, esa esencia “femenina” es importante, se encuentra presente con la pareja y si no lo está es un poco extraño, no se sabe exactamente que pasa pero el medio es distinto.

Cuando una mujer siente que pasa algo dentro de la relación, trata de averiguar con exactitud que sucede ya sea directa o indirectamente y de esa manera no se queda con la duda de que es lo que paso o porqué su pareja ha cambiado la dirección de la relación.

La mujer trata de apoyar a su pareja en lo que pueda pero eso no quiere decir que siempre estará dispuesta y sometida a lo que él desee en todo momento, esto es porque en una relación debe existir interés, comprensión y apoyo de ambas partes.

Al comenzar la relación de noviazgo las primeras salidas y contacto con la familia y amigos de la pareja es importante; como mujer no existe problema ni inconveniente alguno al presentar como novio a la pareja pero en el caso del hombre, esto es un poco más de pensar.

El hombre que ama a una mujer le da el título que corresponde (novia, mujer, madre de sus hijos) es decir tiene un lugar especial para la mujer, le declara lo que siente por ella, la ayuda en lo que pueda y, le brindan protección ya sea con consejos o cumpliendo tareas que juzguen riesgos (Harvey, 2009).

Aquí observamos lo que para un hombre significa presentar a una mujer como su novia y que el tener dicho título tiene gran peso ya que no presentan a cualquier amiga como su pareja, sin embargo para ellos no existe problema alguno si tienen muchas amigas y tienen contacto de más que dos buenos amigos ya que todo está claro desde el inicio, es decir, “simplemente amigos”.

Las mujeres y los hombres durante una relación amorosa obtienen grandes satisfacciones, como menciona el Marqués de Sade en *Justine*: “... la vida es solo una serie ininterrumpida de penas y placeres...” (Rutiaga, 2009); es decir, cuando se está enamorado se tiene gran felicidad, no importando las circunstancias por las que estén pasando, simplemente se vive el momento y la satisfacción plena: solo el “ahora”.

Al igual que las mujeres, también los hombres se enamoran, desean cercanía, ternura, continuidad ya que necesitan amor y estabilidad afectiva, sin embargo viven esta experiencia ocasionalmente; la mujer no siempre vive enamorada, ambos al enamorarse se vuelven diferentes de lo que eran y más parecidos entre sí (Alberoni, 2006).

Generalmente las mujeres buscan pasar largo tiempo con su pareja, en el cual podría platicar y expresarle algunas necesidades, sin embargo eso es algo que a los hombres no les parece tan agradable o entretenido.

Los hombres son más visuales y objetivos, si les importa la apariencia de una mujer pero no ponen todo el interés en cuanto a la ropa, colores, accesorios moda, etc, sin embargo cuando se encuentran plenamente enamorados pueden hacer cosas que jamás habían imaginado, pueden llegar a separarse de su familia, amigos e incluso pensar que solo existen para su pareja.

En el caso de las mujeres se da el enamoramiento con mayor intensidad pero eso no quiere decir que toda la vida se encuentren enamoradas o que se enamoren de todas las parejas que han tenido, simplemente es más abierta con los sentimientos hacia su pareja.

Los jóvenes buscan constantemente a la pareja adecuada; con frecuencia se equivocan, se decepcionan y comienzan de nuevo (Cuauhtémoc, 1997). Dentro de la búsqueda de la pareja se tienen algunas fallas, pero eso no quiere decir que siempre sean experiencias desagradables o equívocas, simplemente es un proceso en el cual se deben conocer a más personas y tener otra perspectiva o puntos de vista para así saber qué es lo que busca, que es lo agradable o desagradable.

Una decepción amorosa duele con frecuencia, no importa la edad ni el sexo, simplemente es un dolor que pese a las explicaciones que se busquen, que se den, la opinión de otras personas y la opinión personal, simplemente es un sentimiento diverso, al inicio no se encuentra un porqué, simplemente se piensa que (en el caso de los hombres) todas las mujeres son iguales y que (en el caso de las mujeres) todos los hombres son iguales.

Para sanar esa herida varía el tiempo, algunas personas pueden salir rápido y ser prácticas pero otras pueden tardar un largo tiempo dentro de esa etapa y decir que jamás volverán a salir con alguien ni a confiar como lo

hicieron con su pareja anterior ya que no es algo favorable tener experiencias tristes o desagradables.

Desde pequeños, las personas buscan tener satisfacciones de todo tipo ya que es agradable y esto se refleja. Respecto a esto Alberoni (2006) menciona que los seres humanos buscan activamente a quien le procura placer y comportarse de modo adecuado con él, de esta manera es que dos personas que tuvieron encuentros placenteros pueden establecer entre sí una unión cada vez más firme.

Cuando por primera vez se conoce a una persona, es fácil entablar algunas conjeturas con ella, si se tienen pensamientos positivos y agradables, existirá empatía y los momentos que pasen juntos serán bastante agradables, es por ello que se llega a decir: "no importa el lugar, lo que importa es la compañía".

Al tener una relación se planea que es lo que van a realizar juntos y en algunas ocasiones simplemente es "lo que salga", es decir, no planean específicamente actividades pero saben de antemano que el tiempo que pasen juntos va a ser bueno ya que se sienten muy a gusto con la compañía de su pareja.

Ya la pareja se identifica con atenciones especiales mutuamente y exclusivamente el uno hacia el otro, se hacen preguntas personales como gustos, asuntos que desagradan, comienzan a conocer la familia, incluyen juegos (andar en canoa, nadar, visitar museos de arte, zoológicos, planear y cocinar); estas citas son oficiales y a ellas no se debe llegar tarde ni suspenderlas por ninguna otra actividad ya que reafirman los sentimientos de autoestima, ayudan a la pareja a conocerse mutuamente y crean lazos de responsabilidad mutua (IAM, 2002).

Aunque se han modificado algunas reglas sociales, la caballerosidad es algo que toda mujer busca ya que es agradable y reconfortante ver como el hombre tiene atenciones y que no importa quien esté, simplemente él actúa conforme le dicen sus sentimientos.

A todo hombre le gustan las mujeres que se respeten además de que se comporten como lo que son: como toda una dama, para un hombre no es agradable escuchar que su pareja diga groserías, se comporte como un amigo

más y pierda el respeto por las personas, lo que buscan así como lo que les atrae, es la feminidad que por naturaleza traen las mujeres.

El conocer que se tiene un compromiso con la pareja es algo importante porque se muestra el interés que ambos tienen es por ello que se busca ser puntual, verse bien y tener atenciones como la pareja que son, sin embargo cuando por alguna circunstancia no pueden verse en el tiempo acordado, solo se da una explicación sin justificarse por lo que sucedió.

Cuando una pareja de novios sale a un museo, se ve la manera y el aprecio que se tiene, ambos están interesados y se busca un equilibrio. Cuando conocen a la familia son amables, atentos y buscan dar lo mejor de sí, existe el respeto y se muestra la educación de cada miembro de la pareja ya que a partir de ahí, la familia comenzará a formarse una percepción de la pareja.

Todo lo nuevo causa emociones y diversos estados de ánimo, cuando se comienza una relación de noviazgo sucede lo mismo. Alberoni (2010) menciona que cuando dos personas se enamoran, durante mucho tiempo dicen a sí mismos y a los demás “no estoy enamorado”, pasado el momento en el que se reveló el acontecimiento extraordinario, vuelven a la vida cotidiana y piensan que ha sido algo efímero.

Y es totalmente cierto, al inicio no se acepta que se está en ese estado de enamoramiento, solo se sienten diferentes, con gran energía y con demás cosas por realizar en un futuro.

Al término de este estado se recuerdan cosas que no hace mucho tiempo pensaban y que al razonarlas no pueden creer la postura que tenían; hacen hincapié en que solo fue por muy poco tiempo aunque hayan sido meses e incluso años.

Asimismo, el tener una pareja representa un gran reto, ya que la persona elige a alguien con quien entrelazará su destino, debiendo aprender un nuevo estilo de vida (Miranda y Bezanilla, 2007), aquí es donde entra la convivencia y algunos acuerdos sin palabras.

Se comienza a conocer más a fondo a la persona y con ello ambos se dan cuenta que tanto pueden llegar a pasar o tolerar ciertas cosas, cuando no les parece ciertas actitudes, regularmente lo expresan, no lo hacen de manera

ofensiva ya que van teniendo tacto y al mismo tiempo descubren más de esa persona a la cual quieren.

Existen parejas que son de religiones diferentes pero eso no es un motivo para terminar con dicha relación. Se puede plantear y hablar de la religión, teniendo respeto a ambas partes, más adelante se podría tomar otro rumbo o tener un acuerdo con el cual puedan mediar sus creencias y el otro ceder a la misma.

2.2 La pareja durante el noviazgo

El enamoramiento es unir lo que estaba dividido de manera particular porque esta unión se presenta como alternativa de una relación estructurada (Alberoni, 2010).

Antes de tener una relación, todo se ve de manera individual ya que cada persona tiene la libertad de hacer con su tiempo lo que quiera pero cuando ya existe una relación de pareja se busca un espacio en el que ambos puedan compartir y pasar momentos especiales o realizar actividades juntos para que así exista mayor comunicación y se conozca más a la persona.

Cuando se piensa en actividades de grupo, por lo general está incluida la pareja, es decir actividades en las cuales se pueda tener la compañía de ella, se plantea lo que se realizará, tomando en cuenta los tiempos de cada uno para así encontrar un espacio.

La elección de una pareja representa la culminación de todo un proceso que incluye el desarrollo de la personalidad y las habilidades psico-emocionales, sociales y mentales; si un individuo durante su infancia, niñez, pubertad y adolescencia temprana no ha logrado una integración de los aspectos antes mencionados, es muy probable que se enfrente a problemas en el momento de elegir a un compañero (Miranda y Bezanilla, 2007).

Cuando se tiene a una pareja es porque existen cosas en común, se dice que crecen juntos y de dicha relación tienen aprendizajes diversos, algunas veces maduran un poco más, otras simplemente solo las toman como “experiencias” y en algunos casos prefieren olvidar dicha relación.

Existen personas que siempre elijen parejas con las cuales no se llevan bien y que la mayoría de las veces repiten patrones y aunque no lo aceptan, buscan a personas con características y comportamientos similares, tiempo

después se dan cuenta de que tienen exactamente las mismas actitudes de las parejas anteriores, con las cuales no se llevaba bien y existiendo rechazo e incluso algún tipo de agresión.

Es muy difícil que una persona acepte que se equivocó y aun más poner una solución, esto es porque la sociedad marca que como persona “se debe” tener madurez suficiente dentro de una relación. Dicha madurez es subjetiva ya que no se nace con experiencia, sin embargo se busca tener vivencias para compararlas con lo que se dice o se escucha y así corroborarlo y poder decir “sí, me equivoqué” o “todo está bien”.

En el caso de una relación de pareja entra en juego un intercambio de sentimientos y emociones que bien puede culminar en un noviazgo sólido y saludable o bien en una relación tormentosa y disfuncional (IAM, 2002).

Al inicio todo parece marchar bien pero con el paso del tiempo y con la convivencia que se tiene, se comienzan a decir ciertos comentarios o a tener actitudes que no son del agrado de la pareja, si esto no se trata en el momento, de manera directa, puede ser que ello sea el inicio de una relación donde no exista el respeto ni la confianza que ambos merecen.

Simplemente es aplicar lo siguiente: “hay que aprender a ganarse el respeto” y ¿cómo es que se hace eso? sencillo, no pasar por encima de la pareja ni dejar que pasen, exponiendo lo que se siente y se piensa de manera razonable para que de esa manera se tenga a un compañero agradable, todo en base a la comunicación.

Esto lo podemos corroborar con estudios que se han realizado en Francia en los cuales se ha encontrado que el éxito de la vida en pareja se atribuía a la comprensión mutua, fidelidad recíproca y satisfacción sexual (Cuauhtémoc, 1997), todo esto fundamentado en la comunicación, respeto y tolerancia.

En la comprensión mutua se puede observar el apoyo a la pareja, no hace falta que se un miembro diga que “necesita” de el otro en momentos determinantes, solo con el hecho de ver el contexto, se brinda lo necesario sin esperar nada a cambio.

La fidelidad es un punto importante, para la mujer infidelidad se resume a tener relaciones sexuales con otros, esto es debido a la postura que tienen dentro de la sociedad mexicana, sin embargo se ha visto que para los hombres

la fidelidad es algo relativo, se puede ser fiel en muchos aspectos y pueden tener sexo con otras mujeres pero jamás abandonarían a la mujer que aman, eso lo tienen claro. Como podemos ver, cada uno observa las cosas según la posición que tengan.

La personalidad de cada individuo tiene características específicas que se manifiestan directa o indirectamente en cualquier tipo de relación (IAM, 2002).

Las parejas no pueden cambiar de personalidad pero si se llegan a buenas negociaciones según convenga, esto se observa desde los noviazgos de secundaria hasta los que tienen cuando ya existen hijos de por medio (madre soltera, padre con hijos) e incluso no importa el nivel social que se tenga, todos tienen esto en común.

La pareja se define como un conjunto de dos personas usualmente del sexo contrario, que han establecido un lazo intenso y duradero, que se proveen de sexo y ternura, y que han decidido acompañarse por un espacio de tiempo definido o indefinido (Cuauhtémoc, 1997).

Existen diversos tipos de noviazgo, los cuales han sido descritos por el Instituto Aguascalientense de las Mujeres y por Marco Vega.

Tipos de Noviazgo descritos por Marco Vega (2005):

- El noviazgo llorón: Los enamorados deciden utilizar las lágrimas (llorar) para lograr sus objetivos o caprichos. Esto sucede cuando uno de los dos tiene algo importante que decir a su pareja y la otra persona irrumpe en llanto, justo en ese preciso momento. Generalmente esto era utilizado solo por las mujeres pero en estos tiempos también ha sido aprovechado por los hombres.
- El noviazgo pollito: También conocido como noviazgo materno o paterno. Se le llama pollito porque los jóvenes que están de novios, buscan refugiarse bajo las alas de la gallina (novia o novio), tratando de encontrar en sus amores al padre o a la madre que no tuvieron, ocasionando serios problemas. En el caso específico del noviazgo “paterno” la mujer busca en su novio al padre que no tuvo.
- El noviazgo Osama Bin Laden: Nadie sabe en qué momento, ni cómo, menos el por qué, pero sucede. Son aquellas parejas que de la noche a la mañana se hacen novios, ya que nadie esperaba que esa relación se

daria. Basta solo unos pocos días o tal vez meses para darse cuenta del error que cometieron.

- El noviazgo Alicate: Son todas aquellas relaciones donde no hay un compromiso real de por medio ya sea por parte de él, de ella o de los dos. Son sólo besos y nada más.
- El noviazgo microondas: Es cuando se ha pasado del amor a la pasión, o sea, que en menos de dos minutos de estar juntos, suena la campanilla y ya los dos están listos para la foto (listos para la foto: dícese de una pareja que están ardiendo de deseo por tener relaciones sexuales.) En estas relaciones sólo piensan en satisfacer sus deseos personales, se vuelven egoístas, no piensan en las consecuencias, no creen en proyectos ni en sueños ya que puede más la pasión que el amor.
- El noviazgo ciclón: Se hacen novios, se hacen promesas, se pelean, terminan y vuelven. El ciclo se repite una y otra vez, una y otra vez, una y otra vez. Este es uno de los noviazgos más predecibles, con esto se muestra que ambos son inmaduros, aunque ellos creen que eso es una relación de amor, lo interesante de este tipo de historia es que al final casi nunca terminan juntos. En una de las tantas peleas terminaron para siempre, pero esa última vez sí fue cierto. Ellos han degenerado el amor y han generado una dependencia del pleito, de las discusiones, de enfrentamientos para encontrar ganadores. Lo interesante es que siempre que uno gana, los dos pierden ya que en el amor no hay ganadores, solamente personas que deben ceder algunas áreas de su vida para lograr tener una relación seria y estable. El noviazgo ciclón enferma, mantiene a los enamorados tristes la mitad del día y felices la otra mitad, o sea, producen altibajos, inestabilidad emocional y doble ánimo.
- El noviazgo pinky y cerebro: Esto es basado en la serie de televisión “Animaniacs” de Warner Bros, en los episodios de “Pinky y Cerebro”, dos ratones de laboratorio. Cerebro es muy egoísta, su única motivación es conquistar el mundo, no le importa nada más ni siquiera Pinky, sólo lo utiliza porque necesita aceptación de alguien. En realidad Pinky es muy tonto, es el único que hace caso a las locuras de su amigo, es el único

que le escucha, el único que cree en él. Cerebro tiene una causa definida: Conquistar el mundo; Pinky tiene una causa definida: complacer en todo a Cerebro para que él logre conquistar el mundo. Sólo uno de los dos es feliz, o por lo menos trata de serlo mediante sus logros (Cerebro). La felicidad del otro depende totalmente del primero (no es feliz por sí mismo y nadie se preocupa por hacerle feliz a él). Este estilo de noviazgo es cruel ya que uno es un gran soñador y el otro es el complemento perfecto porque a todo le dice que sí. Los Cerebros son inteligentes, calculadores, piensan sólo en sí mismos, en sus metas, en sus logros, en sus sueños. Si están tristes todo lo demás no sirve, si están contentos todos deben celebrar. El problema es que una vez que los Pinkys despiertan de su hipnotismo descubren que no han hecho otra cosa más que perder el tiempo con alguien que nunca les valoró, sólo les utilizó y ese será el momento de perder a su único seguidor, el fiel y gran amigo Pinky.

- El noviazgo peor es nada: Lo desarrollan aquellas personas que por lo general, han vivido decepcionados de sí mismos como seres humanos, de su apariencia física, repetidos fracasos sentimentales, jóvenes adultos que sobrepasan los treinta años de edad y creen que ya los dejó el tren (dejó el tren: dicese de alguien que cuando llegó a la estación del amor, el tren ya había partido). Dicho de otra manera, son personas que prefieren estar con cualquier persona, con tal de no estar solos o solas. Tienen una gran necesidad de sentirse amados, por eso, no fundamentan sus decisiones en la razón sino en su necesidad y esto los lleva a desarrollar relaciones sostenidas en la nada, cimentadas en las infértiles tierras imaginarias.
- El noviazgo bombillo: Son personas cerradas, no les entra absolutamente nada, aunque lo que se les diga sea bueno, parece que están sellados completamente y no tienen por donde abrirse. El problema de los “cerrados” es que no les gusta escuchar a nadie, cierran su mente, sus oídos y su corazón a la verdad. Ellos creen tener todo completamente claro, de tal forma que aunque alguien les diga las cosas, las palabras serán desechadas y cambiadas por lo que piensan

de antemano. Creen que todos están en su contra. Entre más cosas negativas les digan de la relación, más se aferran a ellas.

- El noviazgo 007: Son misteriosos, ocultos, secretos, como el agente 007. Son novios desde hace tiempo, se besan, se abrazan, se aman, tienen planes juntos, el único problema es que nadie lo sabe, solamente ellos. Mantienen relaciones de noviazgo en una forma secreta y misteriosa. Siempre uno de los dos es el que promueve que la relación sea secreta y la otra persona lo acepta. Puede ser que el que promueve que la relación sea secreta es porque tiene otra relación, según sea el caso.
- El noviazgo equivocado: Generalmente se usan algunas frases como - “No puede ser tu novio, alguien que primero no es tu mejor amigo”, “No puede ser tu novia, alguien que primero no es tu mejor amiga”-. Estos son los noviazgos equivocados, la mala interpretación de dicha frase ha convertido a lo largo de la vida, a excelentes amigos en pésimos novios, como amigos se contaban todo, se tenían confianza, respeto, se apoyaban mutuamente, se entendían y se amaban pero estos buenos amigos, al pasar a ser novios, adquirieron extraños derechos que antes como amigos no se exigían.
- El noviazgo eterno: Mucho tiempo de andar juntos pero no hay futuro seguro, no saben si están por la costumbre o porque realmente hay amor. Las relaciones de noviazgo no deben ser un fin en sí mismo, sino un medio para llegar al objetivo que todos tarde o temprano buscan.

Tipos de noviazgos descritos por el Instituto Aguascalientense de las Mujeres (2002):

- El noviazgo madrugador: Son aquellos novios que todavía son muy jóvenes y les falta una verdadera inmensidad de tiempo para casarse, aún les falta terminar la secundaria, la preparatoria, la carrera y trabajar unos dos años, mínimo, para juntar algo de dinero. Este noviazgo puede ser un tanto perjudicial, porque a veces se brincan etapas a las que más tarde querrán regresar, y porque cuando las cosas se vuelven más monótonas y aburridas, uno de los dos puede hartarse y dejar al otro por alguien más.

- El noviazgo derrama-miel: La pareja es muy empalagosa, no puede estar ni un momento sin tocarse, siempre que se les ve están abrazados, besándose, hablándose al oído. No está del todo mal porque, como en cualquier noviazgo, existe la atracción física, sin embargo es muy importante que detrás de esa atracción un tanto superficial, se desarrolle una atracción mucho más profunda, una atracción emocional. La pasión del inicio reduce con el tiempo y si no hay nada más que sostenga la relación, si en el noviazgo sólo había identificación física la relación terminará de manera inesperada.
- El noviazgo masoquista: Es el tipo de relación donde los novios se pelean más tiempo del que están en paz. No pueden entablar ninguna conversación sin que ésta termine en una horrible discusión. Siempre se la pasan reclamándose, gritándose, lastimándose... es decir, una constante sensación de infelicidad.
- El noviazgo súper héroe: Sucede cuando se enamoran de alguien con problemas ya sea físico o emocional y quieren resolvérselos o ayudarlo a sentirse mejor. Esto se ve mucho en adolescentes que se enamoran del típico niño rebelde (fumador empedernido, que bebe alcohol, mujeriego, incluso hasta medio adicto). Ellas juran que lo van a hacer cambiar, que su amor le va hacer enderezar el camino.
- El noviazgo amiguero: Es la pareja que trata a su novia(o) como si fuera uno más del grupo de amigos. Nunca tiene tiempo para su pareja porque prefiere andar con sus amigos y si la novia o el novio se molesta por esta situación, el individuo en cuestión argumenta que no tiene libertad, que la pareja solo quiere acapararlo, que necesita su propio espacio, etc.
- El noviazgo carcelero: Es muy común ver a hombres y mujeres que se encuentran esclavizados a una pareja que no les permite hacer nada por temor a que se vaya de su lado, esto es falta de confianza en la otra persona y una relación de noviazgo no puede crecer si no cuenta con la base de la confianza mutua. Un novio de esta manera no la deja salir a su pareja con sus amigas porque dice que nada más salen a ligar, no la deja ponerse ropa ajustada o que resalte sus atributos corporales, no le

gusta que se maquille y que se ponga bonita, le arma escándalos si se entera que habló por teléfono con un amigo. Una novia con esta característica quiere saber en dónde y con quién esta su novio las 24 horas del día, no soporta que tenga amigas, se muere de la rabia cada vez que sabe que la ex de su novio está en el mismo lugar que él y lo amenaza con dejarlo si se le ocurre saludarla, organiza un complot con sus amigas para estar vigilando a su novio todo el día, checa la cuenta de correo electrónico sin que éste se entere, etc.

- El noviazgo “a todo dar”: Es desinteresado, porque no pide nada a cambio de lo que da; es sincero, porque se muestra tal cual es; es respetuoso, leal, maduro, alegre, hay libertad y confianza y, sobre todo, fidelidad total. Es aquella relación en donde sólo te interesa hacer feliz al otro, donde te preocupas por sus problemas y te alegras de sus éxitos como si fueran tuyos. Es el noviazgo en donde los dos se ayudan a ser mejores y son el uno para el otro, testimonio de pureza, amistad, sinceridad y coherencia. Conocen los defectos del otro, pero los aceptan y luchan para convertirlos en cualidades.

2.3 El concepto de noviazgo y la pareja

La pareja es algo esencial en la vida de todo ser humano ya que se comparten experiencias de todo tipo, lo que hace que ambos crezcan y aprendan uno del otro.

Para Platón era bello complacer a la persona amada y nadie, ni joven ni viejo diría que es deshonoroso; durante la conquista el enamorado comete actos extravagantes y lo hace sin pensar en las consecuencias que le podría traer (Mêlich, 2006).

Como lo menciona Platón, para el amor no hay edad, cuando llega es algo extraordinario y todo lo malo desaparece, no existiendo barreras ni imposibles.

Al ver reír a la pareja se tiene satisfacción personal ya que la felicidad de uno conlleva a la felicidad del otro. Durante la conquista de la persona amada y al mismo tiempo al corresponderla, se llevan a cabo situaciones y actos

inesperados, algunas veces originales, todo eso para sorprender y atraer la atención de la persona amada.

Cuando se escuchan historias de cómo se conquistó o como fue el cortejo del ser amado, se ven las emociones en el rostro de la persona que cuenta dicha anécdota ya que son cosas que “se vuelven a sentir y a vivir como si se estuviera de nuevo en la situación”, sin importar cuantas veces se haya contado la historia.

Al planear como se llevará a cabo una declaración de amor, no se preocupan por el que dirán o por lo que pasará en un futuro ya que solo se tiene en mente algo: el ser amado.

Algunas personas dicen estar enamorados pero en realidad no lo están ya que solo existe interés erótico y siente atracción hacia una persona pero no va más allá y al cabo de cierto tiempo se pierde el interés (Alberoni, 2010).

Como se observa, la atracción física es muy importante ya que es un factor determinante para comenzar una relación o una amistad, sin embargo hay una diferencia de cuando solo existe atracción física hacia una persona y cuando es amor.

Dentro de la relación, cuando hay amor entran en diversas etapas y pese a las pruebas o dificultades que se presenten, se superará de manera grata y no habrá desinterés de parte de ningún miembro de la pareja.

El amor produce una aportación máxima de felicidad a los hombres ya que cura todos los males volviéndose generoso con el enamorado (Mêlich, 2006).

La felicidad que se tiene durante este estado de enamoramiento es plena ya que la pareja es importante y todos los males se olvidan, por ejemplo, la persona que se encontraba enferma, de repente comienza a sentirse bien, quien era intolerante es completamente abierta a los puntos de vista, las personas que eran rígidas y dictatoras se vuelven un tanto flexibles, es decir, cambia la vida y la manera de pensar, se pasa de algo cotidiano a un punto lleno de confort con nuevas expectativas y en donde los límites se conocen pero al mismo tiempo algunas veces se pueden llegar a pasar y no existir problema alguno.

La elección de pareja, que por lo general se realiza en la inconsciencia debido a la nube de endorfinas e ilusiones, se caracteriza por el

enamoramiento. Es sumamente compleja y no se halla libre de influencias y complicaciones, ya que se encuentra más influida por la propia historia personal, que por las características de la persona elegida, es decir las personas eligen a su pareja con base en los modelos que aprendieron en su familia de origen, en los conceptos de hombre y mujer construidos, y en la idea que tienen sobre ellas mismas (Miranda y Bezanilla, 2007).

Por ello es de suma importancia el desarrollo que se les da a los niños dentro de la familia, se debe enseñar que todo ser humano merece respeto y al mismo tiempo un trato digno como persona, sin importar el sexo al que pertenezca, sin embargo con los modelos machistas que se tienen en México, es un difícil ya que se tiene un concepto diverso del significado de “ser mujer”, tanto al dar un trato hacia ellas como el recibirlo, de la misma manera, se tiene un concepto diferente de lo que es “ser hombre”.

Existen familias en las cuales se respeta a las mujeres, se tenga un trato digno y al mismo tiempo se reconozca el valor del trabajo y dedicación que tienen pero de la misma manera, hay familias en las cuales se trata de integrar al hombre a labores del hogar, sin dejar en tela de juicio sobre su sexualidad, simplemente se tiene respeto por el trabajo de cada uno, no existe bien o mal dentro de actividades que podrían ser “puramente” de un sexo.

Con esta construcción de conceptos, se tienen las bases para una relación amorosa en la cual los miembros de la pareja experimentan una serie de sentimientos y emociones que, si no están enmarcados en una relación estable, la situación puede volverse turbulenta y hasta se corre el peligro de que uno de los dos pierda su individualidad. Esta es una etapa en la que el amor puede fortalecer la fidelidad o en la que la violencia y la discordia pueden lastimar a ambos miembros de la pareja, en un grado que depende de su experiencia previa, historia de vida y creencias (IAM, 2002).

En algunas ocasiones pueden existir malos entendidos, esto es debido a la interpretación que cada miembro de la pareja da a determinadas circunstancias, es decir, pueden tener conflictos por motivos que para la otra persona no significan nada. Al estar enterado de que existe un desacuerdo en determinada actitud, se supondría que ambos hablaran y llegaran a un mutuo acuerdo, sin embargo esto puede pasar desapercibido pero cabe señalar que siempre deben de tener esa confianza para aclarar lo que no les parezca.

Con esto surgen sentimientos ambivalentes con lo cual comienzan a tener una nueva etapa en la relación de pareja, es decir, un día pueden decir que quieren con locura a su pareja y después de cierto comportamiento están pensando que al haber aceptado andar con él o con ella, ha sido lo peor que han hecho en la vida y que lo mejor hubiera sido alejarse de ellos.

Si no se plantea desde un inicio lo que se piensa de la relación o que no se está conforme, es cuando llegan a tratos que ya están fuera de lo que ellos mismos pensaron, debido a que ya no es lo mismo que antes, a que no se sienten de la misma manera que cuando conocieron a esa persona que quieren.

El amor es un tema muy controversial ya que cada persona da su interpretación según su experiencia y sus objetivos. Platón hace la referencia a que cuando se ama a una persona es en cuerpo y alma, atendiendo a la satisfacción del deseo sin preocuparse si es bueno o no, haciendo predilecto al amado (Mêlich, 2006).

En algunas ocasiones las personas observan a parejas de novios que según ellas “no tienen nada en común” ya que uno puede ser amante de las cosas de arte moderno, tener mente muy abierta y una familia con la que no entable conversación alguna y el otro miembro de la pareja puede ser una persona con valores, moralista y conservadora pero ambos se sienten bien al estar juntos, cambian puntos de vista y lo principal, nada importa dentro de la relación, solo ellos y sus planes a futuro.

Con esto comienza una buena convivencia y aceptación de la pareja ya que ambos encuentran satisfacción no pensando solo en ellos mismos, sino en una nueva persona, es decir, si la pareja se encuentra bien, ellos estarán bien, no ser egoísta sino ser compartido, atento, amable y pendiente de las demandas de la pareja.

Alberoni (2010) menciona que para ir del enamoramiento al amor se pasa por algunas pruebas que se plantean a sí mismos y a la pareja, si se superan lo que sigue es amor, sin embargo al no superarlas o evadirlas comienza la renuncia, la petrificación o lo que se conoce como “desenamoramiento”.

Dichas pruebas suelen ser un poco enredosas en el sentido de que se llegan a interpretar como algún tipo de manipulación o chantaje, sin embargo

cuando la situación se aclara en el momento, se llega a un acuerdo y de esa manera es que se supera la prueba.

Al pasar por momentos difíciles y superar los obstáculos, existen lazos más fuertes con los que contará la pareja ya que ambos se dan cuenta que si existe amor sincero y que pese a las circunstancias por las cuales pasaron momentos difíciles lograron salir adelante y darse cuenta del cariño, afecto y amor tienen por su pareja.

Cuando se tienen dificultades y no logran superar los momentos o pruebas, comienzan a dejar perder lo que habían construido de la relación ya que es aquí cuando las personas ya no se esfuerzan ni ponen de su parte para aclarar o solucionar dicho problema.

Al inicio pueden existir malos entendidos y luego tratan de aclararlos pero con el paso del tiempo se va perdiendo el interés y prefieren dejar que todo acabe poco a poco.

Dentro de la relación de pareja puede llegar a existir infidelidad, respecto a esto Platón menciona que cualquier enamorado, si es descubierto cometiendo un acto deshonesto o sufriendo sin defenderse por alguna circunstancia, no le dolería tanto el haber sido visto por su padre o por sus amigos como el haber sido observado por el ser amado (Mêlich, 2006).

Como se ha visto, el tener un lugar especial dentro de la vida de una persona es algo difícil, lo que hace que se valore el tiempo y actividades compartidas, sin embargo cuando existe infidelidad y la pareja que engaña se muestra tal cual es en una aventura, existe un desencanto total, con lo cual ambos se sienten defraudados.

Generalmente cuando se encuentra a la pareja en un acto de infidelidad, la persona que engaña suele decir: "no es lo que estás pensando", lo dice para justificar dicho acto aunque existen personas que no lo hacen, esto es debido a que no aman a su pareja y la relación no tiene el mas mínimo interés para ellos tanto hombres como mujeres.

Se piensa que las mujeres están más propensas a ser engañadas dentro de una relación de pareja, sin embargo debido a la integración que ha tenido a lo largo de los años, existen engaños en la misma proporción, es decir tanto hombres y mujeres engañan o son infieles, no es cuestión de género.

2.4 Etapas del noviazgo

Como hemos visto, el noviazgo es una etapa única la cual va acompañada del enamoramiento y justo hacen cosas que un ser humano jamás pensó, jamás imagino, es decir no existen imposibles ni límites, todo en ese momento es posible de hacer.

Durante esta etapa existen ilusiones y al mismo tiempo se llega a idealizar a la persona amada pero tiempo después van comparando puntos de vista y surgiendo así nuevas estrategias para la relación.

Se habla acerca de dos tipos de amor: el romántico y el maduro, ambos considerados las dos caras de una misma moneda, que originan y sustentan la relación de pareja. En la actualidad todavía subsiste el mito de que el amor romántico es único y que muere cuando se acaba la pasión y el deseo por la posesión del otro, por el contrario, el amor maduro es cuando una persona tiene el deseo de poseer a su pareja es decir, va ligada a la pasión y que termina cuando ya no existe dicho sentimiento (Miranda y Bezanilla, 2007).

Sin embargo existe una fusión de ambos ya que al estar enamorados existen sentimientos encontrados en los cuales la pasión, atracción, deseo van juntos y puede sentirse en diversas relaciones y no solo por una persona aunque sí en diversos grados.

Anteriormente se pensaba en el amor como algo rosa, como algo que solo las chicas idealizaban, amor y querer iban ligados a las mujeres. En el caso de los varones, era el deseo por la otra persona, es decir, el sentimiento de pertenencia.

Dentro de la relación de noviazgo existen cinco etapas con las que se aprenden diversas cosas, esto va desde la primera vez que se ve a la persona y puede llegar hasta el momento en que ambos deciden vivir juntos y formar una familia. Las etapas son las siguientes:

1. La atracción: es lo que conecta a dos seres ya sea por el atractivo físico, emocional o ambos (Ministerio de la defensa Nacional, 2009). Cuando dos personas se conocen existe ese famoso “clic” o “conexión”, esa atracción es diferente puede ser que sea atracción física, atracción por la manera de pensar y que juntos pasen momentos extraordinarios y sientan necesidad y placer al platicar y pasar tiempo con esa persona.

2. La incertidumbre: es cuando nos replanteamos si la pareja elegida es la adecuada para nosotros; y si no logramos comprender el “por qué” de esta etapa, podemos cometer el error de elegir la pareja equivocada (Ministerio de la defensa Nacional, 2009). Tiempo después de conocer y pasar esos momentos especiales es crucial pensar en: “¡y si no es lo que yo pensaba!”, “¡a lo mejor no le gusto!”, ...quizá solo me ve como amiga (o) y nada más...”. Esto es un tanto contradictorio porque ya se paso de la atracción a fijar algo un poco más sólido, no con un compromiso como tal pero si se es objetivo en cuanto a lo que se quiere con esa persona.
3. La exclusividad: es la que nos permite salir solo con una persona y dar y recibir de ella y para ella. Esto da paso a la creación de una relación amorosa y romántica (Ministerio de la defensa Nacional, 2009). Esta etapa es donde las “citas” comienza a tomar otro camino, todo es bonito, no existen complicaciones, ambos acceden y se torna todo adecuado a cada situación para que más adelante se llegue al objetivo principal: tener una relación.
4. La intimidad: nos permite entregarnos de una manera única. Es aquí que ambos se entregan, se sueltan y comienzan a mostrar sus aspectos negativos y positivos. Si llegamos a la conclusión que no somos compatibles, la pareja no saldrá adelante (Ministerio de la defensa Nacional, 2009). Esta etapa es justo donde ya comienza el “ser novio (a) para las dos personas”, ya después de aparentemente conocer un poco a la persona, ambos toman la decisión de tener una relación, no saben exactamente que pasara pero siempre tienen en mente estar contentos y que las cosas fluyan con el paso del tiempo. Por el contrario, si con el paso del tiempo las cosas se tornan diferentes, es decir, si existen malos entendidos, conflictos y algunas discusiones, prefieren terminar la relación. La primera y la segunda situación suceden de esa manera ya que es cuando realmente comienza a salir la personalidad de ambos dentro de la relación, antes era todo ideal pero con el paso del tiempo va saliendo el carácter de ambos, ya sea para que sigan juntos o para terminar.

5. El compromiso nos muestra en esencia que estamos junto a la persona con la que nos queremos casar o formar pareja estable. Es un estado de emoción y sorpresa. Esta etapa puede proporcionar una base sólida para experimentar un amor y romance para toda la vida; no tendríamos que manejarnos con apuros ya que es una etapa que nos permite aportar experiencias positivas, resolver desacuerdos y conocernos para afrontar el gran desafío que significa casarse, convivir y formar una familia (Ministerio de la defensa Nacional, 2009). Esto es lo que precede después de una relación donde ambos se dieron cuenta de lo que conlleva estar conviviendo con una persona para que en un futuro opten por formar una familia.

Después de un noviazgo, algunas personas optan por comprometerse y formalizar con su pareja, no existe un tiempo definido para que eso suceda, todo depende simplemente de el carácter, la personalidad y el tipo de relación que tenga la pareja, puede ser que para que pasen por esas cinco etapas durante algunos meses o durante algunos años.

Lafarga (2001) nos dice que el amor es genuinamente libre y liberador; es llamado por muchos psicólogos libertad emocional, de esa manera, quienes aman por el puro placer de amar, sin necesidad de correspondencia son constante y generosamente correspondidos y cuando no lo son tienen la capacidad de seguir amando.

Con esto vemos como a pesar de que exista atracción física buena compañía, no es suficiente para amar a una persona, si cuentan esos factores dentro de la relación, pero tienen que estar basados para que de esa manera surja el amor entre ambos y de esa manera sea una relación en la que ambos sientan confianza, cariño, aprecio, respeto y otros ingredientes que se tienen dentro de la relación amorosa.

Conocer a la pareja ideal es un poco confuso, ya que la pareja ideal es aquella que tiene la capacidad única de poner de manifiesto lo mejor de uno.

En esta relación se conjuga la atracción física con la espiritual. Entre las parejas de novios existen básicamente cuatro clases de química: Física, emocional, mental y espiritual (Ministerio de la defensa Nacional, 2009).

Esas cuatro estructuras son básicas para que exista el confort antes mencionado además, cabe señalar que la belleza es relativa ya que “cada persona percibe de manera diferente lo bello o hermoso de algo o alguien”.

En las relaciones de pareja donde ya hay continuidad en el tiempo, suelen existir sentimientos fuertes entre ambos, en general existen proyectos, actividades y/o salidas en común, existiendo un compromiso social, de esa manera es como la gente sabe que están en pareja; las familias conocen a los novios o están al tanto de la relación, lo mismo que los amigos y allegados, concluyendo en que existe un acuerdo de exclusividad y un compromiso de fidelidad (Camacho, 2004).

Es así como se construye de manera social y personal la formación de una pareja ya que es diferente cuando una mujer sale con un hombre como amigos teniendo ciertas atribuciones y cuando una mujer sale con su novio y realizan actividades juntos, teniendo atenciones por parte de ambos.

2.5 Cuando el amor es odio

Como ya se ha mencionado, al estar con una persona se busca sentirse bien, estar de acuerdo en ciertas situaciones y principalmente convivir y conocer más a fondo a la pareja.

Con lo anterior observamos como la elección de una pareja representa la culminación de todo un proceso el cual incluye el desarrollo de la personalidad y las habilidades psicológicas, emocionales, sociales y mentales ya que si una persona durante su infancia, niñez, pubertad y adolescencia no ha logrado un buen desarrollo emocional es muy probable que se enfrente a problemas en el momento de elegir a un compañero o compañera (Ministerio de la defensa Nacional, 2009).

Desde pequeños se va formando el carácter de cada persona, esto lo va a regir para tomar en un futuro decisiones, sin embargo, al igual que en cualquier actividad, si no tienen experiencia no sabrán qué decisión tomar. La experiencia es relativa ya que cada persona aprende de manera diferente y puede sentirse preparada o no para tener un noviazgo y saber hasta donde llegar con la persona que ha elegido.

Dicha elección de la pareja puede ser descrita como un proceso complejo en el que se consideran los factores biológicos, personales,

psicológicos, sociales y emocionales, que se confrontan conforme pasa el tiempo, teniendo un impacto favorable o desfavorable en la duración que puede tener la pareja (Valdéz, González, Árce y López, 2007).

Por lo anterior, cuando dos personas se conocen, comienzan a formarse una imagen personal, con el tiempo la van modificando, esto es debido al trato que se tiene y a las sensaciones agradables o desagradables que se pueden producir.

Estos factores son determinantes y se busca tener un equilibrio ya que no se puede tener un peso igual en todos, existen relaciones en las que influye más el desarrollo social, esto es que ambos se sientan perfectos cuando comparten tiempo juntos, las actividades que realizan, etc. o quizá puedan sentirse excelente en cuanto a las realizaciones personales y a los objetivos que se plantean individualmente y como pareja. Esto es de suma importancia ya que va combinado en cuanto a la felicidad de cada miembro (individual) pero al mismo tiempo haciendo un trabajo en equipo (como pareja).

Como todo ser humano, tanto el hombre como la mujer busca sentirse bien para agradarle al sexo opuesto, respecto a esto, Alberoni (2006) nos dice que para sentirse atractivo y deseado, se debe desear, es decir, que por naturaleza es agradable saber que otras personas perciben ese juego de seducción, el cual es de gran ayuda para establecer un equilibrio dentro de una relación emocional; esto hace referencia principalmente a la manera de seducir de una mujer, a pesar de ser fiel a su pareja, siempre busca agradar a los demás.

Como mujer, esa manera de agradar se puede expresar de diversas formas, algunas veces buscan expresar su feminidad en el arreglo personal ya que busca mantenerse físicamente bien, se viste de manera agradable y atractiva, el trato que tiene hacia los hombres es respetuoso pero al mismo tiempo con un toque de coquetería (entre otras cosas), es decir, trata de ser agradable en todos los sentidos, seduce de manera sutil pero lo hace para sentirse bien, no llega a la traición en una relación pero sí a la seducción.

Los hombres buscan la manera de impresionar a las mujeres, esto lo hacen de diversas maneras, principalmente llamando la atención ya sea por medio de cosas materiales (autos deportivos o último modelo y artículos de alta tecnología) o por la seguridad que tratan de expresar y al igual que las mujeres,

tratan de llamar la atención al verse bien físicamente buscando así la admiración y el respeto sobre el trabajo que realizan (Harvey, 2009).

Generalmente cuando un hombre va en un buen auto, piensa que todas las personas del sexo opuesto estarán “disponibles” y que lo voltearán a ver ya que el auto es un accesorio y un medio para tener a la mujer que quieren; como ya se mencionó, el auto es algo extra, por ello buscan verse agradables para una mujer y al igual, la vanidad es su aliada.

Podría pensarse que en una relación todo es agradable y que la pareja siempre se encuentra de buen humor y sin problemas, sin embargo cuando no se alimenta la relación y se habla directamente con la pareja, inician los conflictos y todo lo que han ido construyendo desde ya hace algún tiempo, comienza a derrivarse, es aquí donde se observan verdaderamente los errores de cada persona.

El amado revela que no es del todo penetrable, pues deja ver esa parte de su individualidad que, por ser inaccesible, resulta tan dolorosa para el amante. Por eso el amor es una tregua de la tristeza entre dos personas que, a lo sumo, permite aplazar el duelo pero no restarle sufrimiento (López, 2009).

Ante esta situación se crea una actitud de indiferencia como mecanismo de defensa ya que tratan de hacer sentir a la pareja “indiferencia” de manera directa pero al mismo tiempo justificándose, teniendo en mente (y dándole a entender a su pareja) que no sufre y que no estaba del todo enamorado. Situaciones de este tipo deben aclararse a tiempo porque pueden tener consecuencias que ni ellos mismos esperaban.

Generalmente con estas situaciones comienzan a tener problemas, discusiones, enfados, lo que los lleva de tener un sentimiento de “amor” a un sentimiento que comienzan a catalogar como “odio”.

Esto inicia por cosas que, si ambos pusieran de su parte se podrían solucionar pero al igual que fueron construyendo bases sólidas para tener una relación de amor, pasión, atracción, cariño, confianza y dedicación, ambos cooperan para desaparecer todo lo anterior y algunas veces no dicen nada para remediar las cosas o los malos tratos, prefiriendo dejar todo “así”, argumentando que “no tenía buena solución”, sin buscar un posible acuerdo o tratar de solucionar sus problemas.

Márquez (2005) nos dice que mientras más sólido, duradero e intenso haya sido el vínculo amoroso, mayor será el dolor ante el desprendimiento de lo que significa la relación y la persona que se ha despedido.

Al inicio de los conflictos, se rechaza la idea de que ya no es agradable estar con el ser amado, sin embargo, la pareja dice estar “haciendo lo correcto” aunque realmente tengan otro objetivo: regresar y remediar a como de lugar con la persona que dicen “amar”.

Desde que comienza una relación se establecen vínculos de diversa índole y todo ello conlleva a tener un apego aún más grande, de manera amorosa y con gran aprecio a la persona, lo cual hace que al tomar la decisión de irse cada uno por su camino, exista una confusión y un mayor dolor dentro de la separación.

La ruptura de pareja se caracteriza por ser una de las experiencias más dolorosas que puede sufrir una persona a lo largo de su vida, esto se considera el acontecimiento más estresante después de la muerte de un ser querido, en general la ruptura provoca soledad y aislamiento (Orgilés y Piñero, 2006).

Se esperaría que al terminar con una pareja fuera una etapa fácil de superar con el apoyo de los amigos o de los familiares, sin embargo algunas veces las personas no cuentan con la suficiente confianza para decir por lo que están pasando, es por ello que prefieren “vivir” su dolor de manera independiente, haciendo así un distanciamiento dentro del círculo social, en algunos casos esto se puede superar y en otros pueden seguir dentro del sufrimiento.

Al igual que durante la pérdida (muerte) de un ser querido, al terminar con la pareja se vive un duelo, respecto a esto Márquez (2005) menciona que los encuentros que se llegan a dar en el proceso normal del duelo pueden confundirse con los constantes acercamientos y alejamientos que presenta la pareja irrompible.

Cuando se da el rompimiento de una relación, siempre se escucha la frase: “...no te preocupes... va a regresar...” y si se quiere, se valora o simplemente se aprecia a la pareja, se vive esperanzado (a) a que regrese la persona; quizá solo suceden encuentros “casuales”, pero la persona que dice estar “enamorada” se hace la idea de que no existe ninguna casualidad, buscando infinidad de explicaciones, las cuales tiene que ver directamente con

el afecto que aún tienen hacia la pareja, con lo cual comienzan a hacerse ideas fuera de lo real, que solo los lleva a un punto: aferrarse a la persona.

Cuando se tiene un final en la relación de pareja, se buscan explicaciones de la persona con la cual se ha roto ese compromiso, si bien la ex pareja la quiere dar, generalmente las cosas seguirán un camino adecuado; por el contrario, si la pareja se desaparece o simplemente no quiere dar una explicación respecto a lo que sucede, se inicia un conflicto y es justo ahí cuando comienzan a buscar explicaciones ellos solos o le preguntan a las personas (Orgilés y Piñero, 2006).

En una relación de pareja se esperaría que ambos cedieran de la misma manera, pero el ver la realidad, es totalmente diferente ya que siempre uno ama más que el otro, uno accede más que otro y uno da más que otro.

Al tener una explicación directa por la persona,, se esperarían dos cosas:

1. Que el conflicto terminara y que siguieran juntos
2. Que el conflicto terminara y que se separaran

Pero de las dos maneras, las personas terminan por tener malos arreglos ya que como se mencionó, uno cede ante algo que no le parece o de lo cual no está convencido y el otro dice y hace lo que más le convenga, pensando solo en su bienestar.

Cuando no se da la explicación dentro de la ruptura de la relación (por una de las partes), se toma un papel de adolescente, buscando en otras personas la respuesta esperada y si no es de su agrado, puede llegar a molestarse e incluso a tener problemas con las personas que no dicen lo que quiere escuchar. Todo ese proceso de negación y conflictos se resumen a dos cosas: tener autocompasión de ellos mismos y victimizarse con los demás.

Este tipo de relaciones son un tanto destructivas ya que creen estar enamorados y no ven que su pareja les esta condicionando para que reaccionen de cierta manera. Cualquier amor condicionado, que no deja en libertad, es en mayor o menor grado manipulatorio ya que el que ama para recibir algo a cambio, en realidad se ama más a así mismo (Lafarga, 2001).

Esto es el inicio de las relaciones con violencia ya que comienzan poco a poco teniendo control sobre la persona (a la que dicen amar) y al mismo tiempo aislándola de sus amigos, familiares y tomando decisiones por ellas de manera

indirecta, usando cualquier arma que tengan para lograr sus objetivos. Como hemos visto, a partir de los malos entendidos, de los conflictos y de la falta de comunicación, es como se conoce aún más a la persona que se elige como pareja.

Otro punto que se debe tocar, es lo correspondiente con la sobreprotección que se le brinda a la pareja. Cuando comienzan como novios se buscan momentos agradables, se hablan por teléfono, salen juntos, es decir, tienen más apego,, sin embargo cuando comienzan a “empalagar, hostigar, hartar, perseguir o cuidar” a su pareja, es cuando existen problemas de pareja aún más fuertes.

La intimidad de los amantes termina por asfixiarse en la burbuja que ellos mismos han creado; por eso se ha dicho que “el amor sólo es posible en cuanto a las ilusiones de pareja”, con lo cual sólo lo que no puede perdurar goza de cierta eternidad (López, 2009).

Como todo, al inicio se tiene una idea de lo que podría ser, pero con el paso del tiempo se verá en sí la manera de ser de las personas y se tiene que estar seguro de sí mismo para decir “no es lo que yo quiero” y tomar una decisión con lo que hará en su vida futura, teniendo en cuenta que nadie tiene el derecho de obligar a amar y querer en una relación, mucho menos a estar encima de la pareja todo el tiempo.

Después de la ruptura se producen una serie de cambios personales, familiares, económicos y sociales que pueden resultar demasiado estresantes para la expareja (Orgilés y Piñero, 2006); quizá algunas personas piensan que estarían mejor si enseguida tienen una relación nueva y creen que al buscar una persona con características totalmente contrarias a su ex, encontrarán paz y felicidad dentro de la relación; al contrario, lo que se debe hacer es permanecer un momento solos y pensar en ellos, en qué es lo que quieren realizar, teniendo claro que no existen errores, simplemente como todos los humanos: para saber qué es el amor, primero se debe aprender a amar.

Como se ha observado, cuando se tiene una relación de pareja no se vive siempre feliz y sin problemas, más bien se aprende a negociar y a tener una manera diversa de expresar lo que se necesita. Los problemas de pareja pueden relacionarse con la socialización, el establecimiento de vínculos

emocionales, de posibilidades de comunicación, confianza o de elección (Miranda y Bezanilla, 2007).

Al igual que en cualquier relación social, con la pareja se debe tener la capacidad de hablar y manifestar qué es lo que se desea y qué es lo que no le gusta de la persona y de la relación para que entre los dos formen una posible alternativa, teniendo en cuenta que no desaparecerá algo determinado pero que sí se pueden tener alternativas para mediar la situación y que se trabajará en ello, poniendo ambos de su parte.

La persona que desea tener una pareja, no la elige por casualidad, lo hace porque encuentra en ella características que le atraen, encuentra afinidades en su forma de ser y también diferencias que le permiten complementarse, enriquecerse e incluso tolerarse; es decir, cuando una persona atrae la atención de otra, en un primer instante le puede impresionar, se piensa que es la mejor del mundo, proporcionando energía y emoción, le gusta todo lo que dice, lo que hace, no hace otra cosa que pensar en ella, busca momentos para poder verla y estar en su compañía (Ministerio de la defensa Nacional, 2009).

Como ya se ha mencionado, en una pareja debe existir amor, deseo y atracción, esto entra por todos los sentidos, cuando es correspondido y se establecen vínculos de confianza en todo sentido, tendrán una relación estable, de vez en cuando con problemas y discusiones pero al fin, tendrán la capacidad de manejar las cosas de manera que no pasen a la violencia como tal, sin embargo cuando no tienen la habilidad de solucionar problemas, comienzan a tener conflictos, los cuales poco a poco los irán destruyendo, pasando así de tener una relación estable, donde existía amor y confianza, a una relación de odio, desprecio y arrepentimiento.

2.6 Acuerdo de pareja

El decidir estar con una persona como pareja es algo que solo les concierne a ellos (como pareja o novios) y no a gente allegada ya que aunque se haya tomado dicha decisión de manera precipitada, los únicos responsables de dicho acto son la pareja como tal.

La afectividad y el conocimiento generados en la relación de pareja son determinantes dentro de la comunicación que se establece y de ello depende la

interacción que se vaya dando conforme pase el tiempo (Sánchez y Díaz, 2003).

Como hemos visto, la comunicación es algo básico dentro de cualquier relación con las personas de nuestro alrededor y dentro de esta etapa de noviazgo o de convivencia de pareja es aún más determinante e importante.

Dentro de la comunicación existen diversas variables que son importantes, tales como el mensaje que se quiere transmitir, el tono que se utiliza y al mismo tiempo saber de qué manera lo tomó el mensaje el receptor ya que dependiendo de el estado de ánimo y de la situación, es como se tomará el mensaje de la pareja.

Una pareja tiene un fin en común: hacer una vida juntos, sin embargo aunque posean valores y afinidades comunes, suelen tener prioridades y puntos de vista con los cuales suelen entrar en conflicto (Chertok, 2006).

Es por eso frecuente escuchar: “no tienen nada en común y aún así siguen juntos”, eso está claro ya que no existen personas idénticas, que siempre se encuentren felices y que accedan para todo lo que se les pide.

Cuando expresan qué es lo que no les parece dentro de la relación, suelen entrar en confusión y emergen problemas de diversa índole ya que debido a la formación que se ha dado desde pequeños, es en beneficio de uno mismo y no en el bien común o en lo que más convenga según la situación.

Como hemos visto, la pareja se concibe como la unión de dos personas en la que existe una relación de interés mutuo y se acoplan las capacidades físicas, psicológicas y emocionales para el logro de objetivos comunes, entre los que regularmente se encuentran la generación de satisfacciones, desarrollo personal y la procreación de hijos si se desea, compartir los sentimientos, valores, aspiraciones, fracasos, alegrías, tristezas, éxitos, forma de vida y sexualidad (Ministerio de la defensa Nacional, 2009).

En la relación que se tiene se forma un vínculo de fraternidad y de confianza los cuales se vuelven más estrechos o simplemente al tener un problema de pareja, se van deshaciendo y formando otra imagen de la persona.

La sexualidad es un punto importante dentro de la relación; a pesar de que en gran cantidad de artículos mencionan que los seres humanos, al igual que los animales, se dejan llevar por los instintos, buscando siempre la

satisfacción (saciedad de hambre, comodidad y sexo). Tanto hombres como mujeres buscan tener un contacto más directo e íntimo con la persona, es decir, tener un contacto sexual ya que será algo determinante dentro de la relación.

Puede ser que después de tener relaciones sexuales la relación de pareja se más estrecha y exista mayor confianza, es decir, que el sexo aquí se ve como un plus; por el otro lado, puede ser que después de tener relaciones sexuales exista una separación y la pareja se de cuenta que no es lo que esperaban en todos los aspectos y decidan finalizar dicha relación ya que es lo que ellos y ellas consideran como “lo mejor”.

Cuando se tienen problemas de pareja, generalmente se trata de buscar una solución porque hará que la pareja tenga mayor comprensión y de esa manera logren tener un mejor desarrollo y crecimiento de manera personal y como pareja, todo esto basado en la comunicación es decir, con el diálogo que se tenga, con la manera de expresar las demandas y posibles alternativas.

Existen cuatro estilos de comunicación, los cuales son utilizados con una finalidad en específico (Sánchez y Díaz, 2003).

1. Se es sociable, amigable, juguetón, optimista; es una manera esencial para intercambiar información en forma convencional y de acuerdo a expectativas sociales.
2. Tiene la intención de forzar un cambio en la otra persona, incluye juicios que indiquen que algo es correcto o no y señalan lo que debería de hacer o no; de esa manera se trata de controlar lo que está sucediendo.
3. Es reflexivo, explora y mira lo que ha sucedido en el pasado para anticipar el futuro; la persona elabora, investiga y desea, es positiva.
4. Expresa la interacción de tratar un tema de manera abierta y directa, está en contacto con los pensamientos, sensaciones, sentimientos, intenciones propias de pareja y de las implicaciones a la relación en forma honesta y responsable.

Respecto a esto, Chertok (2006) nos dice que el objetivo del diálogo centrado en la solución, es encontrar la manera de resolver las cuentas pendientes que se tienen con la pareja, es decir, se analiza el problema y se mencionan algunas posibles soluciones, al inicio pueden ser temporales pero con el tiempo deciden se quedan esas alternativas o las desechan; esto no

garantiza que puedan llegar a un acuerdo al instante, sin embargo es un camino para tratar de hacerlo a futuro.

Como se mencionó es un objetivo, falta que las personas en realidad quieran resolver el problema, es difícil al inicio detectar en sí cual es el problema central, ya que puede ser que determinadas actitudes sean las desagradables y eso conlleva a tener problemas que a un principio son leves y con el paso del tiempo comienzan a agravarse.

Se considera que es un gran avance cuando se acepta que existen problemas y aún más cuando pretenden poner soluciones pero cabe aclarar que no siempre se llegan a buenos términos.

Dentro de la relación de pareja muchas veces se llega a una solución sin dialogar, es decir se negocia con la pareja de manera indirecta, teniendo un “acuerdo sin palabras”; este tipo de acuerdos comienzan cuando un miembro de la pareja hace algo que desagrada a la otra persona y para remediar lo sucedido se llevan a cabo acciones a beneficio de la pareja que se supondría “está en desacuerdo”, y así sucesivamente.

El gobierno de Chile (La jornada, 2007) estableció una ley llamada “Acuerdo de vida en pareja”. En el primer punto se dice que el acuerdo de vida en pareja es simplemente un contrato que tienen dos personas con el propósito de regular los efectos jurídicos derivados de su vida afectiva, lo cual no altera el estado civil de los contrayentes.

Este acuerdo que se estableció con el fin de que ningún miembro de la pareja se sobrepase ante determinadas situaciones y al mismo tiempo se otorga el valor y el derecho de tratar como persona a ambos miembros de la pareja ya que si existiera algún mal trato, se sancionará ya que se está violando una nueva ley aprobada.

Está claro que una relación de pareja es un compromiso y como tal, deben de marcarse ciertas pautas que no rebasen límites y que al mismo tiempo se den respeto y tolerancia a ambos, todo esto centrado en la comunicación.

El diálogo que tiene una pareja, al ser comprensivo y tolerante permite superar las diferencias o conflictos que se generen, llegando así a un acuerdo común (Chertok, 2006).

Cuando hay interés en la relación, se busca llegar a un buen acuerdo y como hemos señalado, esto es basado en lo que cada miembro tenga a su favor, pero al mismo tiempo saber qué tanto puede acceder ante la petición o el planteamiento del problema que tienen.

Sin embargo, dentro de las relaciones de pareja suelen existir problemas de diversa índole, por lo que puede darse una ruptura que puede no ser definitiva por lo que, para lograr la reconciliación, uno de los miembros de la pareja busque hacer obsequios y ofrecer halagos al otro; este patrón de ruptura, petición de perdón y reconciliación es frecuente en una relación, una vez que se ha establecido un ciclo de violencia (IAM, 2002).

3. VIOLENCIA DE GÉNERO

La violencia de género es un tema del cual se escucha demasiado hoy en día, este tipo de situación se da dentro del trabajo, en la escuela, con los amigos, en la familia así como dentro de una relación de pareja, entre otras.

Para hablar sobre violencia de género se darán brevemente los conceptos de feminidad y masculinidad. Álvarez (2003) nos dice que el concepto “femenino” está asociado a la debilidad, la belleza, la sumisión y la fragilidad, mientras que el concepto “masculino” se asocia con el poder, la fuerza, la seguridad y la inteligencia, estas ideas que diferencian a los sexos y prevalecen en las sociedades actuales están condicionadas por razones históricas, sociales, económicas y culturales, favoreciendo así la consolidación de las relaciones jerárquicas de la desigualdad entre los sexos.

Dentro de la sociedad mexicana, el ser mujer es sinónimo de comprensión, dedicación y aceptación de lo que el hombre demande, esto se puede observar desde las personas que viven en comunidades indígenas hasta las personas que cuentan con un nivel tanto alto tanto económico como cultural. En las comunidades, es frecuente que la mujer (aparentemente) esté de acuerdo con la decisión que toma el hombre de la casa y si por alguna circunstancia no sucede lo que se esperaba y el hombre necesita sacar todo lo que siente, la mujer debe comprenderlo, escucharlo, apoyarlo y lo principal, está dispuesta y preparada para dar palabras reconfortantes y de aliento para que su pareja se sienta bien, es decir, debe existir el apoyo (hasta de cierta manera maternal) para el hombre.

En el caso de los varones, la sociedad (y ellos mismos) ha hecho que se manejen como el “sexo fuerte” ya que un hombre es la parte enérgica de la relación, es quien toma decisiones fuertes y determinantes, sin dejarse llevar por sentimientos de por medio, siempre se muestra capaz y objetivo de lo que hace, dice y piensa.

Existen diversos factores que desencadenan la violencia, esto se puede dar en personas mayores, adolescentes o niños, sin embargo, cabe mencionar que algunos factores que desencadenan el origen del carácter violento radican en experiencias que se tienen durante la infancia.

Desde pequeños, tanto hombres como mujeres están expuestos a situaciones de violencia que varían según su entorno familiar y social; la principal característica de la violencia de género es que se trata de violencia ejercida de hombres hacia mujeres ante situaciones de desigualdad y subordinación femenina (INMUJER, 2008).

Situaciones como esta son comunes y regularmente no se les presta la atención que requieren, debido al concepto que se le adjudica a la mujer (bondad, servil y debilidad) y al concepto que se le da al hombre (rudeza, dominante y emprendedor).

A la violencia se le percibe a menudo como un componente ineludible de la condición humana, un hecho ineluctablemente al que hemos de reaccionar y prevenirlo (Organización Mundial de la Salud, 2005).

Los violentos se relacionan con el machismo ya que el hombre es quien tiene la autoridad sobre cualquier situación e incluso, esto lo ha hecho que pueda llegar a reaccionar de manera irracional, abusando de su fuerza física y manipulando los pensamientos, con expresiones denigrantes hacia la mujer (esposa, hija, hermana e incluso madre) sin tener culpabilidad ni responsabilidad por dicho acto.

Como podemos ver, la violencia es un tema de gran impacto ante el cual no se toman las medidas necesarias ya sea para prevenirla o combatirla, sin embargo es común escuchar a las mujeres decir: “si hace ese tipo de cosas es por que me quiere...”, “...no siempre se comporta así...”, “...está un poco estresado...”, “es la primera vez que se comporta así...” y no se dan cuenta que aunque sea una primera vez, eso podría ser un detonante para que en un futuro siempre actúe así ante situaciones que pongan a la mujer en riesgo.

El tipo de agresiones que se le hacen a la mujer son de diversa índole, esto puede ser dentro de la familia, ya sea por parte de su esposo, padre, hermano u otro familiar, o fuera del núcleo familiar, es decir, por parte de su novio, pareja, amigos, compañeros (entre otros); a este tipo de agresiones que se tienen hacia la mujer, se le llama “Violencia de Género”.

La violencia de género es una problemática social que afecta a mujeres de diferentes edades, clases sociales, culturas o niveles académicos, superando estereotipos diferentes respecto a quienes la sufren, porqué y dónde se producen (Aguilar, Alonso, Melgar y Molina, 2009).

Generalmente se pensaría que la violencia solo se ejerce hacia mujeres casadas de un rango de edad entre los 25 y 45 años, de bajo nivel cultural, económico y social, sin embargo esto va más allá, ya que los comportamientos violentos se presentan a cualquier edad y bajo cualquier circunstancia es decir, en toda la sociedad.

Debido a los sucesos violentos que se han presentado a lo largo del tiempo, se llevó a cabo la declaración sobre “La Eliminación De La Violencia Contra La Mujer”, la cual define a la violencia como todo acto basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o puede tener como resultado a un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico así como amenazas y privación de la libertad (Martínez, 2003).

Para la mayoría de las personas, el comportamiento de un hombre violento se refleja únicamente en el maltrato físico, la golpean, pero como ya se ha mencionado esto es más allá de lo que se puede observar. Cuando una mujer es sometida a tratos denigrantes o se le prohíbe salir de algún lugar, esto es penado ya que la ley estipula que nadie es digno de tratos de esa índole, sin embargo se tiene que proceder legalmente en contra de la persona que ejerce dicho acto y cuando comienzan a realizar las cosas de manera seria y que se involucre la ley, las mujeres prefieren retirar toda demanda.

Las mujeres que cuentan con niveles económicos altos y con familias que aparentemente tienen prestigio social, se puede vivir con violencia, es decir, el padre de familia, ante la sociedad se comporta de manera correcta, aparenta ser una persona responsable, amable y que provee a su familia en un amplio sentido, protege a sus hijos y a su esposa, les da todo lo que necesitan e incluso los llega a sobreproteger. La esposa se muestra cálida, tierna y atenta a lo que le dice su esposo (frente a las personas) sin embargo cuando se encuentran a solas, el hombre explota y comienza a decirle cosas que la ofenden, buscando una discusión, es decir, (según él) ella misma provoca la situación para llegar a los golpes ya que no hay manera de comunicarse las cosas. En las familias de bajo nivel socioeconómico, se presenta la misma situación, pero siempre acompañada de asuntos concernientes al dinero, diciendo (como hombres) que la mujer es quien tiene la culpa de la situación familiar ya que no hace nada para el bienestar de la casa.

En ambos casos se presenta un abuso de fuerza y se ve claramente la dominación que tiene el hombre sobre la mujer, con hechos de ese tipo se ve claramente el atentado que existe en contra de la mujer.

El Instituto Nacional de las Mujeres (2008) menciona que algunos de los factores que se asocian con la violencia de género son: el lugar de residencia, la edad, las condiciones sociodemográficas, la participación laboral y los antecedentes de violencia durante la infancia.

Respecto a lo anterior, existe una incidencia mayor de violencia en familias de bajos recursos, sin embargo no siempre es así ya que aunque se tengan avances y pensamientos más abiertos sobre los derechos y obligaciones que un ser humano (hombre y mujer) deben tener, se sigue pasando por las leyes que lo conciernen, todo ello debido a la cultura machista bajo la cual se rige México, señalando que en ciertas comunidades la mujer aún no está enterada de lo que pasa en el país, mucho menos tiene la noción de que se le está manejando deliberadamente.

En la actualidad, especialmente en algunos Estados de la República como Ciudad Juárez, Monterrey, Estado de México, Veracruz e incluso en el Distrito Federal son los lugares donde existen en un índice mayor la violencia hacia la mujer. Cuando una mujer es víctima de una violación sexual, existen comentarios como: "...ella lo provocó por su manera de vestir...", "...ella tuvo la culpa...", "...bien que andaba tras los hombres...", los cuales hacen relucir aún más el régimen dominante del hombre, ya que pese al maltrato que provocaron, de ser victimarios, pasan a ser víctimas. Con esto vemos como dentro de la sociedad están dadas las condiciones para que cualquier mujer viva en riesgo de ser violada, toda esposa ser golpeada y ser hostigada sexualmente (INMUJER, 2004) ya que la mujer tiene que acatar las reglas de las cuales no se hablan como tal, pero queda por sentado que deben seguirlas, de lo contrario "es como si fueran de lo peor", si se comportan mal o hacen cosas incorrectas, deben recibir su castigo por la máxima autoridad: su esposo, quien siempre tiene la razón.

En el ambiente laboral las mujeres sufren de injusticias para las cuales existen alternativas (denuncias principalmente), pero cuando este tipo de tratos pasan más allá de lo que se considera como simple trabajo de "oficina", las cosas toman otro rumbo. Si el jefe se muestra interés sobre alguna empleada y

tiene planes que van más allá del lo laboral, esto se presta a una dos cosas: abuso de autoridad y acoso sexual. Cuando la mujer tiene mucho la necesidad del empleo y su jefe la ha amenazado, puede pasar por alto muchos abusos de ese tipo ya que de ante mano sabe que si se queja por la situación, pueden correrla ya que es la palabra de ella contra la de su jefe.

Ese tipo de situaciones se ve frecuentemente, sin embargo, debido a las necesidades que se tienen como persona, se llegan a pasar ese tipo de abusos y si no se hace nada respecto a ello, se corre el riesgo de que más adelante la mujer permita actos aún más fuertes.

La violencia transgrede el derecho a la vida, a la libertad y la seguridad de la mujer, ya que no debe ser sometida a torturas, maltratos, tratos crueles, inhumanos o degradantes (Martínez, 2003). Lo anterior se encuentra estipulado en los derechos humanos, sin embargo pareciera que a las mujeres se les excluyera de ello ya que aunque han existido movimientos en contra del maltrato hacia la mujer, no se ejerce la ley como debiera ser ya que es a interpretación de cada persona.

Existen Estados en la República Mexicana donde está prohibido abortar (aunque la mujer haya sido volada y quedado embarazada) y dicho acto, es perseguido de oficio, castigando así a la mujer que cometió tal falta, pasando la violación, a un segundo punto o simplemente se olvida, obligando así a que las mujeres acudan a clínicas clandestinas y mueran o tienen al niño y viven siempre con rencor y resentimiento hacia él.

Como vemos, la dominación del hombre es extraordinaria y a pesar de que en esta década se lograron grandes avances sociales, el régimen machista está a flote en toda ocasión. Pareciera que aunque la mujer se ha superado y aparentemente “liberado” de lo que sucedía en años anteriores, no deja de tener el mismo patrón y pocas son las que deciden frenar la situación.

En el fenómeno de la violencia de género prevalece el ejercicio del poder del hombre sobre la mujer, por medio de agresiones psicológicas, físicas, económicas o sexuales en contra de ella por el solo hecho de ser mujer (INMUJER, 2008).

Una de las agresiones psicológicas contra la mujer son los “celos” que se pueden generar dentro de las relaciones de pareja, ya que el hombre a realiza comentarios que son ofensivos y en algunos casos denigrantes para la

mujer que “dicen querer”, pero ellas, cegadas por el “amor” aceptan eso y más ya que “lo hacen por que las quiere”. En la intimidad existen agresiones ya que para tener relaciones sexuales debe de haber un acuerdo de ambas partes (antes, durante y después), sin embargo cuando el hombre obliga a la mujer a realizar cosas que no le parecen o que ella no quiere, ese es un caso de violencia que quizá pudiera llegar más adelante a una violación.

A pesar de existir cierto consenso acerca de que la violencia de género es consecuencia del patriarcado, al realizar encuestas esto pasa a segundo término ya que debido a otros factores como el uso de drogas, el abuso de alcohol el incluso el propio maltrato es lo que produce la violencia de género (INMUJER, 2004).

Sin embargo se sabe que cuando una persona sufre de violencia durante la infancia (de parte de padres, tutores o algún otro familiar) es muy probable que en la vida adulta se desencadenen episodios de maltrato hacia la mujer (cuando es la violencia hacia un varón) y que ellos mismos no se expliquen porqué reaccionan así ante determinados acontecimientos, pero a pesar de haber sufrido maltrato, no es justificación para dicho comportamiento.

Los maltratos van más allá de los golpes físicos o psicológicos, sus consecuencias son de diferente nivel según cada situación, esto afecta a cada persona de manera individual pero como son seres sociales y existe convivencia con las personas de su entorno, esto desencadena una problemática más fuerte.

La violencia de género afecta a la sociedad ya que en sus múltiples formas pone en peligro la vida y la salud de las víctimas, incrementando así las enfermedades y trastornos mentales (Álvarez, 2003). Esto se puede observar a diario en las personas que tienen comportamientos específicos cuando pasan por momentos “violentos” ya que quedan con pavor y amenazadas por el victimario. La fuerza o dominación que existe dentro de dicho momento queda marcada ya que la mujer sabe que al portarse de determinada forma o al tener un comportamiento que no le parezca a su pareja, él actuará de manera defensiva y ella quedará sin poder hacer nada ya que se siente con miedo y desprotegida.

Cuando las mujeres son golpeadas físicamente y los dolores son intolerables acuden a recibir atención médica, gran parte de las mujeres justifican haber sufrido algún incidente como:

- ✓ Un asalto
- ✓ Caerse de las escaleras, de una silla o de algún mueble
- ✓ Golpearse con algún mueble
- ✓ Lastimarse con utensilios del hogar
- ✓ Caerse mientras se duchaba

Esas son las excusas que generalmente dan cuando son interrogadas mientras las examinan los médicos, a pesar de que ellas den una versión acerca de cómo es que se lastimó, los médicos hacen una aclaración dentro de la nota médica, externando que son violentadas.

Este tipo de situaciones se dan dentro de las parejas, estén casadas o no, y aunque sea evidente el abuso y se cuente con el apoyo de la familia, la víctima no reconoce que su pareja está actuando mal y que como ser humano nadie es merecedor de tratos de esa índole.

Entre las consecuencias ocasionadas por la violencia que las mujeres han vivido con sus parejas se encuentran: dejar de salir, dejar de ver o visitar a sus familiares, pérdida o aumento de apetito, problemas nerviosos, angustia, miedo insomnio, dejar de ir al médico, dejar de trabajar y de estudiar (entre otros), esto puede suceder en cualquier momento de su vida; algunos de los factores que se asocian con la violencia de género son: el lugar de residencia, la edad, las condiciones sociodemográficas, la participación laboral y los antecedentes de violencia durante la infancia (INMUJER, 2008).

Las víctimas piensan que es mejor quedarse en su casa ya que así la gente no se dará cuenta de que le han pegado (cuando los golpes son físicos), en cuanto a la violencia psicológica, dejan de salir ya que comienzan a ser inseguras y creen que el mejor lugar donde pueden estar es su hogar ya que de esa manera no le darán motivos a su pareja para que inicie golpes y represiones en contra de ella.

La mujer en ese momento cree que las cosas continúan su curso y que sus familiares o amigos no se darán cuenta, sin embargo, ellos son los primeros en notarlo, llegan a hacer comentarios y demuestran interés por el bienestar de ella pero ella jamás aceptará que pasa por una situación de ese

tipo, no acepta que dentro de su círculo familiar (o dentro de la relación) esta presente.

Como ya se ha mencionado, no importa a qué nivel socioeconómico pertenezcan esto se da de manera general dentro de la sociedad aunque existe un mayor índice en familias de bajos recursos.

Corsi (1994) menciona que en estudios realizados en Latinoamérica se demuestra que un 75% de mujeres son maltratadas por su pareja, no solo dentro del matrimonio, sino en el noviazgo y en otras relaciones.

Esto es un problema que afecta directamente a las mujeres y no se le da la importancia cuando ya se ha detectado que existen víctimas; al existir violencia dentro de la relación de noviazgo, como víctima no se quieren percatar y mencionan (en su mayoría) que la violencia se manifiesta en golpes cuando la gente está casada, lo que les hacen sus novios solo son demostración de celos. Aunque ellas no quieran aceptarlo, son víctimas de violencia y como todo, se inicia de manera leve y al poco tiempo se ve un avance impresionante para lo cual, son pocas las mujeres que deciden poner un alto a la situación tan desagradable que viven.

Para convivir en sociedad los seres humanos necesitan respeto, para ello se han creado diversas leyes, en especial “los derechos humanos”, en dicha ley se establecen apartados en los que se hace referencia al maltrato y a la violencia, sin embargo, en algunos Estados de la República Mexicana existen legislaciones que en lugar de proteger a la mujer, pareciera que están a favor del victimario.

En varios estados la Legislación y las Políticas resultan inadecuadas para abordar la problemática de la violencia contra las mujeres, en tanto las garantías existentes no se adecuan a las obligaciones internacionales contraídas por el gobierno mexicano, conforme a las cuales se encuentra ligado adoptar todas las disposiciones penales, civiles y administrativas necesarias para prevenir, castigar y erradicar la violencia contra las mujeres (Ramos, 2006).

Aunque se supone “estar regidos por leyes universales”, no se lleva a cabo, para ello un ejemplo:

Respecto a la legalización del aborto, en el Distrito Federal, es el único lugar donde se puede realizar en Instituciones de Salud Pública y no existe

penalización alguna (para ello determinaron un tiempo dentro del cual se puede llevar a cabo) ya que la ley se modificó y fue pensado en el bienestar de la mujer, sin embargo existen instituciones y personas apegadas a diversas religiones que están en contra, pese a que la mujer haya sido víctima de violación (de parte de un desconocido o de un familiar), argumentando que es “una vida” y que no se puede atentar contra ello, pero no se pone en tela de juicio la calidad de vida a la cual estaría destinado el feto así como los sentimientos que sentiría la mujer ya que además de haber sido violada, debe lidiar con las críticas sociales y con los cargos que las leyes le darán ya que como se mencionó, el abortar (en el resto de la República Mexicana) está penalizado.

La situación anterior suena contradictoria porque en unas leyes se estipula que la mujer debe ser protegida y no debe de ser víctima de ningún maltrato ni abuso físico y por otro lado se pasa por encima de sus derechos así como de la decisión de su cuerpo.

3.1 Violencia en la pareja

Dentro de la relación de pareja debe existir comunicación, confianza y amor, todo ello se va construyendo a lo largo del tiempo y conforme se va conociendo a la persona ya que es diferente cuando es la conquista y cuando ya se ha establecido el lazo de “compromiso” con la persona.

El estar junto con la persona que se ama es un momento diferente, lleno de emociones y sentimientos que poco a poco van aumentando y sea mucho o poco el tiempo que pasen a su lado, son momentos de calidad, que para ellos valen la pena, pero cuando dentro de la relación comienzan a tener diferencias, malos entendidos o la comunicación se torna diferente, es cuando se desencadenan problemas de diversa índole pero que se relacionan principalmente con la violencia.

Son muchos los factores que se han relacionado con el hecho de que un hombre agrede físicamente a su pareja, entre los factores individuales destacan en muchos estudios los antecedentes de violencia en la familia del varón (sobre todo el hecho de haber visto golpear a su propia madre) y el abuso del alcohol por parte de éste; a nivel interpersonal los indicadores más

constantes de la violencia de pareja son los conflictos y la discordia en la relación y un bajo nivel de ingresos (Organización Mundial de la Salud, 2005).

En la familia mexicana se establece el régimen machista, con el cual la mujer no tiene derecho a defender su punto de vista y mucho menos a contradecir lo que diga el jefe de la casa ya que él es la máxima autoridad, esto se puede observar en familias de altos y bajos ingresos. De la misma manera dentro de los núcleos familiares donde existe la violencia, el padre no tiene el mínimo respeto por la esposa (siempre) ni por sus hijos (en algunos casos), puede ser que los maltrate emocional y físicamente a ambos, o que sólo golpee a su pareja.

Cuando el hombre golpea solo a la mujer frente a sus hijos, ellos crecen con la figura autoritaria y dictadora del padre, creen que es correcto y que a una mujer se le debe tratar de manera agresiva, violenta y pasar por encima de sus derechos además de ciertas humillaciones a las cuales se somete.

El alcohol es un factor importante en el comportamiento del padre de familia, cuando los niños observan que su papá comienza a tomar, ya saben qué será un detonante para que inicie la discusión con su mamá y las consecuencias que vendrán después: gritos, amenazas y golpes; ellos se sienten indefensos y no pueden hacer nada ya que su padre (según el pensamiento que se les ha formado a los niños) puede y tiene el derecho de hacer lo que le venga en gana y que ni estando bajo los efectos del alcohol está actuando mal, simplemente hace lo correcto.

En la mayoría de los casos la violencia de pareja señala a los hombres como los agresores por lo que ellos también sufren consecuencias legales (multas, cárcel, divorcio) así como consecuencias emocionales, las cuales son: separación de la pareja y las o los hijos, aislamiento y represión emocional, (Centro Nacional De Equidad y Género y Salud Reproductiva, 2005).

Es común ver que los viernes, sábados y domingos se encuentren mujeres golpeadas en las delegaciones (comandancia o palacio municipal), levantando un acta en contra de su pareja (esposo o novio) pero muy pocas son las que le dan seguimiento y toman la decisión de continuar y afrontar todo el proceso penal que se lleva a cabo en contra del agresor ya que muchas veces por “amor y cariño” perdonan a su pareja, diciendo:

- ✓ “...Ya aprendió, no me volverá a pegar...”
- ✓ “...¡Nada más quería darle un escarmiento!...”
- ✓ “...Estaba bien borracho y es la primera vez que lo hace...”
- ✓ “...No quiero que se entere mi familia...”
- ✓ “...Se quedó sin trabajo y lo hizo sin querer...”
- ✓ “...Ya me pidió perdón...”
- ✓ “...Es bien poderoso y me puede matar...”
- ✓ “...¡Fue a amenazar a mi familia!, mejor ya dejamos así las cosas...”
- ✓ “...Lo hizo por que me quiere y no hice bien lo que me dijo...”

Y así se pueden escuchar justificaciones de mujeres que son golpeadas, no sienten que son víctimas, mas bien creen haber hecho mal y merecerse el trato que les da su pareja.

El que multen a un hombre no es suficiente para que deje de agredir a su pareja ya que al poco tiempo (si no es que de inmediato) volverá a actuar de manera más violenta, puede portarse de manera adecuada por cierto tiempo pero se va juntando toda la carga emocional (coraje, mal humor, problemas personales) y la persona que recibe todo eso es la mujer.

Aún hoy en día, a pesar de que se ve comúnmente que una pareja se divorcia, no se quiere afrontar una decisión de ese tipo ya que aunque aparentemente la mujer tenga mente abierta y sea independiente, es de gran peso social decir: “me divorcio”, ya que no se cumple con dicha regla de “la familia feliz sin problemas”; la separación es un duelo en el cual se debe recibir orientación ya que de no hacerlo, puede ser que regrese con la persona o que busque de nuevo estar dentro de una relación destructiva y llena de violencia.

La mayoría de las víctimas de agresiones físicas se ven sometidas a múltiples actos de violencia durante largos periodos y suelen sufrir más de un tipo de maltrato. En todo el mundo, los hechos desencadenantes de la violencia son muy similares en las relaciones en las que existe maltrato (Organización Mundial de la Salud, 2005).

Como ya se mencionó, la violencia hacia una persona no se produce de la noche a la mañana ya que dependiendo de las conductas que se observen, podría determinarse si existe violencia o tendencia a estar con una persona que es agresora.

Los tratos denigrantes son algo que hacen que baje el autoestima, de esa manera es que la mujer se casa con la idea de “no sirvo para nada y me merezco lo que me pasa”, eso va influyendo en su pensamiento y lo refleja en lo que hace así como en un aspecto social; así la mujer antes de casarse o de estar con su pareja haya sido una persona llena de vida, alegre, extrovertida e independiente, se convierte en alguien que ni ella misma reconoce, tiene miedo, se siente sola, se aleja de sus amigos y círculo social, se vuelve sumisa y solo está a disposición de lo que diga su pareja, pidiéndole su aprobación para realizar cualquier cosa.

El público, la víctima y el victimario tienden a confrontar los hechos denigrantes y dañinos con las ideas o principios tradicionales, con esto niegan lo malo y resaltan lo bueno, haciendo jugar valores como la lealtad, la familia, la gratitud y la fidelidad, los deberes conyugales, el perdón, el sacrificio y la figura del hombre como marido, padreo proveedor responsable, exigiendo un respeto por valores abstractos en detrimento de la persona agredida, por lo cual se establece una trampa hecha de principios legítimos con lo que resguardan hechos abusivos (Ferreira, 1992).

Es por ello que en el caso de que alguien se atreve a hacerles ver que son mujeres maltratadas y que deben de hacer algo, ellas siempre justifican a su pareja y lo ponen en un pedestal:

- ✓ “...Es un buen hombre...”
- ✓ “...Dentro de todo me da lo que necesito...”
- ✓ “...Tú no ves las cosas como son...”
- ✓ “...Nadie lo comprende...”
- ✓ “...Se esfuerza por darme lo mejor...”
- ✓ “...No me pega, solo es que soy muy torpe para hacer las cosas...”
- ✓ “...¿Has visto que me diga cosas frente a ti?...”
- ✓ “...Es un gran hombre...”
- ✓ “...Somos una pareja perfecta, no tenemos problemas...”
- ✓ “...Lo que pasa es que te cae mal...”

Pero jamás aceptan que es evidente que tienen problemas y que su pareja abusa de ella en todos los aspectos.

Una parte importante dentro de este punto, son las religiones ya que para todas, la familia es la base fundamental para estar bien con Dios, no

existen maltratos, simplemente son malas rachas o problemas que todos los matrimonios tienen, resaltando que la fidelidad hacia la pareja es algo importante, porque frente a Dios juraron ser solo para su pareja y estar juntos en todas las situaciones, sean buenas o malas, junto con el cumplimiento conyugal que se tiene, es decir, estar como mujer para la pareja dentro de los deberes matrimoniales.

Respecto al perdón que se le otorga al hombre frente a cualquier situación, es que aunque haya sometido a la mujer a tratos denigrantes y haya hecho uso de la violencia física, como buena mujer debe de perdonar, ya que “Dios siempre perdona”, es decir, todos cometemos errores para los cuales existe solución. El peso religioso dentro de las relaciones donde existe abuso hacia la mujer es muy fuerte, estén casadas o simplemente tengan una relación de noviazgo. La violencia de pareja inicia durante la relación de noviazgo y en la mayoría de los casos continúa y se acentúa en la vida conyugal, en algunas personas sigue manifestándose después de terminada la relación violenta, con agresiones hacia la mujer por parte de su ex pareja (INMUJER, 2008).

Es por eso común observar que aunque ya estén separados, exista cierto respeto específicamente a un hombre, esto es porque se le ha condicionado a la mujer de manera aversiva, siendo sometida a tratos inhumanos y que si ya salió de dicho abuso, queda con heridas, las cuales pueden sanar siempre y cuando esté dispuesta a trabajar en ello y hacer a un lado el “qué dirán”, enfocándose en qué es lo que quiere y cómo lo puede lograr.

La violencia puede llegar a cambiar (e incluso lo hace deliberadamente) el comportamiento de una persona con tal de evitar peleas, volviéndose una relación tormentosa ya que la pareja se burla y las menosprecia (Escota, Gonzalez, Muñoz y Salomon, 2007).

Es por eso que muchas veces se conoce de una mujer cuando está sola y enseguida se percata que su pareja está ahí, cambia totalmente, reprimiéndose y actuando totalmente diferente, de esa manera es que evita problemas y lo principal, evita que la golpee.

En algunas parejas se puede observar que los hombres hacen comentarios de su pareja (frente a ella) que están fuera de lugar:

- ✓ “...la neta se rayó conmigo...”

- ✓ "...es la vieja más fea que me he cargado..."
- ✓ "...no sabe hacer nada..."
- ✓ "...por eso la trato así..."
- ✓ "...le trueno los dedos y salta..."
- ✓ "...hace lo que le digo..."
- ✓ "...no me quedó otra..."
- ✓ "...estaba más buena mi otra vieja..."

Y a pesar de ello, las mujeres no hacen nada, simplemente demuestran que ellos tienen poder y las dominan ya que si tratan de defenderse saben de antemano que les irá peor así que la única solución es someterse y quedarse calladas.

La OMS (Organización Mundial de la Salud, 2005) menciona que la violencia contra la pareja se produce en todos los países aunque algunas poblaciones (por ejemplo los grupos de bajos ingresos) corren mayor riesgo que otras además de las agresiones físicas como los golpes o las patadas, este tipo de violencia comprende las relaciones sexuales forzadas y otras formas de coacción sexual, los malos tratos psíquicos como la intimidación y la humillación y los comportamientos controladores, como aislar a una persona de su familia y amigos o restringir su acceso a la información y la asistencia.

No se justifica el hecho de que un hombre golpee a una mujer pero si tiene mucho que ver el hecho de que no tengan para comer, e incluso en algunas series de televisión como "Mujer, casos de la vida real" y "Lo que callamos las mujeres" es muy notorio que en las familias de bajos recursos sufren más de violencia hacia la mujer y que aunque ellas tengan la razón, levanten denuncias y quieran poner un alto ante semejante injusticia, no se puede hacer nada y tienen que seguir con el sufrimiento y dentro de la relación tormentosa, pero señalando aún así, que las familias que tienen altas posibilidades económicas, no son inmunes a ello.

El tener relaciones sexuales debe ser de acuerdo mutuo y no de manera violenta pero en las parejas donde existe violencia (física o psicológica), se llegan a tener relaciones sexuales de manera abusiva, haciendo uso de la fuerza física y sometiendo a la mujer a tratos sádicos y aberrantes, sin embargo los hombres se justifican diciéndoles: "eres mi mujer y tienes que cumplirme", pero al realizar eso, están violando a la persona. Si la

persona expresa ese tipo de tratos a personas con pensamiento machista (y que crean que el maltrato es algo común y un tipo de relacionarse), puede ser que le digan que es normal y que como mujer tiene que soportar algunas cosas pero que con el tiempo se le olvidará, además que eso nadie lo sabe y que es mejor callarselo.

Los empujones, tirones de pelo, cachetadas, burlas e insultos son conductas que se presentan dentro de una relación de noviazgo violento que generalmente pasan desapercibidas o las interpretan como un juego y expresiones de afecto (Barilan, 2009).

Las mujeres que sufren de ese tipo de tratos, creen que su novio lo hace por que las quiere, por que las ceba y que es algo normal, sintiéndose alagadas y (según ellas) haciendo más fuerte los lazos de amor entre la pareja.

El hombre puede empujar a su novia frente a sus amigos o las amigas de ella, habrá quienes digan que es algo gracioso y que no debe de enojarse, pero también existen personas que le dirán que es un abuso lo que él hace, que no la respeta, haciéndole ver que debe de poner un alto y evitar dicha situación, sin embargo la mujer pensará que lo dicen porque tienen envidia y a ellas no les demuestran el interés que su novio le tiene; es aquí donde comienza una separación de las amistades y de esa manera es que el hombre inicia con la dominación y manipulación del pensamiento de su víctima para que en un futuro sea más fácil manejarla a su manera sin que le cueste trabajo ya que la condiciona como a él más le convenga.

3.2 Definición

Para hablar de lo que es la violencia, primero se tiene que tener claro cual es su significado y en que se basa para hacer una definición de la palabra así como de los actos relacionados con ello.

La Organización Mundial de la Salud define la violencia como el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona, un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de provocar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones (Organización Mundial de la Salud, 2005).

Los varones tiene más fuerza física que una mujer, eso todos los saben y a pesar de ello, los varones lo utilizan para su beneficio, es decir, lo hacen para dejarle claro a la mujer que nadie puede más que ellos, que tienen dominio, fuerza y carácter suficiente e incluso superior al de ellas.

Cuando se amenaza a la mujer, están involucrados muchos factores ya que se utiliza a algunos miembros de la familia para llegar al chantaje y manipulación, como se sabe, la mujer siempre será responsable de su familia, especialmente por sus hijos, por quienes daría cualquier cosa y soportaría todo tipo de tratos.

Dichas amenazas son de diferente índole ya que no es lo mismo tener este tipo de agresiones hacia una persona que ya constituye una familia con su agresor, a cuando existe una relación de pareja y aún cada uno vive separado, sin embargo las amenazas suelen ser:

- ✓ "...si dices algo, te mato..."
- ✓ "...te irá peor por chismosa..."
- ✓ "...voy a matar a tu familia..."
- ✓ "...tus hijos me las van a pagar..."
- ✓ "...¡no grites o te irá peór!..."
- ✓ "...nadie te va a creer..."
- ✓ "...no preguntes porqué está así tu familia.."

Ese tipo de palabras son las que provocan aún más ansiedad y estrés a la mujer ya que debido a los problemas y al tipo de relación destructiva que lleva con su pareja, no se atreve a decir ni hacer nada ya que teme a las represalias que puedan tener las personas que ella quiere y llegan a pensar que no es tan malo lo que sucede y que en algún momento ella ha propiciado que la traten así.

Como se observa, la violencia se manifiesta de diversas formas según el género, las mujeres padecen una represión diferente a la de los hombres ya que sus características físicas (en especial sexuales) los hace vulnerables (Martínez, 1998). De cierta manera, una mujer se siente indefensa ya que como se mencionó, corre más peligro para que le sucedan acontecimientos desagradables, principalmente violaciones (se incluye por parte de la pareja), para lo cual, siempre está más indefensa, esto junto con la fuerza física que cada sexo tiene.

Socialmente el que una mujer trate de defenderse a golpes, es mal visto pero en ocasiones no existe otra manera de hacerlo y a pesar de ello, siguen abusando de ella en todos los aspectos.

La violencia es una cuestión sumamente delicada y muchas personas tienen problemas para afrontarla en su vida profesional, porque suscita preguntas incómodas acerca de su vida personal (Organización Mundial de la Salud, 2005).

Si una persona es víctima de la violencia y acude a denunciarlo, para poder hacer algo se necesita levantar un acta, en la que se describa qué es lo que sucedió, es decir, recrear los hechos de manera escrita para que de esa manera pueda proceder, debido a ello, las víctimas prefieren no hacerlo para evitar burlas y problemas que quizá más adelante puedan surgir debido a que otras personas se enterarán y dentro de la cultura así como en la sociedad, muchas veces no es bien visto que una mujer tome esa postura.

Se ha escuchado que si una mujer denuncia que es víctima de violencia dentro de su trabajo, al poco tiempo la despiden o de la nada surge su renuncia, esto es porque se toman represalias en contra de ella. Cabe mencionar que en cada estado de la República se tiene legislaciones diferentes, es decir, que en algunos lugares están más penados ciertos delitos que en otros.

La mayoría de los conflictos tiene su origen en el falso mito de la “debilidad-pasividad” de ellos y del “poder-acción”, lo que ha permitido ejercer la violencia contra las mujeres y que vivan esta experiencia en detrimento de sus capacidades psicológicas y socioculturales (Martínez, 1998).

La debilidad que tiene una mujer se va adquiriendo y al igual que cualquier comportamiento, con el paso del tiempo puede aumentar o disminuir, dependiendo de la situación en que se encuentre. Los puntos vulnerables de una mujer son determinantes, su pareja los va conociendo conforme pasa el tiempo y él se aferra de ellos para manejarla y manipularla aún más, según le convenga. Como en todo, existen “acuerdos” aparentes, es decir, el hombre golpea a su pareja, pero la recompensa que tiene (por parte de él) puede ser sexual, esto es, que después de un mal tiempo, viene la reconciliación y el tratar de olvidar los incidentes ya que “lo saco de control”.

Las bases culturales que se tengan son importantes ya que de ello dependerá el desarrollo y la manera de pensar de cada persona, como bien se ha mencionado, la palabra del hombre de familia o de la relación, no puede discutirse ni nada, simplemente se trata de hacer lo que ya se ha dicho (dentro de relaciones violentas donde la mujer no hace nada al respecto).

La violencia es de índole diferente y adquiere modalidades distintas, según la persona contra la que se ejerce y la circunstancia en la que ocurre (Martínez, 1998); sin embargo las consecuencias son semejantes, esto es desde el aislamiento que van teniendo, la inseguridad y el miedo que demuestran ante cualquier situación que se relacione con el abuso físico o psicológico.

3.3 Tipos de violencia

Existen diversas agresiones en las cuales los hechos que se presentan son de diversa índole, esto puede ser desde lo verbal hasta los golpes físicos que el agresor le dé a su víctima, sea enfrente de las personas o a solas.

La violencia puede ser física, sexual, emocional y económica, por mencionar algunas, produciendo grandes consecuencias en las personas violentadas (Centro Nacional De Equidad y Género y Salud Reproductiva, 2005). Generalmente las personas piensan que el ser violento solo son golpes que se puedan notar, sin embargo, existen diversas actitudes de la pareja que son violentas y que la mujer no quiere ver o simplemente pretende que pasen desapercibidas, simulando que no pasa nada en su relación, dejando en claro que los que están mal son los de alrededor y no ellas. A continuación se describen los tipos de violencia más recurrentes dentro de la sociedad ya que como se ha manejado, está regida por los “hombres” y es con lo que se convive a diario e incluso muchas personas hacen de esto un estilo de vida.

Violencia Sexual:

El matrimonio está formado por dos personas quienes decidieron unir sus vidas para construir una nueva familia, la cual debe de estar conformada por respeto, cariño y responsabilidad, esto mismo se busca dentro de una relación de pareja; el acuerdo que se tenga desde el inicio es determinante para el desarrollo de cada miembro de la relación, sí es un camino que se

plantean juntos pero para hacerlo adecuadamente, ambos deben de estar y sentirse bien, para así tener un acuerdo en cada decisión, esto en base a la comunicación.

El tener relaciones sexuales con la pareja, debe de ser algo en lo que ambos estén de acuerdo, para lo cual debe existir suficiente comunicación y confianza, es un acto en el cual se demuestran diversas sensaciones y sentimientos, esto va desde amor, cariño, afecto, atracción, deseo, placer y principalmente gozar de dicho acto, hacerlo para ambas personas, no solo para uno mismo. Cuando se fuerza a una persona a tener relaciones sexuales, se está pasando por encima de sus derechos ya que lo hace por obligación u orden de otra persona y no por que ella quiera o lo decida, esto es violencia sexual.

Durante mucho tiempo a la violencia sexual no se le tomaba como tal, mucho menos dentro de una unión de pareja e incluso se creía que las mujeres estaban obligadas a hacer lo que sus parejas querían (INMUJER, 2009). Por ejemplo, si una mujer (que fue víctima de violencia de pequeña) se casa y cuando tiene intimidad con su pareja él la fuerza para hacer cosas que no le gustaran, la mujer se siente agredida pero por la misma represión social y los modelos masculinos con los cuales ha crecido, siente que es algo que quizá sea normal y que como mujer tiene que estar con su esposo y cumplir en los deberes maritales, esto es por mencionar solo un caso típico de violencia sexual.

Como vemos, esto comprende una diversidad de actos, como las relaciones sexuales bajo coacción en el matrimonio y las violaciones por parte de extraños, durante los conflictos armados, el acoso sexual (incluida la petición de favores sexuales a cambio de trabajo o asuntos escolares), los abusos sexuales de menores, la prostitución forzada y la trata de personas, los matrimonios precoces y los actos violentos contra la integridad sexual de las mujeres, como la mutilación genital así como las inspecciones obligatorias de la virginidad; la mayor parte de las agresiones sexuales tienen como víctimas a mujeres y niñas. La violencia sexual repercute hondamente en la salud física y mental de las víctimas (Organización Mundial de la Salud, 2005).

El 26 de febrero del 2007 en el municipio de Soledad Atzopam, Orizaba falleció una indígena de 73 años, debido a las lesiones (heridas) provocadas

por el abuso sexual que sufrió por varios hombres del ejército mexicano, quienes arribaron a la comunidad, hostigando a los habitantes; entraron a la casa de la víctima, quien se encontraba sola, la golpearon, la amordazaron y la ataron para que posteriormente fuera violada (varias veces) por todos los del ejército que entraron a su vivienda. Las lesiones físicas que le ocasionaron (además de el daño psicológico) fueron fractura de cadera y hemorragia por perforación (La Jornada, 2007).

Este caso fue muy sonado, ya que las personas de la comunidad bloquearon la carretera para que el ejército no saliera y detuvieran a los responsables de dicho acto.

Como vemos, con el hecho de ser mujer, es más factible que exista violencia, no importando la edad, el estrato social ni el lugar de residencia, ya que el abuso por parte de los hombres (tomando en cuenta el poder que tiene la institución como en este caso, el ejército) es de la misma manera, esto es cuestión de género.

Al hablar de mujeres, se incluyen a las niñas, respecto a ello, también sufren de abuso sexual. Generalmente se les educa a los niños para que sepan que nadie tiene el derecho de tocarlos ni de obligarlos a que hagan cosas que son desagradables (en el aspecto sexual) e incluso en las escuelas se les comienza a dar educación sexual de una manera acorde para cada grado escolar. Cuando una niña sufre abuso sexual es por parte de personas con quien está en contacto (familiar, amigo, profesor o persona cercana), como pequeñas que son, los victimarios son astutos y amenazan a su víctima, para así tener mayor control sobre ella y estar cubierto durante y después de la violación.

Escuchamos varios casos en los que existen víctimas pero pocas son las personas que se atreven a decir "necesito ayuda", sin embargo debería de existir una cultura y una confianza para que las víctimas hablaran sin tener que apenarse de lo sucedido ya que por los prejuicios sociales al igual que por las diversas religiones, ese tipo de abusos no son denunciados y siguen avanzando con más víctimas.

En algunas comunidades de los Estados de la República existen matrimonios que son arreglados por el padre de familia, quien tiene el deber, obligación y derecho de vender a su hija con el hombre que considere el

indicado; la hija puede ser vendida a partir de la primera menstruación, es decir a partir de los 11 o 12 años, y puede ofrecerla a señores de hasta 60 años (o más). El valor económico que tiene la mujer vendida, es algo considerable ya que como no ha tenido relaciones sexuales, es lo que vale aún más.

Al ser vendida con su “pareja”, las mujeres (niñas) son sometidas a tener relaciones sexuales de manera aberrante, no puede quejarse, no puede gritar, no puede hacer nada ya que si lo hace, quien la compró la puede botar con su familia, exigiendo la paga que se les ha dado, argumentando que “esa mujer no sirve para nada”. A ninguna de estas personas les importa el daño que están causando ya que han sido educados de esa manera. Algo que va de la mano con esto, es la prostitución de menores, esto se da de manera semejante dentro de las mismas comunidades y en entrevistas que han realizado, les preguntan a los niños: “-¿Qué quieres ser cuando seas grande?-”, a lo cual ellos responden: “-¡Tener muchas viejas así como estos señores!-”; como se observa, esto es aprendido culturalmente ya que si se les enseñara el significado de respeto en cuanto a género, las cosas cambiarían y su pensamiento no estaría a favor del maltrato hacia la mujer.

La mutilación genital es un tema muy sonado en países como África, debido a las costumbres y creencias que se tienen respecto a la fertilidad, sin embargo esa es una práctica llena de dolor y con fuertes consecuencias psicológicas a pesar de saber que el llevar a cabo actos de ese tipo, adquirirán diversas enfermedades inmunológicas y el índice de mortalidad se elevará.

Respecto a lo anterior, Martínez (1998) nos dice que la violencia sexual es un atentado contra una persona que se niega a que otro disponga libremente de su cuerpo de manera violenta, acto que implica dominación y poder sobre la víctima y que le provoca alteraciones físicas y psicológicas (Martínez, 1998).

Como ya se mencionó, tiene que ver la edad de la persona, lo que quiere de la relación y hacia donde van ambos, eso sería lo más acorde en cuanto a tener relaciones sexuales de mutuo acuerdo, sin embargo la violencia es todo lo contrario, es aquí donde entran los daños y la destrucción de la vida hacia la víctima y se incrementa el comportamiento del victimario, teniendo así un mejor manejo de personas vulnerables y volviéndose dominante ante su víctima.

Este tipo de abuso se asocia a un mayor riesgo de diversos problemas sexuales y reproductivos con consecuencias que se manifiestan de inmediato o años después de la agresión, además de que otros factores que contribuyen a ellos son la pobreza y la vida en una comunidad que tolera la violencia sexual y la castiga con sanciones blandas (Organización Mundial de la Salud, 2005).

Algunas veces se observa que en una relación de pareja (cuando hubo abuso sexual de pequeña) que a la mujer le incomoda cierto contacto físico con su pareja, ellas se justifican pero siempre va a estar presente la sensación desagradable ya que tiene en sus recuerdos el abuso del cual fue víctima. Situaciones de este tipo son conocidas e incluso tratan de pasar desapercibidas, sin embargo en algún momento esto también puede ser detonante para que dentro de la relación para que se incremente aún más la conducta violenta de la pareja.

La violencia sexual es un atentado contra una persona que se niega a que otro disponga libremente de su cuerpo de manera violenta, acto que implica dominación y poder sobre la víctima y que le provoca alteraciones físicas y psicológicas (Martínez, 1998).

Cada persona es responsable de su cuerpo y tiene el derecho de decidir qué quiere hacer con él, esto es que nadie debe obligar a realizar actos de cualquier tipo a otra persona, no importando el nivel social, simplemente haciendo uso de la libertad y de los derechos que como persona se tiene aunque como ya se mencionó, las reglas sociales son de mucho peso.

Como vemos, la violencia sexual es un hecho traumático para la víctima ya que debido a las normas sociales, muchas veces se dice que una mujer incita a que se falte al respeto y como consecuencia, el abuso sexual de cierta manera ella lo buscó así que debido a eso debe de aprender a comportarse y “responsabilizarse” de lo sucedido, es decir, no es víctima, sino que provocó la situación para que aconteciera dicho acto.

Violencia Física:

Cuando se habla de violencia física, lo referente son golpes en cualquier parte del cuerpo, sea con objetos o sin ellos. Este tipo de agresiones pueden iniciar con jalones de cabello, cachetadas, jalón o apretón de brazo

hasta golpes con el puño (en la cara, en el estómago o en cualquier parte del cuerpo) y con algunos objetos.

La violencia física es todo aquél acto o comportamiento brutal del victimario sobre el cuerpo de la víctima, ya sea por intimidación (valiéndose de la amenaza a ella o a terceras personas) o por presión moral mediante el abuso de autoridad (Martínez, 1998).

Como ya se mencionó, este tipo de amenazas van directamente con la familia de la víctima o con personas que implican una cercanía ya que conforme se va teniendo dominación de la víctima, el agresor tendrá una manera más rápida de manejarla.

En el periódico "La Jornada" (2008) se mencionó un caso de una mujer que fue golpeada y violada por su marido. Ella fue al Ministerio Público a denunciarlo y cuando estaba levantando el acta, su pareja le llamó por teléfono y la amenazó ya que el propio Ministerio es quien le dio aviso de que la mujer estaba haciendo la denuncia; al salir de la delegación fue golpeada por policías y amigos de su esposo.

En este caso está claramente marcada la manera de manipulación y como agrede una persona tanto física, verbal y psicológica. También es importante señalar que el poder así como la influencia (social, política y económica) tiene mucha relación con la seguridad que adquiere el agresor para actuar en contra de su víctima, es por eso que no tienen respeto a su pareja ya que saben que no les causará absolutamente nada el hecho de que ella hable y diga qué es lo que pasa dentro de la relación.

Generalmente antes de que inicien los golpes, los victimarios buscan la manera de tener una discusión para justificarse (en ocasiones) de los golpes que le dan a su pareja; aunque la mujer no le responda nada y este de acuerdo con todo lo que mencione el hombre, aún así comenzará a golpearla.

Debido al índice que se tiene de mujeres agredidas por su pareja (esposo o novio) se han llevado a cabo ciertas legislaciones, sin embargo en algunos Estado de la República se tienen percepciones y sanciones diferentes.

Se ha llevado a cabo una ley general de acceso para identificar si un golpe fue producto o no de un accidente o bien si existe o no en base a un examen médico legal, La ley General de Acceso menciona que la violencia física es aquél acto que causa daño en el cuerpo de manera no accidental

usando la fuerza física o algún otro medio que pueda provocar o no lesiones (internas, externas o ambas) en base a un informe realizado por los médicos; todo esto se investiga con el fin de saber quien puede ser el responsable (INMUJER, 2009).

Dentro del Ministerio Público existen médicos que certifican los golpes que tiene una mujer, esto se lleva a cabo ya que algunas mujeres mencionan haber causado ellas mismas las lesiones, dando excusas poco creíbles. Esto se realiza ya que se dan cuenta que los golpes (externos e internos) que tienen no pueden haber sido causados por ellas mismas o de manera accidental.

Una vez que se hace el levantamiento de información por parte del médico, se declara que la mujer es una víctima de violencia, pero si ella no testifica qué es lo que pasó y quién le hizo las lesiones, no procederá el caso y todo quedará ahí, hasta que de nuevo existan agresiones.

Muchas veces no existe el seguimiento del caso ya que las víctimas comúnmente viven con miedo y temen que puedan empeorarse las cosas pero no se ponen a pensar que eso irá aumentando y que más adelante cuando quieran poner una solución, costará aún más trabajo ya que se encontrarán extremadamente dominadas y vulnerables a los actos de sus agresores.

Este tipo de agresiones ocasionan daños físicos y psicológicos lo que a su vez trae diversas consecuencias, es decir, la mujer se vuelve aún más insegura, temerosa y tiene un miedo terrible de hablar o de actuar tanto con su pareja como cuando está sola. A pesar de que sufren agresiones por parte de su pareja, los victimarios se vuelven una parte indispensable ya que la mujer no puede pensar en estar sin él, es decir, teme perderlo a pesar de los golpes y la tensión que le causa, pero sin él siente que le falta algo, podrá estar tranquila en cierta manera, pero no está completa.

La violencia física ocasionalmente termina en suicidio u homicidio, este tipo de maltrato se identifica por la presencia de heridas, quemaduras, moretones, fracturas, dislocaciones, cortes, pinchazos, lesiones internas, asfixia o ahogamiento (Escota, Gonzalez, Muñoz y Salomon, 2007).

Al ser sometida a maltratos tan inhumanos, se tiene una baja de autoestima, lo cual lleva a la mujer a pensar en que se merece lo que le hacen.

La conducta violenta va aumentando más así como la intensidad de los golpes, lo que la lleva a un maltrato (extremo) de su cuerpo y heridas que

tardarán más en sanar o que simplemente la dejan lesionada de por vida. A causa de los golpes puede ser que algunas veces queden inconscientes y con daños internos y externos que le provocarán la muerte. En otras ocasiones pueden estar tan deprimidas y sentirse demasiado mal de las lesiones que tienen que la decisión que toman es quitarse la vida para ya no causar más problemas y estar en paz con ellas mismas; cuando lo hacen son casos extremos ya que no encuentran qué hacer ante tantas amenazas, golpes y humillaciones.

Violencia Psicológica:

Cuando se habla de violencia psicológica, algunas veces se puede pensar que no existe o que las mujeres se toman los comentarios de manera muy personal, sin embargo este tipo de vivencias se ven a diario y las personas no hacen nada para frenar dicho comportamiento.

Como pareja, se adquiere cariño, confianza y comunicación, pero dentro de todo ello se tienen reglas y límites, teniendo en cuenta que a pesar de querer mucho a una persona, se debe de guardar respeto para que eso sea algo recíproco.

La violencia psicológica así como sus golpes, no dejan huellas físicas que sean visibles pero su curación toma más tiempo que las de una agresión física; sus síntomas más frecuentes son la depresión, la angustia, la pérdida de sueño y apetito, entre otros (INMUJER, 2009).

Se puede ver a una pareja que está feliz, salen juntos, asisten a eventos sociales, realizan actividades en común y aparentemente todo va bien, pero tiempo después, el comportamiento de la mujer cambia, esto es, que antes era muy amigable, sonriente, le gustaba charlar con sus amigas y conocidos; desde un tiempo en específico ella se vuelve más seria, guarda distancia con las personas y se omite de hacer actividades que antes le encantaban. Se podría pensar que son los cambios de humor que se tienen o que simplemente está viviendo una nueva etapa, sin embargo, esto puede estar asociado con violencia psicológica.

Como ya se mencionó, algunos cambios físicos que se pueden ver dentro de este tipo de violencia son que una mujer baje extremadamente de peso, esto puede ser debido a los comentarios que le haga su pareja y por la

culpabilidad que siente, creyendo que todo lo malo que pasa se relaciona directamente con ella, debido a eso comienzan a cambiar varias funciones de su organismo ya que le causa estrés el pensar con qué le va a salir cada día su pareja y tratando de olvidar lo bueno de su vida, haciendo énfasis en las cosas que su victimario dice que son “malas” y perturbadoras para ella misma. De la misma manera, se ven cambios respecto a los ciclos del sueño ya que solo centran su atención al problema que tienen y se olvidan de lo demás, alterando de esa manera su ciclos de sueño.

En la violencia psicológica la mujer se ve dominada por el varón, quien la humilla en la intimidad y públicamente, limitándola de su libertad, esto se va dando de manera gradual y con el paso del tiempo aumenta (Escota, Gonzalez, Muñoz y Salomon, 2007).

Como vemos, la influencia que el hombre tiene sobre la mujer va incrementando, esto es debido a advertencias, amenazas o comportamientos que anteponen alguna acción negativa hacia la mujer.

Algunos comentarios que se les hace a las mujeres que sufren este tipo de violencia cuando se encuentran a solas con su pareja (novio o esposo) son:

- ✓ “...¡te pareces a tu madre! Toda fodonga...”
- ✓ “...Estás vieja para hacer eso!...”
- ✓ “...Nada te queda!...”
- ✓ “...Cállate! no sabes nada...”
- ✓ “...Pareces prostituta...”
- ✓ “...No te sabes comportar...”
- ✓ “...¡Aprende de mi hermana!... ¡no seas estúpida!...”
- ✓ “...¡Rápido!... ¡No seas tarada!...”
- ✓ “...¡No sabes hacer nada!...”
- ✓ “...¡Todo quieres! Nada te satisface...”
- ✓ “...No te sabes vestir...”
- ✓ “...¡Confórmate! No te voy a dar nada...”
- ✓ “...¡Deberías de trabajar y no estar de huevona!...”
- ✓ “...¡No aprecias lo que te doy!...”
- ✓ “...Sólo das malos ejemplos...”
- ✓ “...¡Eres ridícula!...”

✓ “...Yo educo a mis hijos, ¡Cállate!...”

Este tipo de comentarios son los que comienzan de manera leve y si como mujer no se hace nada al respecto, con el paso del tiempo aumentarán y serán más prolongados y de mayor intensidad. Al inicio suenan un poco graciosos e incluso se pueden tomar como “broma” pero es recomendable que se aclaren los puntos es decir, que una vez está de acuerdo en hablar acerca de lo que es desagradable de un comentario y porqué aún más cuando se hace de manera pública ya que se ridiculiza a la mujer, poniéndola como tonta, dejada de cualquier situación y conforme con lo que hace su pareja.

Dentro de estas situaciones, la humillación es un punto importante ya que con ello se busca hacer sobresalir tanto el dominio que se tiene sobre alguien como la baja autoestima que refleja quien es humillado.

Violencia Patrimonial:

Cuando se convive con la pareja, se dan cuenta de cómo es realmente su manera de ser y de actuar ya que con el paso del tiempo y debido a las circunstancias es como se ven las cualidades de cada uno.

La violencia patrimonial tiene que ver con dos cosas, la primera es con la autorización que se da por parte de la pareja (hombre) para realizar algo y la segunda es cuando se domina a la mujer y se le retienen papeles personales.

Este tipo de violencia es referente al “permiso” que tenían que pedir a su pareja para trabajar pero al igual, puede consistir en el robo, destrucción o retención de objetos, documentos o bienes personales, destinados a satisfacer las necesidades (INMUJER, 2009).

Dentro de las familias de alto nivel económico generalmente se piensa que la mujer no trabaja ya que ella así lo desea, sin embargo en algunas de ellas existe una dominación de parte de su pareja, esto es que no le permiten trabajar, argumentando que no tienen la necesidad, que debe quedarse en su casa, a donde corresponde, con esto vemos que ellas no salen a buscar trabajo ya que de cierta manera sus maridos las manipulan y como se observa, piden permiso para hacerlo.

Dentro de una relación, algunos hombres toman actitudes irracionales para retener a su pareja, esto es hurtar sus documentos personales, los cuales necesita para realizar diversos trámites además de que ellos llegan a destruir

las cosas de su pareja. Cabe aclarar que esto no es solo en un matrimonio o unión libre, también se da en los noviazgos aunque vivan separados y cada uno con sus padres.

Violencia Económica:

El dinero es un asunto importante el cual entra en controversia respecto a las relaciones de pareja e incluso muchas veces se escuchan frases como:

- ✓ “...el dinero no lo es todo...”
- ✓ “...el amor es lo más importante...”
- ✓ “...Dios proveerá...”
- ✓ “...vendrán tiempos mejores...”

Todo ello va relacionado al hecho de no tener poder económico, haciendo énfasis en que aparentemente no importa si se tienen carencias, se puede recompensar con otras cosas, sin embargo debe de existir un equilibrio.

Al hablar de violencia económica, se habla del aporte de dinero que se deja de dar hacia la familia, es decir, la violencia económica es cuando un padre o madre deja de aportar sin razón justificada los recursos necesarios para la manutención de sus hijos o bien, cuando un cónyuge controla los ingresos de la pareja (INMUJER, 2009).

Este hecho se da frecuentemente dentro de los divorcios ya que se busca el beneficio de los hijos y la pareja busca su beneficio de manera individual; el hombre hace hasta lo imposible por no dar el dinero correspondiente a sus hijos e incluso llegan a renunciar a su empleo (o se bajan el salario en grandes proporciones) para no dar ninguna pensión.

Cuando tienen una relación de noviazgo o al vivir con una pareja también se observa este tipo de violencia ya que se limita el dinero o simplemente no se les da nada (en unión libre); en otros casos extorsionan a la mujer quitándole su dinero.

Violencia Laboral:

Al entrar a trabajar se tienen muchos cambios, los cuales son desde conocer la empresa, los compañeros y lo que realizarán ahí, hasta saber cómo actuar con cada persona.

El Instituto Nacional de las Mujeres (2009) menciona que la violencia laboral es un abuso que ocurre cuando un jefe o jefa utiliza su poder para molestar a algún empleado o empleada para que acepte invitaciones (sobre todo de tipo sexual) a cambio de un beneficio, incluso al costo de mantener el empleo (INMUJER, 2009).

Dentro del trabajo se tienen diversos grados, dentro de ellos, existen personas que aprovechan esa situación para satisfacer y abusar de la necesidad que tiene una mujer para subsistir, todo comienza con simples insinuaciones y tiempo después continúa en acoso sexual al cual, como mujeres no pueden frenar ya que ponen en riesgo su trabajo y la credibilidad que tienen como persona.

En ese tipo de violencia también existen las amenazas por parte del hombre ya que si no accede a las peticiones que se les hace, él tiene el poder de despedirla del trabajo y tomar represalias en contra de su persona y de su familia, argumentando que tiene más poder que ella, tanto por el puesto que tiene en la empresa, socialmente y económicamente.

Dentro de las personas de bajo nivel también existe este tipo de abuso de parte de sus jefes, esto va desde los trabajos en las tiendas de autoservicio, departamentales, en los mercados y en negocios pequeños (por mencionar algunos).

Como se puede observar, sean personas con nivel económico alto o bajo, siempre va a existir este tipo de maltrato y violación a los derechos que se tienen, demostrando así el poder que cada sexo tiene.

3.4 Ciclo de la violencia.

Para que existan golpes, agresiones verbales y malos tratos, generalmente se tienen situaciones que aparentemente hacen que esto emerja, sin embargo la violencia son actos injustificados acerca del autocontrol, dominación y percepción que se tiene hacia una persona, en este caso hacia la mujer.

El ciclo de la violencia consta de tres etapas, las cuales se vuelven un ciclo ya que de ante mano se sabe qué es lo que acontece a cada una de ellas:

1. Acumulación de Tensión: se manifiestan insultos, reproches, escenas de celos, control, silencios prolongados, burlas, malestar constante y en

aumento, empujones, jalón de cabello y apretar brazos (Barilan, 2009); estas conductas se hacen frente a las personas o a solas aunque cuando se encuentran sin espectadores, la agresión es más fuerte. El hombre le menciona a la mujer que tiene demasiado interés hacia ella, sin embargo esto será el detonante para que comience a reclamarle si otro hombre la voltea a ver, si le llaman por teléfono, si se arregla demasiado, si sonrío cuando va con él. El varón tiene ese tipo de actitudes para que así (según él) la mujer se de cuenta que le da motivos para que tenga un comportamiento de ese tipo y hasta le reclame por actuar o pensar de una manera diversa a la que él quiere. Dentro de esta etapa también existen comportamientos sarcásticos porque se busca ridiculizar a la mujer de manera directa o indirecta.

2. Estallido de la violencia: se manifiestan incidentes con todo tipo de agresión física, golpes, rotura de objetos y amenazas e incluso puede llegar a la muerte cualquiera de los protagonistas (Barilan, 2009). Esta etapa es cuando se salen las cosas de control y comienzan los golpes, aquí, la mujer no tiene armas como defenderse, ya que si lo hace será contraproducente ya que la situación puede empeorar. Al estar golpeando a la mujer, el hombre saca toda su euforia y coraje que acumuló durante un tiempo determinado, dentro de este estallido existe la violencia verbal, física y psicológica ya que comienzan insultándola, la golpean, la humillan e incluso la llegan a violar. Durante el momento de la batalla salen a flote cosas que desagradan al varón, poniendo a la mujer como una cualquiera, como estúpida, incompetente y que no tiene la mínima noción de lo que es vivir y hacer feliz a un hombre, remarcándole que ella es quien hizo que todo aconteciera de dicha manera.
3. Arrepentimiento: se manifiestan expresiones de perdón, promesas de cambio, interés sexual, regalos, “tranquilidad”, expresan sentimientos de afecto (Barilan, 2009). Después de un tiempo tormentoso, viene la clama (solo por cierto tiempo). El hombre se disculpa por la actitud que tuvo anteriormente, le lleva obsequios, es amable y le dice que nunca ha querido a alguien como a ella y que es por ello que se comporta de dicha manera. Cuando tienen intimidad se porta como ella siempre ha

querido, es decir, la recompensa sexual es la que ella siempre ha “necesitado” y la cual él pocas veces la ha otorgado; es justo aquí donde el hombre demuestra que no es que sea un hombre violento, simplemente tiene un carácter fuerte y como todo ser humano tiene algunas fallas, pero después de esa situación, jamás se volverá a presentar. En esta etapa, la mujer se siente bien, piensa que a pesar de que la maltrataron (y que fue con justa razón) su pareja la quiere y es por ello que se porta así, ya que ella le da motivos para que piense mal, sea por sus actitudes o comentarios que le hace y que algunas veces bien merecido se lo tiene.

Como vemos, este es algo cíclico ya que se conoce la situación bajo la cual se vive, se conoce a la persona que es violenta y la mujer se reconoce como víctima, pero al mismo tiempo prefiere no hacer nada ya sea por miedo hacia su victimario, por la dependencia que hacen hacia él o por la recompensa sexual que pueden tener una vez que comienzan con la tercera etapa.

Las relaciones de pareja son sanas cuando existe respeto mutuo, para lo cual se necesita tener la suficiente confianza y comunicación de ambas partes. Una relación no se construye de la noche a la mañana, esto es con el paso del tiempo, puede ser que existan diferencias y que tengan puntos de vista opuestos pero eso no quiere decir que es necesario llegar a la violencia para tener un mayor entendimiento y demostrar quien tiene la razón absoluta.

3.5 Cómo se presenta la violencia en el noviazgo.

Al hablar del noviazgo se piensa en situaciones agradables, buenos momentos, reconocimiento total, comprensión y proyectos a futuro, sin embargo no se tiene en mente que es lo que puede acontecer cuando existen actos forzados e incluso violentos.

Dentro de las relaciones de noviazgo violentas se tienen diferentes percepciones de los miembros de la pareja ya que (en este caso) la víctima es la mujer y el victimario es el hombre; a todo esto hay que sumarle la cultura, el desarrollo que se tiene desde pequeño así como la manera de relacionarse con las personas.

Respecto a lo anterior, Escota, Gonzalez, Muñoz y Salomon (2007) mencionan que la violencia durante el noviazgo es una situación difícil que no

respetar niveles sociales, culturales ni rangos de edad, esto consiste en golpes, pellizcos, empujones, insultos, amenazas, humillaciones, disminución e incluso prohibición para decidir algo, entre otros.

En clases de nivel socioeconómico alto se observa que en las parejas de novios, algunas veces el varón tiene tratos agresivos hacia su pareja, esto puede comenzar desde un simple comentario con el cual la avergüenzan enfrente de sus amigos o de un círculo de personas, si la persona que es agredida no frena la situación, está dejando en claro que él tiene la razón al insultarla y hacerle comentarios de ese tipo.

Muchas veces, la mujer dice estar completamente enamorada de su novio, de esa manera es que se justifica el comportamiento agresivo que tiene hacia ella, no le importa que pase por encima de ella, lo único importante e indispensable es saber que está con la persona amada y que con eso, nada ni nadie podrá separarla del ser querido, simplemente las cosas seguirán su rumbo y quizá con el tiempo cambie su pareja; ese "quizá" lo tiene muy arraigado y de antemano sabe que vive de una ilusión y promesas vanas ya que si él la quisiera, el trato sería de otra manera, es decir, la respetaría.

Como vemos, en algunos casos, los episodios de abuso ya se produjeron durante el noviazgo pero las víctimas dicen haber tolerado y perdonado por "amor" hacia su pareja y en otras ocasiones había una conducta abusiva pero no fue percibida por la mujer (Ferreira, 1992).

La mujer se da cuenta del trato que recibe y de cómo se maneja su novio con otras mujeres, ella sabe que las acciones y las palabras son parte importante de la relación y que a futuro eso tendrá grandes consecuencias, pero pueden más las emociones que la parte racional, aunque existen casos en los cuales la mujer se da cuenta y decide poner un alto a la situación, es decir, confronta a su pareja sin miedo y sin ser agresiva.

La violencia en el noviazgo ocurre dentro de una relación en la cual una de las personas abusa física, emocional o sexualmente para dominar y así mantener el control sobre la otra. Esta manera de ser superior, admirado y respetado ante alguien, eleva al victimario ya que sabe que con actitudes específicas, tendrá una respuesta que ya conoce, de la misma manera tendrá lo que le gusta: atención y control de una persona (Escota, Gonzalez, Muñóz y Salomon, 2007).

Esas actitudes elevan aún más el ego de los victimarios ya que comienzan a hacerse ideas relacionadas con los actos de poder que tienen, permitiéndose así abusar más de las personas (novia, mujer), sin tener miedo o sin sentirse mal por actuar de una manera agresiva. Como hemos visto, la violencia tiene muchas facetas y todas van en diversos grados pero lo que tienen en común es que ya que existen detonantes que la provocan, como víctima deben de hacer algo y no pensar en que la persona va a cambiar y que con su apoyo será aún más rápido salir de los problemas violentos, es decir la conducta violenta afecta a familias de todos los niveles económicos y culturales; el maltrato físico y emocional es una forma de abuso que daña, enferma, desgracia y anula a quien lo recibe.

3.6 Celos

Cuando se tiene una relación de pareja, se busca ser atractivo (tanto hombre como mujer), interesante y agradable, de la misma manera se espera que la otra persona corresponda, es decir, que demuestre tener interés hacia el ser amado, no basta con decirlo, sino también en acciones.

Al dar regalos se muestra una parte de empatía y cariño, con lo cual la persona que los recibe agradece dicho detalle, lo cual va desde decir gracias, dar un beso o teniendo otro detalle similar con su pareja. Todo eso es demostración de interés, pero se debe tener en claro que aunque exista confianza y confort dentro de la relación hay maneras de demostrarlo así como límites que se establecen.

Cuando un hombre o una mujer dice sentir celos por otra persona, a la pareja esto le aumenta la seguridad así como el autoestima ya que se siente aún más atractivo (a); el sentir celos es algo normal, pero existen niveles.

Los celos son emociones intensas que surgen cuando se experimenta un deseo exagerado por tener de manera única a una persona amada (Escota, Gonzalez, Muñóz y Salomon, 2007). No tan solo es un deseo exagerado, esto va mas allá porque entra aquí el autocontrol que tenga cada uno, las emociones no se pueden controlar demasiado pero si se puede razonar (y tratar de controlar) el comportamiento que se tenga con una persona, en especial con la pareja.

Respecto a esto, Costa (2008) menciona que los celos pueden ser divididos en la emoción (componente que los provoca) y la respuesta que se tiene ante dicho acto. Lo primero que pasa por la mente cuando se sienten celos de la pareja es:

- ✓ "...¿me dejará por otro/otra ?..."
- ✓ "...qué tiene él/ella que no tenga yo?..."
- ✓ "...¡maldito/a!..."
- ✓ "...¡es un/a imbecil!..."
- ✓ "...ni que estuviera tan bueno/a..."
- ✓ "...se rayó conmigo..."

Esto es porque se busca un medio de defensa ya que se anticipa a un rival dentro de la relación, no se busca expresar qué es lo que siente, sino hacer notar el desacuerdo que se tiene, dejando en claro que no es un enojo cotidiano, sino que tienen motivos para ponerse así.

Los celos son emociones complejas, surgen ante la sospecha real o imaginada de una amenaza a una relación que se considera valiosa (Canto, García y Gómez, 2009). A toda persona que tiene una relación y que llega a sentir celos, se considera algo normal, dicha amenaza de la cual se habla, es respecto a que por otra persona se pierda el interés del ser amado y que todo lo que se siente hacia él se pierde ya que en los pensamientos de la mujer, siempre esta el "que hubiera sido" o "¿porqué no hice nada?".

Una vez planteadas estas interrogantes vuelve la razón y así mismo inicia una manera de mantener a la persona que se quiere junto a ellas, es decir, se plantean que ante cualquier situación van a actuar.

En el caso de los varones sucede algo similar, sin embargo lo hacen notar más y buscan una manera audaz de hacerles ver a su pareja que están en desacuerdo con algunas actitudes de ella y que por ello no pueden actuar de otra manera, simplemente salen sus impulsos en momentos específicos ya que las quieren y temen perderlas.

Se dice que los celos se relacionan con enojo, tristeza, humillación, ansiedad y depresión; son tomados como una cuestión impotente y determinante dentro de la relación de pareja (Carlen, Kasanzewen y López, 2009). El enojo es directamente hacia la pareja (mujer) pero muy en el fondo también él se siente molesto ya que el sentir emociones de ese tipo van de la

mano con el que otra persona le sea atractiva a la pareja, lo que lleva a pensar que su atención no está centrada por completo en él, sino que también existen personas más atractivas para la mujer y ante eso, debe de hacer algo.

Al pensar en la pareja, comienzan a angustiarse ya que no saben hacia dónde irá la relación. En un principio se tenían planes y objetivos como pareja pero debido a nuevas emociones, ya no se actúa de la misma manera, pareciera que por algunos momentos no importara nada dentro de su relación y en otros que existe demasiado interés, lo que lleva a tener cierta desesperación y un sentimiento de tristeza.

Como mecanismo de defensa, los hombres al sentirse celosos de algún amigo, compañero o familiar, buscan la manera de hacerles ver que tienen que hacer algo para resolver la situación, comenzando con comentarios de manera indirecta pero que aclaran el papel que para ellos tiene su pareja.

Quieren que solo sea para ellos, que no existan atenciones, sonrisas, pláticas y demás cortesías para alguien del sexo opuesto, iniciando así poco a poco con el uso de la violencia ya que cuando van subiendo esas actitudes, hacen comentarios e insinuaciones donde dejan a la mujer como una persona un tanto inmoral, llegando al punto de humillarla.

Canto, García y Gómez (2009) mencionan que en el caso de los hombres existe una preocupación respecto a la infidelidad sexual y en el caso de las mujeres esta preocupación tiene que ver con la infidelidad emocional que tenga su pareja.

Como vemos, las mujeres dan más valor a las emociones y sentimientos ya que para ellas una infidelidad la toman como algo más superficial, algo de lo cual todos se pueden dar cuenta, sin meterse en aspecto sexuales (no directamente, aunque una vez que conocen a la persona, comienzan a armar juicios más fuertes, respecto a lo sexual), lo que reclaman es el tiempo así como atenciones hacia ellas. En el caso de los varones, lo que más les importa es el que su pareja haya tenido encuentros sexuales (o que los pueda tener) estando con él, es decir, sí involucran sentimientos y como se dijo, ante actitudes que no les parecen, mencionan estar en desacuerdo pero lo que tiene más peso es el que sean infieles en el aspecto sexual.

Al sentir que se pierde a una persona que se quiere, se hacen cosas que jamás se imaginaron, esto puede ser desde estar todo el día pegado a la

pareja, interrogarla hasta sabe todo lo que realizó durante el día, verificar si es verdad lo que hizo, espiarla e incluso ponerse agresivo desde el inicio de la conversación con ella; cuando comienzan este tipo de actitudes, se dice que son celos enfermizos.

Los celos de manera enfermiza pueden provocar violencia física y pueden llegar a terminar con la vida de pareja ya que los ataques de celos son el motivo de que existan homicidios conyugales (Escota, Gonzalez, Muñoz y Salomon, 2007).

Todas las personas necesitan privacidad, sin embargo con una pareja que actúa de la manera antes mencionada, llega a hostigar a la mujer ya que ella no encuentra un momento ni un espacio donde pueda hacer algo y que sólo ella lo sepa, sin entregar cuentas de nada a su novio.

Si la mujer no da razón alguna sobre lo que se le está preguntando, eso es un motivo para que inicie la violencia verbal y física, ya que, según el varón, es una manera de sacarle las cosas, es decir, si no habla con detalles acerca de lo que realizó, entonces quiere decir que se está saliendo con otro, que tiene una aventura y que ambos se burlan de él, por lo cual, debe de sacar dicha información y hacerla confesar de lo que hizo.

Se dan casos en los cuales, llegan tanto a sentirse celosos y burlados socialmente, que toda su euforia la sacan golpeando a su pareja, llegando así a lesiones terribles e incluso la han matado debido a las consecuencias que tiene.

En la Ciudad de Monterrey, el 5 de diciembre del 2010, una mujer fue asesinada por su esposo, quien argumenta que la encontró chateando y sospechó que lo engañaba, para lo cual la golpeó y con un arma blanca la mató (El Milenio, 2010).

Como podemos ver, en este caso, el hombre llegó a un extremo de matar a su esposa ya que (según él) lo engañaba y la encontró hablando con su amante, sin embargo al continuar con las investigaciones, su esposa estaba platicando por Internet con su hermana. Este es un caso de una pareja casada pero al igual sucede en parejas de novios.

La intensidad de la respuesta de los celos, las emociones con las que se asocian, las circunstancias que los provocan así como las conductas asociadas serán especificados como normativos por el grupo social en el que

tienen lugar ya que la conducta no puede entenderse fuera del entorno al que pertenece (Canto, García y Gómez, 2009).

Dentro del entorno en el cual se lleva a cabo el desarrollo de una persona, esta regido por reglas sociales, las cuales pueden ser modificadas y dependiendo del lado en que se encuentre cada miembro de la pareja, es como se actuará.

Si se convive con un grupo donde la palabra de una mujer no se permite y el hombre es quien tiene el completo poder, la violencia es más directa y desde el inicio, de esa manera es que las mujeres aprenden a vivir con ese miedo y temor; cuando se vive en un lugar de aparente equidad, la manifestación de los celos será de manera diferente ya que comenzarán poco a poco y de un momento a otro incrementaran.

De esa manera es que actúan, defendiendo su hombría (ya que es un país machista) y al mismo tiempo aclarando que no hay más verdad que la de ellos, de esa manera es que la sociedad los tomará de otra manera y tendrán respeto hacia ellos, no serán la burla, al contrario, así aprenderán que deben de mantenerse atentas ya que dejan muy en claro que para ellos “no hay mujer que salga de las reglas que ellos ponen”.

Los celos pueden manifestar ansiedad, agresividad, pensamientos relacionados con la infidelidad, todo esto con el objeto de controlar a la pareja (Carlen, Kasanzewen y López, 2009), pero ese control que dicen tener es invadir la intimidad, volviéndose un hombre posesivo con grandes arranques de emociones las cuales lo llevaran a la destrucción de la relación, de él y hasta de su pareja ya que llega un momento en el que no se puede controlar las alteraciones que le provoca el hecho de pensar que su novia lo engaña o ha tratado de hacerlo.

Generalmente cuando están en este grado de celos, se construyen historias y comienzan a hacer conjeturas de hechos que para ellos son relevantes, de esa manera es que comienzan a pensar de manera más severa en los supuestos engaños que han sufrido por parte de su pareja y que pese a ello, la relación continúa.

3.7 Manipulación.

Cuando se inicia una relación se tiene una imagen de cómo podría ser la pareja y con el paso del tiempo se van conociendo y ven como son bajo algunas circunstancias y dentro del círculo social en que se desenvuelven. Sin embargo con el paso del tiempo se va conociendo a la persona, salen sus cualidades y defectos, pero al ser una persona en la cual se tiene interés y objetivos a corto, mediano o largo plazo, se hacen análisis de situaciones con las cuales existen confrontaciones e inconscientemente se pone en juego el futuro de si se quiere continuar con la relación de pareja o si es mejor terminar, esto no es algo minucioso, simplemente se analiza, se razona y se toma la decisión.

Durante el cortejo hacia una mujer, el varón se muestra (aparentemente) agradable, atento, caballeroso y explota lo que tiene para obtener más puntos a su favor y que de esa manera conquiste aún más a su pareja. Como todo lo nuevo, al inicio se ven las cosas de manera única, diferente, se hacen ilusiones y todo es maravilloso pero al paso del tiempo (y al conocer más a la mujer) saben cómo manejar a su novia, se dan cuenta específicamente que tienen que hacer o decir para que ella diga, haga o piense lo que a él más le convenga.

El dominio y control sobre las personas se lleva a cabo mediante la manipulación (Martínez, 2005). Esta es una manera de aprender a controlar a una persona de manera oculta, es decir, haciendo usos de herramientas que se sabe son puntos clave para que la mujer actúe de la forma que más convenga al hombre.

Las palabras que se manejan dentro de esta son importantes, pueden iniciar con comentarios para “celarlas” y hacerlas sentir “más importantes de lo que son para ellos” pero el objetivo principal es provocar emociones y envolverlas para que inicie el juego más conocido como “manipulación”. Dentro de la manipulación, los hombres suelen recurrir a frases como (Ferreira, 1992):

- ✓ “¡No puedo vivir sin ti, si me dejas me mato!”
- ✓ “¡Si no nos casamos, me suicido!”
- ✓ “¡No soporto pensar que otro te toque!”

Llegan a sonar un tanto ridículas dichas frases, sin embargo hasta el día de hoy, muchos hombres recurren a ello para poder manejar a su pareja e

incluso algunas mujeres creen que revelan un gran amor, la mujer no puede imaginar que a su pareja le suceda algo por “culpa” de ella o siente lástima y se impone la necesidad de proteger al individuo, de esta manera, las estrategias producen en la mujer la impresión de que la vida del otro o la propia depende solo de ellas.

El hombre trata de hacerle ver a la mujer que es la única persona en su vida, que todo el tiempo piensa en ella, que si no esta ella en una fiesta o reunión él no se puede divertir igual, es decir, la pone en un papel importante dentro de su vida, haciéndole creer que todo lo que le hace es pensando en ella y en el bienestar de ambos; de esa manera es como inicia un poder (que la propia mujer poco a poco va otorgándole) sobre su persona, en todos los aspectos.

Esto se puede ver en una pareja de novios, cuando la mujer se vuelve codependiente del varón, ya que solo puede pensar en el varón (su pareja), olvidándose de sus necesidades y al no ver el resultado que se espera, se vuelven pensamientos más cerrados, convirtiéndose en una conducta cada vez más fuerte.

Como vemos, manipular a una persona es tener control de su mente, es decir manejar de una manera sus conocimientos, opiniones e ideologías, lo que a su vez, controla sus acciones para lo cual se apoya en el discurso, la persuasión y las opiniones de la gente; todo esto va ligado con las aplicaciones estratégicas eficientes, todo esto de manera verbal y no verbal (Van, 2006).

Es de gran importancia lo que se transmite en la comunicación, por ejemplo, se puede observar que una pareja lleva un tiempo considerable con su relación de noviazgo, el varón muestra respeto e interés, esto con diversas actitudes, tanto para la mujer como para la familia, al haber concluido con la etapa en la cual se trata de agradar a la persona y al mismo tiempo seducirla, la conducta de ambos comienza a cambiar. Él deja de ser tan atento y caballeroso, excusándose en que “algo le falta a la relación”, ella al inicio piensa que solo es un momento, conforme pasa el tiempo la situación sigue aparentemente igual pero las demostraciones de “amor” ya no las ve como antes, es aquí cuando la mujer decide actuar:

1. Ella sola se plantea que algo pasa y que necesitan “hablar” pero que a un hombre lo ahuyenta dicha palabra, así que tiene que encontrar la

manera de exponerlo sin que su novio se sienta agredido o vaya a mal interpretar la intención que ella tiene.

2. Al tener el encuentro con su novio, busca una manera “suave” de decirle que si algo le molesta, que está en la mejor disposición de escuchar qué es y de hacer algo por remediarlo, que no se sentirá ofendida y que entenderá los motivos que él tiene.
3. Aquí es cuando entra el chantaje. El hombre menciona no estar molesto, simplemente que le sorprende la actitud de ella, que en un principio la relación era muy buena y de repente todo cambio, que no se siente a gusto y que está pensando las cosas.
4. Enseguida, la mujer cree ser más astuta que él, así que opta por utilizar sus mejores “armas” para demostrarle que verdaderamente lo quiere y que hará hasta lo imposible por demostrárselo, ya que “ella es quien pudo haber cambiado y no él”.
5. El hombre comienza a ver los frutos de todo el trabajo (halagos, regalos, muestras de interés) ya que aquí es cuando la mujer da todo sin pensarlo, no le importa ella, ni su familia, ni sus amigos, simplemente su novio es lo único en lo que piensa.

Como vemos, la manipulación es una forma de influencia que busca el control sobre una persona y puede darse en diferentes grados, esto va acompañado de engaños, con esto, el manipulador busca ser beneficiado (Juárez, Cortés y Mussons, 2007).

Los beneficios que tiene una persona que manipula son de diversa índole, pero el principal es la satisfacción sexual, seguida del estatus social que se le da; tomando en cuenta el ejemplo anterior, la mujer optaría por tener relaciones sexuales con su pareja pensando en que es lo que ella desea, sin embargo es una manera de arreglar la situación por la cual están pasando, es decir, ella trata de llegar a un acuerdo sin palabras, de manera en que ambos salgan beneficiados pero realmente no es así ya que la relación sexual no se tiene por mutuo acuerdo, sino es una herramienta con la cual se busca remediar algo.

Respecto al estatus social (haciendo referencia a la dominación del hombre –machismo- que se tiene de manera cultural), el hombre llega a un lugar que “se ha ganado”, es decir, cree que las personas (en especial las

mujeres) lo ven con respeto y admiración ya que ha logrado dominar a una (o más de una) mujer, lo que le da un valor diverso al de los demás varones, resaltando así su hombría, su carácter y dejando en claro quien manda, pese a la edad que tenga.

El manipulador es un tanto seductor, no respeta la libertad, es astuto sobre la decisión y pensamiento de la víctima para así arrastrarla a tomar decisiones que favorezcan solo a sus intereses o propósitos (Martínez, 2005).

Como ya se ha mencionado, un hombre que quiere manejar a una mujer, primero la observa, conoce cuales son sus puntos débiles y a partir de ahí (así como de las experiencias que tuvo) comienza a trabajar directamente en la persona, utilizando diversas tácticas y observando la respuesta que tiene de la persona, si una no funciona enseguida aplica la otra y así sucesivamente, hasta obtener lo que se propuso.

Tiempo después, si la mujer trata de reclamar el trato que le ha dado, él se refugia en decir que jamás le dijo que hiciera, ella actuó de determinada forma por que así lo quiso pero que siempre estuvo en total libertad de decir que no quería hacer o actuar de determinada forma y que si quiere puede dejar la relación, sin embargo es difícil concluir ya que se tiene perfectamente control sobre la víctima y por lo mismo, el hombre sabe que papel tomar cuando comienza a salir de control la situación.

3.8 Demostración de poder.

Desde pequeños se busca ser ganadores, sobresalir y que todas las personas aplaudan por lo que se logró. Esta es una actitud de competencia, con la cual son educados los niños, que ha servido para hacerlos competentes y no conformarse con lo poco que tienen o que podrían tener, sino hacerlos ver más allá de lo real, es decir, plantearse objetivos muy altos.

Lo mismo sucede cuando de "poder" se habla, es decir, se busca ser la persona dominante, con firmeza, competitiva y ante todo triunfadora, sin importar sobre que o quien tenga que pasar, con frecuencia esto se puede observar en las relaciones de pareja.

Muchos hombres y mujeres deciden no casarse porque desean conservar su libertad ya que una de sus prioridades es el éxito profesional, esta tendencia de realización da pie a la incompatibilidad de proyectos, haciendo

más equívocos los compromisos afectivos y menos soportable la convivencia (García y Nader, 2009).

Al tomar la decisión de no casarse, no quiere decir que eviten tener relaciones afectivas, mas bien es posponer el compromiso. Esto es porque la mujer se ha incorporado a la vida laboral, por lo mismo, el hombre tiene más oportunidad de tener relaciones de pareja, con o sin compromiso, sin embargo existe cierta edad en la cual una mujer busca formar una familia o tener un hijo, cuando tienen una pareja que se encuentra en niveles parecidos (de trabajo) y se llega al acuerdo de formar un hogar, debido a las circunstancias, la mujer decide abandonar su empleo y dedicarse a su nueva familia, de cierta manera esto es un halago que se hace al hombre ya que de manera inconsciente, no le es agradable saber que tiene competencia con su pareja en la vida labora, sin embargo, se llega a un acuerdo que beneficie a los dos, no es decir “no me caso”, es negociar.

Al tener una relación de pareja, se dice que siempre hay alguien que quiere más y eso se puede ver en ambos, no existe algo equitativo, siempre habrá quien sea el ser amado y quien lo ame. Esto mismo acontece con la demostración de poder que se ejerce dentro de la relación; respecto a ello, el Centro Nacional De Equidad y Género y Salud Reproductiva, (2005), mencionan que un aspecto que atraviesan todas las relaciones de género y afectan de manera vital la salud de mujeres y hombres, es vinculado con las diferencias de poder y con la violencia.

El poder se manifiesta de diversas maneras, pero esto inicia con palabras, seguido de actos para que se den cuenta que no solo son amenazas, sino que se cumple todo lo que se dice.

Así como se gana el respeto y aprecio de alguien, se obtiene la dominación y el poder, ya que se utiliza como manera de relacionarse, con lo cual resalta el carácter de un varón, dejando en claro que jamás se dejarán manejar por una mujer porque ellos hacen lo que quieren, salga bien o mal, llevando así a la destrucción de la relación de la relación de pareja pero para llegar a la aplicación del poder, se anteponen circunstancias las cuales alertan a la mujer, quien se arriesgará a continuar o pondrá fin a la relación, ya que la persona (agresor) jamás va a cambiar, así lo diga, haga juramentos y

recompense después de discusiones y enfrentamientos directos hacia la violencia.

El “dominio de poder” es la manifestación de una exigencia egoísta de una persona hacia otra con la finalidad de confirmar su autoridad sobre ella; por medio de dicho comportamiento se le hace comprender a la persona agredida que puede ser usada como si fuese propiedad del otro (Martínez, 1998).

Lo anterior se lleva a cabo a través de un periodo en el cual se dan pequeñas recompensas y se envuelve a la víctima para que aparentemente ella sola cree conflictos los cuales deba resolver pero que dicho acto solo sea en beneficio del victimario ya que solo él es quien maneja la situación por medio de palabras y actos hacia la mujer.

A diferencia de las mujeres, el hombre se ha aceptado tan firmemente a sí mismo como ser superior que puede mostrarse muy arrogante al garantizarle a la mujer la igualdad (García y Nader, 2009), esto es porque no acepta la competitividad de parte de alguien que ellos consideran seres inferiores (solo por ser mujer).

Las mujeres crecen con la idea de ser el sexo débil, que siempre van a estar ahí para cuando los hombres necesiten refugio, no para ayudarlos a salir adelante, simplemente es una manera de sacar todo lo que acongoja a su pareja, dando afecto, palabras de aliento y de nuevo, hacer que suba al lugar donde corresponde, un espacio que la sociedad y él mismo se ha encargado de mantener.

En una relación de pareja se puede ver que un hombre de 25 años, con un empleo considerable, una carrera y una familia que lo apoye en todos los ámbitos, tenga a su novia de 22 años, quien solo concluyó la preparatoria, trabaja ocasionalmente y depende de sus padres; eso no es mal visto, al contrario, se pensaría que quizá en un futuro puedan tomar la decisión de unir sus vidas, él varón no se siente mal por el hecho de andar con alguien que no es competencia para él y que no representa problemas, sin embargo cuando la situación cambia un poco, es decir, si la mujer tiene una carrera, es económicamente activa y sigue cultivándose para así superarse más, se ve como competencia, existiendo así una rivalidad que, con el paso del tiempo podría tener algunos conflictos para ellos, ya que la lucha de egos y de poder está por encima de todo.

Con lo anterior no se garantiza que a mujeres con una cultura más extensa y con otra preparación se excluyan de ser chantajeadas o que no se empleen técnicas de poder sobre ellas y éstas tengan resultados favorables para el varón, pero se ve marcada la diferencia y la competencia que sienten los hombres ante alguien con quien pretendidamente tendría poder sobre la relación y tomara todas las decisiones respecto a la misma.

Al igual que la manipulación, la demostración de poder va de la mano con la violencia (física, verbal o psicológica) porque es un detonante y antepone que existen conductas y rasgos con los cuales desencadenará agresión hacia la persona.

Como ya se ha mencionado, las consecuencias de la violencia se asocian con problemas que van en aumento, inician con problemas leves, aumentando así hasta que, al darse cuenta, se sale de control la pareja y no existe remedio alguno para tener una convivencia sana, justificándose así por los actos que realizan.

Existen millones de mujeres maltratadas en todo el mundo y en base a estudios realizados se ha demostrado que en el marco de la convivencia con un hombre violento, el maltrato se desencadena sobre todo en momentos especiales (Ferreira, 1992).

El maltrato no se da de la noche a la mañana, es un ciclo en el cual se aprende a tener (en este caso) una relación de pareja con violencia, en la cual existen factores determinantes como son dominación, demostración de poder y agresiones (directas o indirectas).

En México, en el 2008 se llevó a cabo una serie llamada "Mujeres Asesinas", la cual está basada en un programa de la Televisión Argentina. En esta serie mexicana se muestra claramente la violencia que sufren las mujeres desde pequeñas así como las consecuencias que ello trae cuando son personas adultas.

Todo eso lo exponen basado en la conducta machista, el patriarcado, la dominación del hombre, la sumisión de la mujer y las reglas sociales bajo las cuales se conforma una familia.

Conducta Machista: el estilo de vida así como la actitud de un hombre con su familia, la respuesta que debe de tener la mujer para lo que suceda, el

apoyo que otorga, la fuerza física que tiene el hombre y los modelos bajo los cuales se rigen.

Dominación del hombre: la manera en la cual se va impulsando la manera de “mandar” y hacer lo que ellos quieran; actitudes que tienen en casa hacia sus madres y que con el paso del tiempo las aprenden para así ser igual o mejor que sus padres.

Sumisión de la mujer: aceptar todo lo que salga de la boca de su pareja, no dar su opinión, guardarse emociones, obedecer; vivir para una persona y estar sólo cuando él lo desea.

- ✓ Violencia: tratos denigrantes, violaciones, maltratos; uso indebido de la fuerza así como la dominación y manipulación de la víctima de manera directa e indirecta.
- ✓ Consecuencias: respuesta que se da ante situaciones que son aberrantes y en las cuales ya no encuentran salida alguna, sintiéndose culpables por lo sucedido, buscando a diario como remediarlo, sin poder hablar, sin poder decir que les hace falta, sin poder quejarse.

Como vemos de un maltrato pasa a ser una forma de vida y manera de relacionarse, dichos episodios son basados en hechos reales. Los títulos de cada capítulo se relacionan con la trama (Damián, 2008, 2009, 2010):

- | | |
|-------------------------|----------------------------|
| ✓ Sonia, desalmada. | ✓ Las Garrido, codiciosas. |
| ✓ Mónica, acorralada. | ✓ Laura, confundida. |
| ✓ Margarita, ponzoñosa. | ✓ Ana y Paula, ultrajadas. |
| ✓ Jessica, tóxica. | ✓ Rosa, heredera. |
| ✓ Martha, asfixiante. | ✓ Tita Garza, estafadora. |
| ✓ Claudia, cuchillera. | ✓ Julia, encubridora. |
| ✓ Patricia, vengadora. | ✓ Soledad, cautiva. |
| ✓ Cándida, esperanzada. | ✓ Ofelia, enamorada. |
| ✓ Emilia, cocinera. | ✓ Cecilia, prohibida. |
| ✓ Sandra, trepadora. | ✓ María, pescadera. |
| ✓ Cristina, rebelde. | ✓ Tere, desconfiada. |
| ✓ Ana, corrosiva. | ✓ Carmen, honrada. |
| ✓ Emma, costurera. | ✓ Irma, de los peces. |
| ✓ Clara, fantasiosa. | ✓ Elena, protectora. |

- ✓ Luz, arrolladora.
- ✓ Maggie, pensionada
- ✓ .

Se pueden ver cuales son los puntos débiles de cada una, dando así una explicación de dónde comienza la problemática y hasta donde llega a afectar.

Cabe señalar que dentro de esta serie, las mujeres llegan a un punto donde ya no soportan más humillaciones, golpes, malos tratos y la manera en que son juzgadas por la sociedad, para lo cual llegan a explotar y es aquí cuando comenten el asesinato, dándose cuenta que se liberan en el momento de tanta represión que han sentido, pero dejan en claro que a pesar de ello, son culpables pero que ya no había que hacer, no justificándose sino más bien se quedan en su papel de víctima.

Con esto queda claro que la dominación de poder que es ejercida sobre la mujer, no tiene un fin, esto puede continuar hasta llegar a un punto donde ambos se destruyen ya que si no se actúa a tiempo, puede terminar de manera desastrosa.

4. FACTORES PSICOLÓGICOS

Dentro de la convivencia que se tiene a diario en la escuela, en el trabajo, en los centros de entretenimiento (entre otros) se manejan diversas emociones y al mismo tiempo se aprende a tratar a las personas así como a desenvolverse en contextos diferentes.

Generalmente al entrar a un ambiente nuevo, primero se observa cómo es el lugar, qué tipo de personas se encuentran, el ambiente que se maneja y poco a poco se comienza a integrar la persona, haciendo nuevas amistades e intercambiando ideas de las cuales se tomarán las que más agraden y se desecharán o simplemente se ignora lo que es indeseable y destructivo, esto siempre y cuando la persona se encuentre bien emocionalmente.

Vieyra, Gurrola, Balcázar, Bonilla y Virseda (2009) mencionan que para todas las personas la salud física, la salud mental y el bienestar social son grandes componentes con los cuales se debe mantener un equilibrio.

Estas son tres vertientes con las que se vive y si no se tiene un buen dominio y equilibrio dentro de ellas existirán conflictos y tiempo después comenzarán las consecuencias llegando un momento en el cual la persona no tenga la mínima idea de cómo sobrellevar situaciones específicas de su vida.

Como seres humanos se busca el bienestar emocional esto es sentirse de manera adecuada con todo acto realizado aunque cabe señalar que sí se hace caso a la opinión de las personas que se encuentran próximas pero no se debe de llegar al grado de tener demasiada empatía con todos.

Desde la antigüedad se tienen presentes las creencias, valores y el respeto dentro de la familia y está marcada la actitud de respeto hacia el padre ya que es la base fundamental del hogar y es quien tiene la autoridad máxima

La familia se ve influida por factores del contexto, estos son culturales como la aceptación, la tolerancia e incluso actos violentos ya que esto se incorpora desde la niñez (Nóblega y Muñoz, 2009).

Dependiendo de el género al que se pertenezca es como se construyen las bases socioculturales y en base a ello el ser humano comienza a tener una percepción de qué dónde viene, qué es lo que hará y qué tendrá que hacer para

consolidarse es decir, según la sociedad mexicana, a un varón se le atribuyen cualidades específicas como virilidad, inteligencia, fuerza, dominio, respeto, ambición, derechos, y trabajo sin embargo a una dama se le atribuyen dos condiciones, sumisión y obediencia.

Estos estilos de vida han pasado de generación en generación y aunque se hable de una incorporación de la mujer a la vida laboral y social los patrones siguen estando presentes. Dentro de esta manera de convivencia se pueden tener dos casos, una vida en la cual exista un balance entre ambos sexos y otra en la cual estén en total desequilibrio y en este caso, el hombre haga uso y tome solo a su favor las normas y estereotipos culturales así como el estilo de crianza que tubo desde pequeño haciendo presente a la violencia como único medio de comunicación.

Respecto a esto, Jiménez, (2012) nos dice que la violencia es un modo de mantener el poder y la supremacía de una persona e incluso quienes la ejercen disfrutan de dicho acto. El agresor estudia los puntos débiles de la victima, teniendo en claro cómo y cuándo actuar, no hace las cosas por que se le ocurran, todo lo tiene preparado ya que sabe cómo reaccionará su víctima.

Dentro de una relación de pareja se tienen principalmente tres tipos de violencia: la física, la verbal y la psicológica. La mayoría de los agresores hacen uso de las tres, puede ser que inicien con comentarios leves, con pequeños “golpes” por demostrar celos y después con humillaciones y malos tratos, primero a solas y tiempo después frente al público.

Es de vital importancia que una mujer tenga presente que el querer a una persona no es privarla de sus derechos y tratarla mal por “motivos” de celos, más bien querer a alguien es darle su espacio, su libertad y que exista un equilibrio en lo que se da en una relación y lo que se recibe (sin embargo dentro de una relación de pareja siempre hay alguien que aporta más).

Cuando una persona vive con alguien y es violentada física o emocionalmente, suele desarrollar una respuesta de estrés en momentos específicos, lo cual traerá diversas consecuencias en todos los ámbitos, principalmente en la salud mental de la víctima (Matud, Gutiérrez y Padilla, 2004).

Al inicio, la persona (mujer) tiene una idea de cómo es su pareja pero con el tiempo se da cuenta del verdadero carácter que tiene, de lo que le agrada o detesta respecto a sus actitudes. Cuando se tiene conflictos y el varón solo encuentra la violencia como única manera de comunicación, la mujer se siente hasta cierto punto responsable ya que ella cree que le da razones para que él explote y se desahogue con ella. Las primeras veces la mujer se encuentra desprevenida y piensa que será la última vez que lo haga porque momentos después de la agresión su pareja le pide disculpa y le dice que jamás lo volverá a hacer, pero como todo, es un ciclo y hacen de ello una manera de relacionarse.

La mujer no vive tranquila porque no sabe cuando su pareja tendrá episodios de violencia y busca la manera de “no provocarlo” pero al momento de estar con él, se encuentra bajo condiciones extremas donde no puede controlar el miedo que tiene, puede ser que se ponga nerviosa, ansiosa, que se vuelva callada y obediente a lo que su pareja diga pero no falta “algo” que lo haga disgustar para que estalle y se desquite con la mujer.

Con la violencia no solo se daña la salud física, también la salud mental, la cual se define como el estado de bienestar el cual permite a una persona tener y desarrollar habilidades, afrontar el estrés, problemas así como trabajar de manera productiva (Vieyra, Gurrola, Balcázar, Bonilla y Virseda, 2009).

Se debe de tener un adecuado manejo del estrés ya que de lo contrario se tendrán niveles altos y esto puede provocar más adelante problemas no solo a nivel emocional sino a nivel físico porque se deteriora desde el interior. Todos los seres humanos tienen la facilidad de manejar diversos estados de ánimo y estar bien pero como en toda práctica, al ir poco a poco acumulando momentos de tensión, la persona sin darse cuenta lo refleja y ya no vive como antes, más bien se encuentra asustada, intimidada, perseguida y no está tranquila en ningún lugar porque no sabe cuando tendrá algún episodio de violencia y hasta donde llegará dicho acto.

Uno de los factores importantes con los que se desencadenan la violencia son los conflictos generados en el interior del hogar, principalmente los celos así

como el alcoholismo y los recursos económicos, dicha conducta está ligada al machismo (Nóblega y Muñoz, 2009).

Cuando un hombre se muestra celoso cambia su comportamiento y expresa que está en total desacuerdo con la actitud de su pareja es decir, se vuelve víctima y hace sentir culpable y responsable a ella por su manera de actuar. Al inicio son reclamos y luego llegan los golpes.

Dentro de una familia en la cual el padre es alcohólico la dinámica es similar, él siempre está reclamando a la mujer y a sus hijos todo, nada le parece, todo está en contra suya y su único escape (según ellos) es el alcohol. Cuando el “jefe de familia” llega a la casa (alcoholizado) la mujer y los hijos tienen que tenerle el mismo respeto, de lo contrario él tomará cartas en el asunto corrigiendo y expresando de la manera que mejor lo considere, puede ser de manera verbal o haciendo uso de los golpes porque es la mejor manera de corregirlos y hacerles ver que solo él tiene la razón.

Como ya se mencionó, al padecer violencia y al ser víctima directa, se tienen consecuencias como desorden de conducta, incredulidad, negación de lo vivido, conmoción, depresión y miedo (Vieyra, Gurrola, Balcázar, Bonilla y Virseda, 2009).

Todas las actitudes y comportamientos son aprendidos es decir, si se crece con la figura del padre autoritario, alcohólico y golpeador, puede repetirse el patrón y pocas son las probabilidades de que esto no suceda, si se tiene un ambiente sin violencia, puede ser que la mujer tenga una relación en la cual exista violencia de cualquier tipo.

Con esto podemos ver que la violencia dentro del hogar es un factor sociocultural, producto de una organización social estructurada sobre la base de la desigualdad (Ruíz, Blanco y Vives, 2004).

Como ya se mencionó, no existe igualdad entre hombres y mujeres, esto no va hacia el feminismo ni hacia al machismo, lo que se pretende es que se busque un equilibrio dejando bien entendido el papel del varón y de la mujer dentro de la sociedad pero debido a los estereotipos no se puede ejecutar y ya sea por parte del varón o de la mujer, siempre existirán actos violentos.

Las consecuencias de la violencia son enfermedades y trastornos reflejados en diferentes niveles que disminuyen la calidad de vida y acumulan años de vida potenciales perdidos y en otros casos más severos causan la muerte (Nóblega y Muñóz, 2009).

No es saludable vivir con la incertidumbre de “qué pasará” al día siguiente ya que es un desgaste y absorbe muchas partes de la vida de la persona, esto le puede traer enfermedades de diversos tipos pero no aceptan que es debido a la vida que tienen además de que no se atienden como debería de ser y para tratar de llevar bien su vida, buscan otras alternativas o “escapes” dentro de los cuales pueden estar las drogas o el alcohol, con lo cual se sienten bien solo durante los momentos que se encuentran bajo su efecto ya que después viene el tiempo en que se deprimen y vuelven a la realidad violenta de la cual quieren escapar pero no pueden hacerlo.

El comportamiento violento no es incito, sino que con el paso del tiempo es una conducta que se adquiere es decir, los niños que crecen entre abusos, humillaciones y crueldad, con el tiempo adoptan conductas agresivas (Jiménez, 2012), esto dentro de la sociedad mexicana es muy notorio y pese a que se hacen campañas en contra de la violencia hacia la mujer, no existe esa manera de que una mujer maltratada se de cuenta que el trato que le da su pareja no es el adecuado y que las actitudes que le demuestra no son de afecto ni cariño, al contrario es una manera total de manipulación y poder.

Un punto importante es lo referente al síndrome de la mujer maltratada, el cual se refiere a las respuestas psicológicas a la situación de maltrato, entre ellas se encuentran las distorsiones cognitivas de la mujer que la mantienen al lado el agresor, adaptándose a la situación e incrementando su capacidad para minimizar el dolor; a esto se le incluye depresión, baja autoestima, rabia, culpa, rencor, problemas somáticos disfunciones sexuales, conductas adictivas así como dificultades para establecer relaciones (Nóblega y Muñóz, 2009).

Cuando una mujer es sometida a golpes al inicio el dolor es demasiado pero con el paso del tiempo se va haciendo “tolerante” y se resigna a lo que le “corresponde”, no puede externar que se siente mal ni que está en desacuerdo

porque el agresor la ha condicionado a tal grado que se hace sentir indispensable y dueño de su persona. La víctima no tiene voz, solo hace lo que su pareja le dice sin poner pretextos ya que eso podría ser causa de enojo e inicio de conflictos, con lo cual se vuelve al punto principal: “ella como siempre provocará la situación de conflicto y se merece los golpes así como las humillaciones, menosprecio y burlas”.

Cuando una mujer es degradada y ridiculizada por su pareja de forma repetida disminuye su autoestima así como su sentimiento de autoeficacia e incluso llegan a pensar que merecen los castigos y que es incapaz de ser autosuficiente, desarrollando una enorme inseguridad hacia todo lo que piense, haga o diga (Matud, Gutiérrez y Padilla, 2004).

Con el paso del tiempo se observa el resultado que tiene el comportamiento de su pareja hacia ella ya que poco a poco se ha sometido a tratos injustos que ella considera “ha provocado” dicha situación no pone un límite ni establece reglas, simplemente deja que las cosas transcurran teniendo la esperanza de que el amor que los une como pareja haga que la situación cambie y las cosas sean favorables. Este tipo de ideas las crea y al mismo tiempo se auto compadece para así mantener la dinámica de pareja a la cual se ha ido acoplado.

Como vemos, el rol que desempeña la mujer dentro de la sociedad así como factores predisponentes producen problemas mentales a futuro (Vieyra, Gurrola, Balcázar, Bonilla y Virseda, 2009). Como se observa, la mujer desarrolla diversas actividades en poco tiempo, lo cual no le permite tener asignado un espacio para realizar cosas de índole personal, es decir, además de tener la responsabilidad dentro del hogar (esté casada o no) tiene que quedar bien con sus familiares, cumplir con las tareas asignadas fuera de lo ordinario y sobre todo tener el carácter adecuado así como las palabras reconfortantes, de cariño o de apoyo hacia su pareja ya que si el hombre violento no encuentra de la manera que más le agrada alguna situación que involucre a la mujer, ella tendrá que tolerar todo lo que venga, si poner excusas ni externar su desacuerdo, simplemente se somete a lo que su pareja diga.

Cuando la mujer percibe que su pareja la ignora o le es indiferente, esto se convierte en un factor de riesgo para desencadenar la violencia o malos tratos (Nóblega y Muñóz, 2009), esto es porque si al estar frente a la persona amada pasa desapercibida y el trato es igual o diferente (irrespetuoso) comienzan a surgir diversas interrogantes por parte de la mujer:

- ✓ “... ¿andaré con otra?...”
- ✓ “... ¿ya no le intereso?...”
- ✓ “...¿por qué está enojado?...”
- ✓ “...¿qué le hice para que este así?...”
- ✓ “...¿ya no le gusto?...”

De esa manera es que la mujer comienza a idear (en su mente) que todo lo que pasa dentro de la relación es su culpa y que debido a su comportamiento es que su pareja toma decisiones inadecuadas las cuales repercuten directamente contra de ella y al sentirse responsable debe acatar las consecuencias es decir, mostrarse fuerte y aguantar el dolor en todo sentido.

Dentro de los factores individuales que desencadenan la violencia y que con el paso del tiempo van aumentando, se encuentra el consumo del alcohol (Ruíz, Blanco y Vives, 2004). Esta es una parte importante ya que algunos varones tienen la concepción de que solo ellos deben y pueden ingerir bebidas alcohólicas ya sea por estar contento, triste, enojado o por simple placer sin embargo si ven que una mujer lo hace es mal visto.

Cuando existen problemas de pareja y a esto se le agrega que al hombre le gusta beber alcohol, la dinámica cambia drásticamente más aún cuando se encuentra bajo los efectos del mismo ya que puede actuar más agresivo que de costumbre y sus impulsos no los controla debido a que se encuentra bajo el efecto de una sustancia tóxica (que en este caso es el alcohol). Una vez que pasa dicho momento pueden suceder dos cosas, la primera es que se muestre (aparentemente) arrepentido y trate de remediar todas sus faltas justificándose en que no sabía lo que hacía y la segunda es que no le interese lo que le pase ya que si la mujer dice quererlo, tiene que soportar todos los tratos que él le de cómo pareja.

Otro factor importante es la estructura social patriarcal ya que aún se mantienen vigentes ciertos usos y costumbres que limitan la autonomía y libertad de las mujeres e impidiendo su emancipación (Ferrer, Bosch, Navarro, Ramis y García, 2008).

Como se ha mencionado la manea en que se conforma la familia es importante y algo a lo que se le da gran importancia es a la autoridad que tiene el padre frente a todo poniendo como algo primordial el respeto que se le otorga, tenga o no tenga razón. Con estos principios que se manejan se piensa que la mujer no tiene manera de externalizar lo que quiere o lo que necesita sin embargo con los avances que se tienen se observa la incorporación de la mujer a la sociedad esto va desde ser profesionista hasta madre soltera es decir, poco a poco va tomando decisiones en su vida pero para que den ese paso se trabaja con grandes objetivos siendo firme ante cualquier situación.

4.1 Inseguridad.

Cuando una relación de pareja va iniciando se puede apreciar el diverso comportamiento que tiene el hombre y la mujer ya que como en toda nueva experiencia, se otorga lo mejor al inicio, no existen problemas, ambos ceden a las peticiones que se hacen y principalmente siempre se encuentran de muy buen humor.

Con el paso del tiempo las personas van actuando de manera diversa, no es que exista un engaño inicial simplemente se busca agradar a la persona guardando reglas sociales, remarcando la caballerosidad y la feminidad pero eso no es como al inicio. Es normal que las personas tengan problemas dentro de su relación de pareja pero se aprende a buscar una solución y una manera de mediar la situación, esto sería en el mejor de los casos, por otro lado puede que la pareja en lugar de hablar y poner soluciones adecuadas, haga uso de otras herramientas para llevar su relación como es el caso de la violencia, la cual se da por factores ya mencionados.

El comportamiento sumiso que tiene una mujer que es agredida (en todos los aspectos) no es algo inato, más bien es adquirido desde la infancia y ella

misma considera que es una manera de relacionarse, una forma de comunicación con su pareja.

Como ya se mencionó la violencia tiene diversos factores que la desencadenan y para que esta tenga efecto en una persona es porque el victimario tiene gran influencia sobre la mujer y algo primordial dentro de los factores psicológicos es la baja autoestima que tiene la mujer, lo cual la lleva a sentirse insegura e incapaz de hacer algo por ella misma.

Durante la adolescencia el autoestima desempeña un papel muy importante en la estructura de la personalidad y podría verse debilitada por los cambios experimentados en la imagen corporal y formación propia de una escala de valores muchas veces contraria a la que se debería tener, generando así inseguridad y sentimiento de ser diferente (Montoya y Landero, 2008).

Las jóvenes adolescentes siempre quieren verse bien y ser el centro de atención ya que es una etapa donde se interesan por personas del otro sexo, es un momento en que quieren que todo sea favorable pero debido a los cambios tanto físicos como psicológicos que tienen pueden crearse imágenes diversas hacia ellas así como hacia la gente con quienes conviven.

Lo que pretenden hacer durante esta etapa muchas veces es contradictorio ya que buscan ser independientes pero no lo pueden llevar a cabo como quieren, necesitan sentirse queridas pero a su manera y de quien ellas se sientan atraídas, quieren ser diferentes y resaltar de entre las personas pero no les parece que la gente se fije demasiado ya que se llegan a sentir agredidas e intimidadas, todo ello es lo que provoca grandes confusiones dentro y fuera del contexto donde se desenvuelven.

Con esto vemos que el autoestima está basada en factores internos (radicados o creados por ideas creencias, prácticas o conductas) y externos (mensajes verbales, experiencias sufridas por sus padres, educadores, personas significativas, organizaciones y cultura) (De Mézerville, 2004).

En una familia donde radica la violencia principalmente física, verbal o psicológica, los hijos crecen con el estereotipo del padre y la madre, aprenden conductas específicas así como maneras de relacionarse, el varón es la persona

dominante y llena de poder en cambio la mujer es sumisa, todo esto traerá repercusiones en la adolescencia y en la adultez.

Si la mujer no tiene claro quien es y el respeto que merece como ser humano, dejará que todo lo que acontezca afecte en su vida, haciendo caso absoluto a los pésimos comentarios, al trato denigrante y a las ofensas, por otra parte si se respeta, se valora y sabe que nadie puede lastimarla en ningún sentido, solo toma las cosas que le sirven y lo que no le es útil lo desecha.

Existen grupos de convivencia social en los cuales al llegar o se explica las reglas a las cuales tienen que apegarse ya que si quieren sentirse parte del grupo deben seguir los estatutos. Muchas veces las personas que asisten llegan con pensamientos similares a los que se manejan dentro de dicho grupo pero debido a la aceptación que quieren tener se someten aún más a lo que les exigen; cabe mencionar que por ser una sociedad mexicana, las reglas tendrán ciertas tendencias, juicios y valores respecto al patriarcado, con lo cual las personas acceden sintiéndose así parte de ellos.

Como vemos, el autoestima es un factor importante y determinante que se debe considerar en la vida de las personas, esto se desarrolla con la interacción humana (Naranjo, 2007).

Mientras más contacto se tenga con personas y se reciban diversos puntos de vista u opiniones, existirá más retroalimentación y la manera de actuar así como de pensar de las personas será diversa es decir aprenderá a ser tolerante, crear juicios constructivos, saber dónde está fallando y cómo puede trabajar en lo que le desagrada pero todo de manera positiva tomando en cuenta la manera o forma de las observaciones y en base a ello construye nuevas ideas que considera serán importantes y traerán grandes beneficios.

Respecto a esto, Fernández, Martínez-Conde y Melipillán (2009) mencionan que el autoestima es la clave del éxito o del fracaso para la autocomprensión y la comprensión de los demás ya que afecta a todos los aspectos de nuestra experiencia (Fernández, Martínez-Conde y Melipillán, 2009).

Una persona que no se siente lo suficiente segura de sí misma actúa de una manera determinada tratando de hacer lo que los demás piensan, sus puntos

de vista u opinión la hace a un lado y solo se ocupa de hacer lo que le dicen, siempre pidiendo opinión de personas conocidas o desconocidas y fiándose de los demás.

Por otra parte las personas que tienen un autoestima alta sienten la confianza de llevar a cabo un proyecto y de tener un buen futuro, esto tiene que ver con cómo se siente y qué piensa de su vida, de esa manera es que se siente feliz y satisfecho porque tiene una adecuada representación de sí mismo (Montoya y Landero, 2008).

Todas las personas tienen diversos estados de ánimo pero generalmente si se tiene buen autoestima predominará el sentirse bien con ellos mismos esto es que a pesar de tener problemas que quizá no puedan resolver no siempre se encuentran pensando en lo mismo, por el contrario tratan de buscar posibles soluciones y su vida continúa de manera progresiva no enfocando total atención a lo que no se resuelve sino mediando y siendo asertivo.

Cuando la persona pone una solución a dicho problema que acontece, se siente satisfecha y sabe que ha obtenido solución puede ser que sea la más adecuada o puede ser que no pero al mismo tiempo le es reconfortante saber que fue capaz de remediarlo y de seguir con su vida ya que siempre existen alternativas.

Referente a la relación de pareja, quien tiene un autoestima alto sabe que dentro de la relación debe existir cierto balance para que ambos puedan sentirse bien esto es que no se sientan agredidos, utilizados ni manipulados.

En las relaciones de pareja donde predomina la violencia es porque la mujer tiene un autoestima baja. Esto puede ser porque desde pequeña dentro de su familia se creció con la idea de que el hombre tiene poder y dominio y ella simplemente tiene que ceder y adoptar ser sumisa o la simple condición a la cual es sometida por parte de su pareja actual (o anteriores) lo que provoca una desvalorización.

La baja autoestima se relaciona con ansiedad, depresión, sensación de fracaso, no aceptación de la imagen corporal (Fernández, Martínez-Conde y Melipillán, 2009).

Las mujeres que se sienten inferiores a las demás comienzan a distorsionar su imagen, menospreciándose y al mismo tiempo auto compadeciéndose. Para ellas no existen planes a futuro porque siempre se encuentran pensando en que están mal en todo lo que hacen con la familia, su pareja, sus amigos, en la casa, en la escuela, en el trabajo, cada vez se hunden más y no buscan soluciones ante los problemas que dicen tener.

Si son mujeres con estudios piensan que son tontas e incapaces de continuar estudiando por que siempre hay personas mejores que ellas, si son jóvenes y laboran en una empresa creen que las van a correr por el mínimo error que cometan. Todo esto se refleja en su aspecto físico porque se descuidan, viven con miedo, con inseguridad y pensando en que no son nada pero al ser mujeres violentadas y al estar condicionadas perfectamente por su victimario, sienten que sin ellos no podrían vivir ya que son la persona más fuerte y quien en cierto momento verá por ellas ya que si las golpea es porque ellas lo provocan sea por celos o por otros motivos relacionados directamente por ella.

La baja autoestima afecta al autoconcepto y a la imagen corporal además de traer como consecuencia problemas en su desarrollo personal y en sus relaciones interpersonales (Montoya y Landero, 2008). Es de gran importancia la manera en que se construye y se desarrolla una persona. Si solo se vive en ambientes llenos de violencia, denigrantes, sin objetivos ni ambiciones personales se tendrán pensamientos poco agradables y jamás podrán tener claro qué es lo que esperan (en este caso) de una pareja.

Con lo anterior se puede inferir que la inseguridad que tiene una mujer se va construyendo a lo largo del tiempo, esto se relaciona directamente con el autoestima ya que si una mujer tiene algunas dudas es normal que acuda a que le brinden alguna opinión pero no hará caso total a lo que le digan porque de hacerlo dejaría de tener decisión sobre sí misma. Por el contrario una mujer insegura siempre busca opiniones, sugerencias, consejos y todo lo que las personas de su alrededor le brinden además de no tomar el control sobre su vida.

Dentro de una relación de noviazgo (donde existe violencia) una mujer insegura actúa según “convenga” a su pareja, esto no se hace de un momento a

otro sino que el hombre se hace indispensable para la mujer, la hace sentir que sin él no puede estar tranquila, que él es quien la ama y por eso llegan a los golpes o agresiones, que sin él no puede vivir y que pese a cualquier circunstancia el jamás la abandonará, volviéndose así indispensable en su vida.

Una mujer insegura no se percibe sola y se le hace inconcebible verse sin su pareja, no puede imaginar que será del siguiente día si su novio le llega a faltar, ese tipo de comportamientos afecta a la salud emocional y física de las mujeres porque es justo ahí cuando comienzan a tener problemas fisiológicos y con el paso del tiempo acontecen otro tipo de respuestas a las cuales será más difícil poner una solución.

Regularmente la infidelidad y la inseguridad van de la mano ya que una mujer insegura en cierta parte es celosa solo que no lo refleja ni lo comenta a su pareja. Algunas interrogantes que se hace en este punto son:

- ✓ “...¿con quién andará?...”
- ✓ “...antes era diferente...”
- ✓ “...me engaña porque ya no le gusto...”
- ✓ “...anda con otra porque yo soy muy tonta...”
- ✓ “...la otra es bonita y sabe qué es lo que le gusta...”
- ✓ “...¿por qué cambió de pronto?...”
- ✓ “...¿qué hice?...”
- ✓ “...¿cómo haré para arreglar las cosas?...”

Para una mujer es más fácil perdonar la infidelidad y en el caso de mujeres inseguras con más razón ya que se sienten culpables y quieren remediar (a como de lugar) el problema por el cual están pasando además de remarcar que si su pareja “se fue con otra” fue por que ella no le dio lo suficiente.

Respecto a las infidelidades sexuales, García, Gómez y Canto (2001) realizaron un estudio en el cual se observó que el hombre es quien se siente más inferior que la mujer cuando su pareja le es infiel sexualmente.

La infidelidad del hombre y de la mujer es diferente. Para el hombre lo más importante es ser fiel sexualmente y en el caso de la mujer la sexualidad va acompañada de otros factores.

4.2 Violencia Familiar.

Los valores, las creencias y las reglas sociales (entre otros) son transmitidos por medio de la familia ya que es la encargada de llevar a cabo la formación de las personas de manera individual y social.

La familia se considera como la base fundamental de cualquier sociedad ya que se encarga de fomentar y transmitir actos de afecto, amor, comprensión además de valores y actitudes deseables para su integración (Campo, 2002).

Tanto la figura del padre como de la madre van a ser de gran apoyo para los hijos ya que en base a ello harán una elección de su pareja así como de su vida futura. El que un menor reciba muestras de afecto directamente de sus padres es reconfortante porque sabe que para ellos es un orgullo ser sus padres pero como en todo también existen momentos en los cuales les tengan que hacer un llamado de atención de manera diversa es decir de una manera no cariñosa pero sí estableciendo reglas y límites a los cuales el niño debe de apegarse.

En base a la convivencia que se tenga dentro de la dinámica familiar el menor irá normando su carácter y aprenderá a socializar pero un punto importante es el trato que otorgue dentro de la familia no solo cómo se refieran con él sino también el modo en que se traten a los demás familiares.

En México aún se tienen reglas en las cuales se resalta que el varón es quien tiene la razón totalmente y las familias crecen con este modelo el que en base a las diversas religiones se le otorga un lugar especial, es decir de respeto total.

Las creencias así como los mitos culturales asociados al sistema patriarcal han legitimado el poder y la dominación del esposo hacia la mujer y los hijos, despojándolos de sus derechos como seres humanos (Patrón y Limiñana, 2005).

Las personas que son muy apegadas a la religión (y que siguen al pie de las reglas que se establecen) principalmente católicos, mormones y cristianos tienen en conceptos específicos a la mujer y al varón. El varón es la persona encargada de llevar las cosas que él considere necesarias, no pregunta a su pareja ni a sus hijos, simplemente hace lo que cree conveniente; por otra parte la mujer se apega a pensar en que mientras se haga lo que su esposo crea

necesario todo saldrá bien ya que él tiene la razón y no puede desobedecer ya que no cuenta con la experiencia suficiente para tomar decisiones.

Cabe aclarar que poco a poco han ido cambiando las costumbres sin embargo son patrones con los cuales aún se puede encontrar en cualquier estrato social. De la misma manera es como se desencadenan los actos violentos porque estos comienzan poco a poco. Como ya se mencionó los actos de violencia y de sumisión son conductas adquiridas que con el paso del tiempo pueden incrementar o pueden desaparecer siempre y cuando la víctima (en este caso la mujer) esté de acuerdo en frenar la situación a la cual es sometida.

Todas las personas han vivido situaciones conflictivas así como actos violentos en los cuales son agredidas y pueden recordarlo o existen ocasiones en las cuales no lo recuerdan, esto puede ser por familiares como el papá, la mamá, los hermanos, tíos o abuelos o por amigos y conocidos (Programa de Mujer y Salud y Secretaría de Salud, 2002).

Algunas veces las personas creen estar corrigiendo a los niños pequeños y respecto al trato que recibieron de pequeños es como actuarán en dicho momento. Si se le trato bien y para llamarle la atención lo hacían de manera rígida pero con respeto quizá el lo haga de la misma manera. Por otro lado si lo trataron con insultos, humillaciones y sin respeto, lo más probable es que esa persona haga lo mismo cuando trate de educar a alguien.

La persona que es sometida a castigos, regaños y tratos cargados de violencia trata de borrar de su mente todo lo negativo, eso se hace de manera inconciente porque es una forma de mediar con los actos duros de los cuales fueron víctimas.

Los índices de violencia en los menores es más alto en las niñas y como ya se mencionó, esto se da porque se ha ido adquiriendo de la cultura y pasa de generación en generación. Cabe señalar que las familias mexicanas se caracterizan por el “apoyo” que se le brinda a sus integrantes, un ejemplo de ello es que muchas mujeres jóvenes salen a trabajar lo cual ocasiona que algún familiar (generalmente su mamá, suegra, tía o hermana) le cuide a sus hijos, al inicio les cuesta trabajo separarse a los padres y a los hijos pero con el paso del

tiempo se van acostumbrando sin embargo existen algunos miembros de la familia que maltratan a los menores e incluso llegan a otros tipos de violencia ya sea física o verbal.

Cuando se tiene violencia hacia una niña, su manera de pensar y de actuar va a ser diferente que el de alguien que no la padece. Al inicio bajan su autoestima, la hacen creer que nadie le creerá lo que diga, que es una mentirosa, que no tiene razón además de que trabajan tanto en desvalorizarla que la convierten en una persona insegura y llena de miedos.

Durante la adolescencia siempre pide opinión respecto a lo que hace pero más que tomarlo como un punto de vista, lo toma como algo que debe hacer ya que no se siente capaz de tomar decisiones respecto a ella, creyendo que siempre está equivocada y que es por eso que todo lo que hace está mal pero si ella sigue el consejo de la otra persona todo saldrá bien pero si ella sola opta por algo comienza a tener algunas alteraciones (nerviosismo, pánico, más inseguridad, ansiedad).

Como se observa las secuelas del abuso hacia la mujer reflejan diversas enfermedades tanto físicas como mentales y debido a ello se ha capacitado al personal de atención a la salud para detectar huellas de violencia y brindar orientación y apoyo adecuado a las víctimas (Castillo y Arankowsky, 2008).

Sin embargo aunque existan programas e instituciones encargadas de orientar y apoyar a víctimas, si ellas no deciden poner un límite al maltrato, no se podrá hacer nada. Existen mujeres que son golpeadas por su pareja y que argumentan que ellos lo hacen porque las quieren además de que ellas están totalmente seguras de haberles dado motivo para hacerlo pero lo que no tiene claro en su mente es que aunque existan motivos para celar a alguien no se debe de actuar de esa manera ya que es un ser humano que al igual que todos merece libertad y respeto.

Cabe señalar que el amor que una mujer le llega a tener a su pareja es tan inmenso que tolera muchas cosas y que aunque existan mujeres y varones encargados de explicar la violencia y proteger a las mujeres maltratadas, muchas veces son víctimas y victimarios, con lo cual se observa que aunque se tengan los

conocimientos de ciertas situaciones es difícil ponerlos en práctica mas aún cuando desde pequeños se tiene contacto con la violencia intrafamiliar.

Cuando un niño es víctima de violencia familiar, puede provocar una destrucción de seguridad, sintiendo miedo hacia el agresor y a su entorno, se vuelve indefenso y esto provoca niveles altos de ansiedad además de externalizar conductas agresivas y antisociales (Patró y Limiñana, 2005).

Tanto en niños como en personas adultas la personas que son violentadas tienen diversas secuelas y lo principal, el miedo a enfrentar a su agresor. Estas personas tienen miedo de estar solas y de realizar sus actividades como lo hacían anteriormente, desconfían de todos porque creen que todos están en su contra y que lo único que quieren es dañar su integridad. Debido a todo lo que pasa tienen que buscar una manera de defenderse la cual es aislarse y no hablar de la situación por la cual está pasando.

Cuando se educa a un niño se llega a hacer uso de la violencia ya que es una manera de justificar el mal trato al que se somete es decir utilizan la violencia como un método disciplinario y colectivo (INMUJER, 2001).

Las personas que fueron violentadas de pequeñas generalmente vuelven a repetir los patrones porque es una manera en que “establecen límites y se dan a respetar” esto lo hacen en base a la manera que consideran es mejor para sus hijos.

Dentro de la violencia que se presenta cuando se está llevando a cabo la formación de un niño se encuentra:

- ✓ Gritos
- ✓ Bofetadas
- ✓ Pellizcos
- ✓ Jalar el cabello
- ✓ Insultos

Patró y Limiñana (2005) mencionan que la relación con los padres y familiares así como los estilos de crianza influyen sobre la capacidad del niño para la autorregulación de sus conductas y emociones, especialmente en el significado que atribuirá a las relaciones interpersonales.

Cuando a un menor se le enseña el respeto y la tolerancia que se merece toda persona así como la equidad de género, la manera de ver a las mujeres y a los varones es diversa a la que se estila porque tienen conceptos que van más allá del machismo o del feminismo. No se le inculca ser machista totalmente ni aceptar el feminismo como tal sino que aprenda a que ambos sexos tienen los mismos derechos, las mismas obligaciones y que nadie puede decidir por otra persona ni menospreciar su manera de pensar o de actuar.

Al tener una educación aparentemente con “equidad de género” se pensaría que la persona tendrá en un futuro relaciones interpersonales sanas claro está que tendrán algunos problemas de pareja pero la manera de solucionarlos será de manera diferente porque la violencia será el último recurso del cual harán uso (pero no se descarta que la utilicen).

En los patrones culturales que se tiene en México se establece que la violencia es una forma “normal” en las relaciones de pareja y por ello es que un gran número de víctimas y de agresores no consideran que su relación sea violenta a pesar de la presencia del maltrato físico, sexual y psicológico (Programa de Mujer y Salud y Secretaría de Salud, 2002).

Un punto importante es la violencia sexual. Todas las personas tienen la libertad y el derecho de ejercer su sexualidad pero eso no significa que utilicen a su pareja como más les convenga esto es, que no deben de forzarlas a tener relaciones sexuales cuando no lo desean mucho menos obligarlas a realizar cosas que no quieren ya que esto se toma como una violación.

Una mujer que por lo regular es maltratada sexualmente piensa que no tiene el derecho de disfrutar de su sexualidad ya que el hombre es quien toma la decisión, es el único que disfruta y por lo tanto ella no puede decir nada ya que eso puede ser motivo de discusiones y problemas más severos. Las mujeres actúan así porque dicen amarlos y entregarse completamente a sus parejas ya que es la manera de agradecimiento por su protección y seguridad que les brindan (ellas lo creen así) pero no quieren darse cuenta de la manera en que son abusadas.

Este tipo de abuso va de la mano con la agresión psicológica ya que el hombre trabaja poco a poco para ir moldeando a la víctima como a él más le convenga, al inicio la hace sentir diferente, amada, querida, especial y única y poco a poco va cambiando su comportamiento para que cuando llegue al punto total del maltrato, ella ya no pueda salvarse, sintiéndose así intimidada, amenazada y siendo totalmente dependiente de su pareja a pesar de que la trate mal a solas o en público.

Como vemos la violencia intrafamiliar es la manifestación de relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres, sin importar la condición social, ligado a los patrones culturales y estereotipos sexistas que provocan un aumento de dicho acto (INMUJER, 2001).

La violencia se da en todos los niveles sociales aunque existe un incremento en lugares donde la situación económica es baja. Esto es provocado debido a que tienen diversos problemas pero los principales son el hacinamiento y la falta de dinero.

En lugares de bajos recursos se aprecia que las personas viven en con demasiadas limitaciones y que tienen varias carencias además de que su familia es muy extensa, esto origina que el poco dinero que percibe la familia se invierta en cosas necesarias principalmente la alimentación. Los padres de familia o encargados se ven demasiado presionados porque no les alcanza el dinero para poder darles una vida mejor lo cual ocasiona que la mayoría de las veces descarguen todo su enojo e impotencia en sus hijos quienes van creciendo con ese patrón de violencia y tiempo después lo ejecutarán con su pareja o con sus hijos.

Respecto a esto Castillo y Arankowsky (2008) mencionan que existen diversos factores que causan la violencia intrafamiliar entre los cuales se destacan problemas de personalidad, la dinámica familiar, problemas económicos, desigualdad social y género.

Con esto se observa la manera y así como el estilo de vida que se tiene ya sea sin golpes, insultos y malos tratos o sin ellos pero cabe destacar que siempre es más agradable un ambiente sano donde se externe lo que se requiere, lo que

les parece y lo que les desagrada para que así se evite llegar a agresiones tan severas que en un futuro traerán consecuencias catastróficas.

En base a las características biológicas que determinan la pertenencia a un sexo se construyen conductas y expectativas correspondientes a los hombres y mujeres además de que al varón se le designa un valor superior dando así un lugar inferior y de desigualdad a la mujer (Programa de Mujer y Salud y Secretaría de Salud, 2002).

Está claro que el hombre está diseñado para hacer cosas de mayor fuerza así como la mujer que está conformada para tener hijos pero no se debe de quedar encasillada en ello porque se tendrían ideas retrogradadas lo cual haría imposible la evolución del ser humano.

Esta desigualdad hacia la mujer se observa a menudo (y no solo en México) cuando los soldados llegan a comunidades y hacen uso de la fuerza y del dominio o mando que tienen. Se han escuchado noticias en las cuales las mujeres indígenas han denunciado violaciones por parte del ejército y pese al cargo que tienen no se hace nada en contra de ellos, las demandas no proceden.

Dentro de las mismas comunidades donde gobierna el machismo, cuando se sabe que han abusado de una menor, los familiares (varones) toman cartas en el asunto y salen a matar al agresor porque saben que aunque denuncien, al poco tiempo el agresor saldrá libre y volverá a hacer lo mismo con ella o con otras mujeres.

Todo esto provoca diversos problemas con las emociones ya que la violencia no afecta solo a la víctima sino también a las personas que se encuentran a su alrededor. El impacto que tiene la violencia en la salud mental puede tener diversas consecuencias las cuales pueden ser extremada tensión nerviosa, ataques de pánico, trastornos del sueño, alcoholismo, abuso de drogas, baja autoestima y depresión, entre otros (Castillo y Arankowsky, 2008).

Cuando una mujer vive con estrés debido al trato que le da su pareja comienza a tener otras alteraciones lo cual la lleva a problemas más severos que le pueden causar enfermedades crónicas e incluso debido a tanta presión a la cual se somete puede llegar a presentar un infarto. Las emociones juegan un papel

importante porque desde pequeño se aprende a manejarlas pero si se sale de control se tendrán consecuencias negativas en las cuales no se podrá poner remedio alguno.

El agresor usa estrategias como intimidación, malos tratos emocionales, aislamiento, coacción y amenazas (Sarquis, 1995).

El varón con una simple mirada tiene dominio sobre su pareja, no hace falta que le diga lo que desea porque la condiciona tan bien que sabe como dirigirla ya que de lo contrario vendrán los reproches:

- ✓ "...¡ves como no me entiendes!..."
- ✓ "...¡por tu culpa estamos así!..."
- ✓ "...¡siempre hago lo que tú quieres y ve lo que pasa!..."
- ✓ "...¡tú sabías como era yo y decidiste estar conmigo!..."
- ✓ "...¡si me amas, demuéstralo!..."
- ✓ "...¡tú provocas que yo ande con otra!..."
- ✓ "...¡claro! Busco lo que tú no me das..."

Son frases que hacen sentir culpables a las mujeres y para remediar todos sus "errores" cometidos hacen lo que probablemente satisfaga a su pareja, no lo ponen en tela de juicio simplemente actúan sin pensarlo.

Con todos los años en que se ha visto a la mujer que es víctima de violencia se han hecho leyes que la protegen así como instituciones encargadas de apoyarlas y orientarlas para que tengan así una mejor calidad de vida y lo principal, para que sepan que no están solas que existen lugares donde se les brindará un servicio adecuado a sus demandas.

En México en 1981 se llevo a cabo una convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación hacia la mujer obligando a crear y modificar patrones socioculturales de conducta (INMUJER, 2001) pero los resultados se observan de manera paulatina ya que aún en este tiempo muchas mujeres tienen miedo de denunciar a su agresor debido a las represalias que puedan tener es decir, por el poder que tenga el hombre, quien recurre a amenazar de muerte, atentar contra la familia de la pareja u otras estrategias de miedo e intimidación.

Los efectos de la violencia familiar son debastadores a todo nivel ya que comprometen la salud física y mental de las víctimas dejando huellas que cuestan trabajo eliminar (Campo, 2002).

Cuando se trabaja con mujeres que padecen violencia se tiene que hacer una gran exploración ya que se abarcan puntos estratégicos y de gran interés como son la baja autoestima que se fueron construyendo, la poca valoración que tienen sobre lo que hacen, la inseguridad con la que cargan además de que se sienten culpables por haber llegado hasta ese punto.

Es increíble la manera en que un victimario llega a condicionar a la mujer porque va acorralándola hasta llegar el punto de volverse indispensable para ella. De la misma manera la influencia que tiene para manejar las emociones y los actos de su víctima son impresionantes porque saben con exactitud cual será la reacción de la mujer con o sin el uso de golpes, solo con la manipulación, con un simple juego de palabras.

4.3 Desvalorización.

Una mujer se encuentra enamorada y disfrutando de su relación de pareja se puede notar por el cambio que tiene en ciertas actitudes sintiéndose entusiasmada y motivada por realizar nuevos proyectos en su vida.

Naranjo (2009) menciona que la motivación es el conjunto de razones por las que las personas se comportan de una manera determinada, dicho comportamiento es vigoroso, dirigido y sostenido.

La mujer al tener un nuevo plus en su vida se siente querida, valorada, amada y eso lo trata de transmitir día a día. Lo principal, el humor cambia ya que debido a que en el cerebro se producen nuevas sustancias que la mantienen en un estado emocional diverso al que tenía tiempo atrás. Con el paso destiempo va intercambiando puntos de vista con su pareja y se planean qué es lo que harán y qué esperan de la relación, ambos sintiéndose cómodos y estimulados.

Como vemos, la motivación es un estado de disponibilidad para lograr una meta establecida y de gran importancia (Rodríguez, 2004) no solo para una persona sino a nivel interpersonal.

Existen parejas que se conocen, comparten momentos, pasan algunas experiencias familiares, enfrentan problemas entre ellos y respecto a la relación, superan dicho acontecimiento y al final se dan cuenta que se llevan bien, se sienten cómodos y por lo tanto toman la decisión de continuar su relación para en un futuro hacer su vida juntos.

Algunas mujeres piensan que el hombre es un medio para establecer lo que la sociedad tanto pide: el matrimonio. Debido a la moral con la cual se es educado, se tiene el concepto de matrimonio y pareja esto es no solo vivir en unión libre con la persona que se ama sino brindar protección, seguridad, bienestar y un “estatus social” para encajar en determinado grupo.

En algunas ocasiones los varones piensan “ya haber decidido” que van a hacer con su vida, es decir frenar a la vida de relaciones sin compromiso para así formalizar una relación y tiempo después hacer una vida de pareja, no pensando directamente en el matrimonio, sino en que ya establecieron haber tomado la decisión de no solo pasar el rato sino tener la certeza al decir “si quiero unirme con mi pareja”.

Como se observa, la motivación es de gran importancia ya que en base a ella es como se construye la percepción de cada individuo además de ayudar a fomentar aún más el crecimiento de cada individuo, sin embargo cuando se tienen problemas de aceptación y como ya se ha mencionado existen patrones determinantes de violencia hacia la mujer, todo se invierte volviéndose una relación víctima-agresor, destruyendo de esa manera el autoestima de cada persona y modificando su manera de pensar y de actuar.

La imagen que cada persona tiene de sí misma es importante, respecto a esto López, Prado, José, Montilla, Molina, Da Silva y Arteaga (2008) mencionan que la percepción de la imagen corporal es parte integral del funcionamiento de una persona y una distorsión de la misma puede llevar o contribuir a una condición más seria.

Dentro de las relaciones de pareja algunos hombres (violentos) hacen comentarios ofensivos a su novia, al inicio comienzan como bromas sin ningún valor:

- ✓ "...pues tu no vendes piñas..."
- ✓ "...eres medio mulita ¿no?..."
- ✓ "...no cabe duda, igual de tontita que tu mamá..."
- ✓ "...¿para qué estudias? Nada se te pega..."
- ✓ "...no puedes hacer cosas serias..."

Pero con el paso del tiempo esto va subiendo y la mujer se cree que justamente eso que le dice su pareja es la realidad, es lo que justamente ella demuestra a las personas y los comentarios van cambiando de manera más agresiva:

- ✓ "...¡estúpida!..."
- ✓ "...¡fíjate tarada!..."
- ✓ "...¡lárgate! no sirves para nada..."
- ✓ "...quita esa cara de mustia..."
- ✓ "...¿cómo es que me fije en ti?..."
- ✓ "...¡hasta un imbécil haría mejor el trabajo!..."

Es así como la percepción de la mujer va cambiando ya que a pesar de que anteriormente tenía un buen autoestima la han condicionado tanto que todo lo bueno lo ha desechado y solo se queda con los comentarios destructivos que la menosprecian y con los que se siente más familiarizada.

Generalmente una persona joven tiene muchas ganas de vivir, de hacer cosas nuevas y no le teme a lo que pueda venir pero debido a las constantes agresiones que recibe se va autodestruyendo, haciéndose a la idea que es mejor recibir malos tratos, gritos, insultos, golpes, cosas de las cuales ella es acreedora por su comportamiento y que aunque otras personas le digan que su pareja está mal por lo que le hace ella siempre le dará la razón y su lugar porque si su novio la trata de esa manera es porque ella lo propicia y él no quiere dañarla, simplemente es una manera de corregirla o en el otro caso es una manera de demostrar que está celoso de otro u otros hombres.

Al sentirse despojada de lo más importante: la libertad en todos los sentidos, la conducta que adoptará es de sumisión lo que va de la mano con la desvalorización que tiene y que se sigue fomentando.

Una mujer maltratada tiene severos problemas, se sienten inseguras, temerosas, con miedos, con pánico y poco a poco van aislándose. Su imagen va decayendo porque debido al trato que le dan no se siente merecedora de cosas buenas e ideales, no puede exigir respeto, no puede exigir explicación alguna simplemente se deja llevar por la situación sin pensar en las repercusiones que esto le traerá.

Con esto vemos que la imagen corporal es un constructo que implica lo que una persona siente, cómo se percibe y actúa en relación con su propio cuerpo, esto se concibe como parte del autoconcepto el cual se entiende como el conjunto de percepciones o referencias que la persona tiene de sí misma e incluye juicios acerca de comportamientos, habilidades o apariencia externa (Sebastian, Manos, Bueno y Mateos, 2007).

Si una mujer que no es víctima de la violencia se siente inconforme con algunas cosas de su persona, trata de cambiarlo haciendo una serie de modificaciones en su estilo de vida, puede ser que pida la opinión de otras personas, que acuda a centros donde la puedan orientar e incluso que escuche las sugerencias que le hacen las demás personas (conocidas o desconocidas) pero si ella solo hará lo que más le convenga, es decir lo que sea pertinente y los demás comentarios no le afectarán para nada la manera de ser, al contrario los toma como cosas constructivas.

Por otro lado, una persona que se encuentra en un estado depresivo, lleno de estrés o que es víctima de violencia, tomará este tipo de comentarios como destructivos y solo servirán para que se hunda más en sus problemas y el único beneficiado será el agresor.

Sarrible, (1997) hace referencia en que la mujer y el hombre tienen los mismos derechos al tomar una decisión sin embargo en estudios realizados se ha observado que las condiciones de vida no son las mismas, esto se relaciona con la desigualdad social que influye en la situación de las mujeres es decir, sus valores y prioridades resultan diferentes.

En cierto punto los seres humanos se aprecian como egoístas ya que siempre piensan en qué es lo mejor, pero lo ven de manera individual. En el caso

de mujeres desvalorizadas sucede lo contrario, no piensan en ellas, al contrario lo único que buscan es el bienestar y la felicidad de su pareja para así hacerse a la idea de que su felicidad es la felicidad del otro aunque eso sea solo demostración de poder (y solo en su contra), manipulación, celos y egocentrismo por parte de su pareja.

4.4 Autoconcepto Negativo.

La manera en cómo se siente una persona así de cómo la perciben es importante ya que de ello dependerá el desarrollo y la estabilidad emocional que tenga en un futuro. La manera en que se ve a las demás personas y en cómo la perciben los otros es una manera de autoconceptualizarse.

González, (2005) refiere al autoconcepto como un marco de referencia con funciones mediatizadoras en el cual la gente tiende a interpretar la realidad para así comportarse de modo consistente y coherente con sus propias percepciones y de esa manera es confirma los juicios propios así como las expectativas (González, 2005).

Dentro de los diferentes entornos sociales cada persona se comporta de acuerdo al lugar, esto puede ser desde la vestimenta hasta el lenguaje utilizado. De acuerdo a la situación es como se debe comportar, esto se va adquiriendo desde pequeños y se va moldeando para tener aceptación dentro del grupo o lugar del cual se quiera ser miembro.

Cada persona es un mundo, por lo tanto piensa de manera diferente pero tienen objetivos e ideas en común, cada individuo ve las cosas desde diversos ángulos pero no quiere decir que siempre van a percibir lo mismo o cosas diferentes más bien es un intercambio de ideas en la cual se percibirán y harán nuevas facetas dentro en determinadas situaciones.

Para Franco (2006) el autoconcepto es un conjunto organizado de actitudes que el individuo hace de sí mismo, las cuales constan de:

- ✓ Componente Cognoscitivo o autoimagen: hace referencia a la percepción mental que el sujeto tiene de sí mismo.

- ✓ Componente Afectivo y evaluativo: también conocido como autoestima, hace referencia a la evaluación que efectúa el individuo de sí mismo.
- ✓ Componente Comportamental: también conocido como motivación, hace referencia a la importancia de la motivación en los procesos de autorregulación, comportamental o de conducta.

Aunque el autoconcepto se divide en 3 puntos no se pueden ver por separados ya que todos se enlazan. Para construir la imagen personal se debe de tener referencia de cómo es cada persona y cómo es quien la está construyendo, la manera en que la gente percibe al individuo así como la manera de relacionarse con la sociedad (o en algunos casos grupos determinados).

En varios estudios se menciona que el autoconcepto es un constructo dinámico sujeto a cambio en el cual se aprende en todo momento, de esa manera es factible modificarlo o combinarlo y en ciertos puntos olvidarlos (González, 2005).

Los juicios que cada persona hace de sí mismo son objetivos pero al mismo tiempo pueden ser constructivos o destructivos, dependiendo la situación por la que esté pasando. Al estar trabajando y aceptando de manera crucial la forma en que se es percibido por las personas al inicio pueden existir conflictos personales porque de cierta manera ya se está predispuesto a lo que acontecerá.

Las personas se basan en la información que les ofrece el medio ambiente para la formación de su autoconcepto es decir, recopilan información de la manera en cómo los perciben las personas de su entorno (Rivera, 1982).

Si se le incrementa y se reconocen sus logros esto será un gran impacto positivo para que se realice como persona, esforzándose por ser el mejor en lo que haga pero al mismo tiempo tiene presente que de no hacerlo no existe frustración alguna.

La identidad individual está conformada por la historia personal, caracterizada por los atributos idiosincrásicos o singulares, cada individuo se percibe como una persona con atributos originales, resalta su identidad individual (Mendoza, Fernández y Páez, 2005).

Cada persona tiene su historia de vida en la que puede tener empatía e identidad con otros miembros de un grupo pero pese a ello sabe que es único e irremplazable, de esa manera es que juega un papel determinante en todos los ámbitos donde se desenvuelve y que es aceptado por quien es, al mismo tiempo se le atribuye un valor de persona y no de un número o de alguien más sin importancia.

Todas las personas tienen desarrollan aptitudes en las cuales son brillantes y que socialmente se les otorga un reconocimiento con lo cual se sienten diferentes y orgullosas de quien son así como del lugar al que pertenecen.

Respecto a esto (González, Núñez, Glez y García, (1997) definen al autoconcepto como un sistema complejo y dinámico de creencias que un individuo considera verdaderas respecto a sí mismo teniendo cada creencia un valor correspondiente, esto es, las percepciones que tiene un persona sobre sí misma formadas a través de la interpretación de la persona y del ambiente.

Por ejemplo si una mujer es buena en actividades que preferentemente son asociadas al género masculino (futbol) se le otorga un reconocimiento y un lugar especial al igual que a un varón que sea destacado en actividades relacionadas con lo femenino. El entorno es importante porque hará sentir cómoda a la persona y sabrá que ha valido la pena esforzarse por el lugar que ha obtenido.

La identidad grupal o colectiva destaca la pertenencia a categorías o grupos sociales es decir, la persona se percibe como similar a los miembros de un determinado grupo (Mendoza, Fernández y Páez, 2005).

Aquí se debe destacar algo, al sentirse parte de un grupo no quiere decir que todos tengan la misma personalidad mas bien al identificarse comparten cosas que tienen en común pero la personalidad es la misma así como el comportamiento sol que se adaptan a las reglas sociales de cada lugar.

El autoconcepto es susceptible de modificación, siempre teniendo en cuenta el trabajo que se hace de manera simultanea y sistemática (Franco, 2006).

Al hablar de modificaciones del autoconcepto se toman varios puntos en cuenta, para empezar se debe tener en claro que dependiendo el carácter y lo emocional que sea la persona es como tomará las observaciones que se le hagan.

Cuando una mujer tiene baja autoestima y pide la opinión de otras personas respecto a ella esto hará que se sienta aún más abajo ya que confirmará todas las ideas erróneas que tiene sobre sí misma. Al ser víctima de la violencia se observa la manera en que el hombre trabaja para afectar a su autoconcepto y así volverlo negativo, de esa manera él tendrá más puntos a su favor porque la manera de manipular a la mujer cada vez será con menos esfuerzo.

Una persona siempre se encuentra motivada por incrementar su autoestima de modo positivo sintiéndose bien con sí mismo, desarrollando su conocimiento, complicándolo, buscando mejoras a su imagen pública y siendo competitivo en diversos campos, de la misma manera protege su sistema de creencias acerca de sí mismo contra los cambios (González, 2005).

Cuando se tiene una imagen adecuada de lo que cada individuo representa la manera de actuar es más grata lo cual se refleja en las actividades que llevan a cabo así como en los proyectos de vida que realizarán. Una mujer al sentirse realizada en diversos ámbitos de su vida buscara siempre superarse y se plantea metas para cumplir en tiempos específicos, si por alguna razón no cumplió todo lo que se propuso sabe en qué debe trabajar y lo principal, no teme al fracaso porque tiene claro que si trabaja en ello lo hará.

En el caso de que una mujer esté deprimida tenga un autoconcepto negativo y no salgan las cosas como ella esperaba, esto causará más problemas emocionales, los cuales se verán repercutidos en su salud y estabilidad porque no saben la manera de encontrar soluciones para determinados aspectos de su vida. Principalmente se encuentran preocupadas por “el qué dirán”, “cómo deben actuar”, “qué deben pensar” y “que quieren que haga” pero a todo esto se le adjunta los juicios negativos y falta de quererse, es decir a la falta de seguridad, dominio, autocontrol y autorregulación.

Cuando una mujer se encuentra laborando con personas (mujeres) que tienen un autoconcepto negativo es más fácil superarlas ya que sus propios pensamientos son de denigración e incapacidad para hacer las cosas, esto es lo que le sirve como base a las demás mujeres para superarla, usando (igual que el agresor) la poca confianza que tiene sobre su persona y de la misma manera ellas

no quieren un cambio ya que le temen a lo que pueda venir, se sienten incapaces ante cualquier situación nueva e incluso situaciones familiares en las cuales tengan participación y experiencia.

Cuando existe demasiada discrepancia entre la autoimagen percibida y la ideal, tiene lugar una alta probabilidad de que ello genere en la persona tanta ansiedad que constituye un concepto regulativo, llevándolo así a una depresión (González, Núñez, Glez y García, 1997).

Dentro de los pensamientos negativos que se generan siempre existe la comparación directa o indirectamente. Al compararse con otras mujeres siempre se pone a la “otra” como una posible idealización porque se observan logros, seguridad, apoyo, consolidación y cariño, cualidades que generalmente ellas no pueden ver en su persona, mucho menos creen que las otras personas las puedan llegar a percibir así.

Cuando la comparación la hace otra persona es aún doble el dolor porque con ello confirman sus ideas desalineadas que tenían, esto va desde la imagen personal hasta las habilidades sociales que tengan o pretendan desarrollar. No buscan soluciones solo se encasillan.

Las mujeres que se encuentran en este tipo de situaciones la mayor parte del tiempo buscan victimizarse para que la gente se autocompadezca. Una vez que las personas escuchan a la “víctima” o “mujer maltratada” le dan alternativas con las cuales podría tener alguna solución su problema pero la mayoría de las veces la mujer violentada no quiere cambiar, da pretextos como tener miedo de lo que le puedan hacer, justifica a su pareja diciendo que lo ama y que no lo puede dejar, que él se comporta así porque la quiere, que es la primera vez que suceden ciertos acontecimientos (entre otros), siempre tienen una respuesta negativa (hacia ellas) y no encuentran soluciones que las tranquilicen, lo único es que van construyendo un modo de relacionarse, un estilo de vida que aunque no es bien visto por algunas personas, no pueden poner fin a su problema.

Dentro de una relación de pareja se tienen diversos puntos de vista así como opiniones, esto es porque cada miembro de la pareja tiene una historia de vida con la cual se construyen patrones de conducta.

Generalmente un agresor tiene una historia de vida llena de violencia y una víctima siempre se desvaloriza, ambos se encuentran en un mismo escenario, desde puntos diferentes pero bajo la misma situación que generará violencia, lo cual conlleva vivir siempre dentro de una relación destructiva.

CONCLUSIONES

Dentro de esta investigación se abordaron diversos temas de violencia en la relación de pareja, principalmente los factores que la provocan así como los estilos de crianza y las consecuencias que se tienen.

Socialmente se tiene un prototipo de ser mujer: delicada, inocente e ingenua; y de ser hombre: seguridad y fortaleza.

Dichos conceptos se han formado y han sido modificados según las necesidades de cada género. Las familias funcionales llevan una dinámica familiar adecuada, son respetuosos, marcan límites, los padres o tutores brindan apoyo, seguridad y protección a los hijos, marcando y resolviendo los problemas de la mejor manera.

En las familias disfuncionales se producen conflictos, malas conductas, abuso de diversos tipos, no tienen límites, no existe la comprensión, son codependientes, existen miembros que tienen adicciones (al alcohol o a las drogas, principalmente), son insensibles, sienten celos más de lo normal, existe desigualdad entre sus integrantes y miedo de hablar además de negación al problema.

El noviazgo es una etapa importante dentro del desarrollo intrapersonal de cada individuo porque es una manera en que va entablando una relación más estrecha, van adquiriendo roles y demuestran al mismo tiempo la empatía así como los valores que se han otorgado dentro del hogar: un hombre tiene que ser caballeroso y respetuoso, una mujer debe comportarse de manera educada y un poco conservadora pero con el paso del tiempo se tiene confianza y cada uno se muestra tal cual es.

Tiempo después comienzan algunos desacuerdos los cuales se pueden resolver al momento o dejan que se acumulen y en circunstancias específicas salen a relucir, lo cual hace que comience un conflicto.

A pesar de los adelantos y de la incorporación laboral que ha tenido la mujer a lo largo del tiempo, siguen estando presentes los modelos machistas.

No se pretende que exista igualdad ya que debido a las diferencias que tiene cada género existen actividades que son exclusivas de los hombres o de las

mujeres sin embargo se busca que exista una equidad y de la misma forma que se trate de manera digna a las mujeres.

Al tener como objetivo bajar el autoestima de la persona, no hacerla digna de lo que hace, tratarla como tonta y subestimarla (de manera directa o indirecta) se tiene un claro ejemplo de manipulación lo cual trae como consecuencia que ellas mismas mencionen tener sentimientos como tristeza, ansiedad y llanto.

Si se tiene una niñez en al cual se ve que una madre es sometida a diversos abusos, golpes y malos tratos se crece con la imagen débil y sumisa del sexo femenino; los varones crecen con la imagen de tener siempre la razón y el poder, saben cómo hacerlas codependientes y culpables de sus problemas o situaciones.

Dentro de los factores que se relacionan con la violencia están el alcoholismo y el uso de drogas principalmente; los hombres que han sido violentos se justifican diciendo que lo hicieron por estar bajo sus efectos y es por eso que mencionan ya no volverlo a hacer:

- ✓ “tengo miedo de beber”
- ✓ “tengo miedo de drogarme”
- ✓ “tengo miedo de lastimar mi cuerpo”

Buscan una mujer sumisa porque saben que con las amenazas o castigos a los cuales las someten jamás estarán en su contra, si lo llegan a hacer o pretenden defenderse les irá peor.

Las mujeres al sentirse culpables por la vida que lleva su pareja tratan de “ayudarlo” de la manera que consideran “es mejor”, se creen salvadoras y que en un futuro su pareja cambiará gracias a ellas que son las únicas que entienden por lo que ellos pasan.

Cuando se le pregunta a una mujer si tiene problemas de pareja o si es violentada lo dicen de una manera encubierta, aceptando que necesitan ayuda pero no quieren que sean criticadas:

- ✓ “tengo problemas para entablar y mantener una relación de pareja”
- ✓ “en mi relación recibía golpes, groserías y celos, indiferencia, rechazo de parte de mi pareja”

- ✓ “mi esposo no encuentra una buena manera de hablar de sus problemas conmigo, siempre peleamos”

No aceptan que pasan por encima de ellas y que las hacen responsables por cosas que no lo son. También existen casos en que por entrar dentro de un grupo social tiene una relación con un hombre que las tratan de manera violenta pero aquí lo medular es la paga social que ellas tienen, la mejor satisfacción es que por fin son aceptadas dentro de lo que tanto anhelaban y el costo que pagan es muy alto.

En otras circunstancias se puede observar que para obtener socialmente cierto estatus aceptan la violencia que su pareja ejerce sobre ellas y creen que vale la pena con tal de lograr estar en el lugar que ellas quieren:

“mi esposo”

“mi novio”

“el papá de mis hijas”

De esa manera es que sienten la necesidad de tolerar abusos y cuando las personas se dan cuenta del maltrato al cual son sometidas, las convierten en mujeres abnegadas, sumisas y sin culpa alguna, obteniendo así el lugar tan añorado por ellas y quizá por algunas otras mujeres que se encuentran dentro del medio.

Un factor importante es la satisfacción sexual que tienen, aunque sexualmente haya existido abuso hacia ellas o que ellos fueran la primer persona con quien tuvieron intimidad:

“...a los 14 años me enamoré más...”

“...después de la relación me enamoré...”

“...lo amaba, fue el mejor...”

Con mujeres que creen estar enamoradas llegan a pensar que la recompensa es lo mejor que tienen, con lo cual se puede observar otro factor con el que los varones manipulan a la mujer por el lado sentimental para tener relaciones y en ese momento hacerlas sentir especiales pero condicionadas, teniendo en claro que solo pueden ser mujeres de ellos, de nadie más.

Un punto medular es el ciclo de la violencia, este se genera en cierto tiempo, es decir primer se junta toda la tensión, luego se busca una cosa mínima para que el hombre explote y comiencen las agresiones a todo lo que da, después de esa gran meseta viene los aparentes remordimientos y la reconciliación en la cual el hombre maneja la culpa, el perdón, la recompensa y la aceptación para que en poco tiempo comience de nuevo este ciclo.

El autoestima es un tema fundamental que debe transmitirse de manera correcta principalmente en las mujeres ya que se desvalorizan, sienten mucha seguridad al estar con alguien dominante porque piensan que él será la única persona que las quiere por como son ya que se sienten poca cosa, feas, sin capacidades para hacer algo, inseguras y con miedo de todo lo que las rodea:

- ✓ "...trato de observar a la persona y me pregunto qué quieren de la relación..."
- ✓ "...me he separado de él por un tiempo pero no es bueno para mis hijas..."
- ✓ "...tratando de olvidar y perdonar, así no tengo rencor..."

La persona maltratada se vuelve mártir y busca un refugio en su victimario porque se siente incapaz de hacer algo por ella misma. Cuando el hombre se da cuenta de que puede manipular a una mujer, lo hace de manera sutil y en definitivo terminan con su vida social ya que (según él) no le traerá nada bueno y lo hace porque la quiere.

De esta forma es que la mujer se aísla, trata de no cometer errores y no dar motivos para que su pareja la agrede con lo cual tienen problemas o malestares que trata de disfrazar o pasar desapercibidos: dolor de cabeza, malestar estomacal, dolor de espalda, sueño irregular, náuseas y vómito; son dolores con los cuales aprenden a vivir.

Es importante señalar que el hombre se considera con grandes características y potencialidades, se ve como alguien con personalidad dominante, algunas veces atractivo, actúa como todo un seductor, pretende ser generoso con su pareja, es inteligente, egocentrista y no acepta que es mentiroso y agresivo con las mujeres.

Socialmente el impacto que esto genera es la apertura hacia una manera diferente (al machismo) de pensamiento basada en la equidad dentro de la cual se tienen derechos y trato como ser humano, diciendo: no a la violencia, no al maltrato y no al abuso del poder.

A lo largo de esta investigación se observan la manera en que la mujer es manipulada, maltratada, humillada así como la influencia que tiene el agresor quien aparentemente y ante los ojos de la mujer, es una persona buena, llena de amor y con algunos problemas a causa de ella.

Las instituciones religiosas tienen influencia sobre este pensamiento y totalmente machista.

Desde la teoría sobre el Creacionismo, se pone a Adán como una persona fuerte, inteligente e independiente y que Dios al verlo solo decide darle la compañía de alguien. Ese alguien sale de una parte de él, Dios toma parte de su costilla y crea a Eva, quien al inicio es solo una compañía para el único y más fuere ser quien bajo su influencia es obligado a realizar el pecado más grande y paga las consecuencias al ser expulsado del paraíso al cual estaba acostumbrado. Hasta el día de hoy se recuerda ese hecho trascendental poniendo al hombre como víctima de las circunstancias y a la mujer como provocadora de hechos y decisiones que afectan la vida de los demás y pese a lo que realice jamás podrá saldar su pecado.

Dentro de los valores y creencias que tratan de transmitir las instituciones religiosas la mayor parte están basadas en el respeto y admiración al varón sin importar qué es lo que como sociedad misma se requiere o necesita.

Un tema muy polémico y con el cual se pone a la mujer como mala, egoísta en algunos casos como asesina es en relación al embarazo y los anticonceptivos: si desean tener una vida sexual satisfactoria estando o no casadas, esto es mal visto más aún si debido a que tuvieron relaciones sexuales, quedó embarazada y piensa en interrumpir el embarazo.

Al presentar ideas de este tipo ante personas que se encargan de catequizar, la mayoría no acepta que se tenga otra concepción diferente de la vida o de la relación sin poder sobre la mujer.

Respecto a la sexualidad, solo es permitido que los hombres hagan uso y disfruten de ella no importando con cuantas mujeres se involucren, con un simple “cuídate” que los padres o familiares les dicen, era claro en qué aspectos lo deben de hacer e incluso las familias pasan inadvertido el hecho de que tengan relaciones sexuales en su casa.

Por otra parte esto es sumamente criticado en la mujer y no se deja que haga uso libre de su sexualidad, al contrario se inculca la idea de que es preferible la abstinencia a pesar de que sean igualmente activas que los varones e incluso que como mujeres se tenga más responsabilidad sobre los anticonceptivos al usarse.

Cuando se tiene violencia dentro de una relación de pareja existen conceptos diversos de la vida, por un lado la mujer permite que todos pasen por encima de ella, no tiene voz, no puede quejarse, se siente incomprendida y vive con temor a todo lo que realice, padece de malestar que ni ella se explica e incluso quiere cambiar cosas que creen que ella ha provocado:

- ✓ “sentirme nerviosa en algún momento”
- ✓ “comer en exceso, no aislarme tanto, tener mejor conversación”
- ✓ “ser desidiosa, apática y momentos en que mi autoestima está muy baja”

y por otro lado el varón maneja de manera específica sus actitudes tiranas, sabe con mayor exactitud el comportamiento que debe de tener hacia su víctima para que ella se sienta con miedo, insegura y sobre todo sienta que sin él no puede estar.

Estos factores son determinantes porque en base a ellos es que comienzan con la destrucción del autoestima, la desvalorización y el manejo interno de manera negativa de la mujer.

Con esto se convierte en una persona insegura y con diversa cantidad de miedos como son: temor al rechazo de la familia, amigos o pareja, a la indiferencia, a la demostración de afecto, al fracaso, a la decepción y a los cambios; con lo anterior tiene consecuencias que se transforman en malestares físicos o psicológicos (dolor de cabeza, malestar general, sentirse ansiosas y

deprimirse sin razón alguna) que ellas adjudican a otras causas o a otras personas pero nunca a su pareja, esto es porque el hombre ha tomado control de ella, de su pensamiento y de sus acciones.

La violencia es un hecho sumamente alarmante y como vemos no es algo nuevo, se traen patrones culturales con los cuales se debe aprender a modificarse ya que así las personas tendrán una mejor calidad de vida.

Al observar este tipo de problemática social dentro de una relación de pareja se propone lo siguiente:

- Ψ Conferencias dentro de las cuales se aborden principalmente temas como lo que significa “ser mujer”, los derechos que se tienen y violencia hacia la mujer.
- Ψ Talleres en los cuales se traten temas como manejo de autoestima, proyecto de vida, estilo de crianza, usos y costumbres de la sociedad, aptitudes académicas.
- Ψ Campañas de sexualidad dirigidas a todos los grupos de edad, principalmente a mujeres jóvenes.
- Ψ Campañas de salud en las que se de un panorama de las diversas enfermedades y padecimientos que se tienen de manera hereditaria o que se van adquiriendo, remarcando las consecuencias o repercusiones que se tienen al no acudir con el especialista (médico o psicólogo).
- Ψ Una apertura más acorde a la situación que se vive como mujer por parte de las instituciones religiosas, como otorgar el derecho a decidir si se quiere tener o no un hijo así como aceptar la separación de la pareja cuando ya no se llevan bien y no llenar de culpa a la mujer.
- Ψ Fomentar comunicación y confianza dentro de la familia para que de esa manera puedan hablar de los problemas que aquejan a sus miembros sin llegar a perjudicar a nadie y poner una solución adecuada.

Con estas alternativas se pretende que la mujer vea más allá de lo que la sociedad quiere y de lo que espera de ella para que de esa manera se tenga un concepto en alto, grandes expectativas de la vida y saber que cuando se proponga algo no habrá nada que la detenga simplemente se debe tener claro qué quiere obtener además de saber que la felicidad de la vida es ella misma tal cual es.

Bibliografía

- ✓ Alberoni, F. (2006). *El Erotismo*. España: Gédisa Editorial.
- ✓ Alberoni, F. (2010). *Enamoramiento y amor*. España: Gédisa Editorial.
- ✓ Álvarez, M. (2003). *Violencia de Género y adolescencia, una propuesta de intervención educativa*. *Otras Miradas*, 3 (2), 96-110.
- ✓ Aguilar, C; Alonso, M; Melgar, P. y Molina, S. (2009). Violencia de género en el ámbito Universitario. Medidas para su superación. *Pedagogía Social*, 1 (16), 85-94.
- ✓ Barilan, S. (2009). Hacia la prevención de noviazgos violentos. *Equipo de Capacitación en el abordaje de Problemas Sociales*. 1-7.
- ✓ Bleichmar, S. (2006). *Paradojas de la sexualidad masculina*. Buenos Aires: Paidós.
- ✓ Cazés, D. (2000). *Nociones y definiciones básicas de la perspectiva de género*. En: La perspectiva de género. Guía para diseñar, poner en marcha, dar seguimiento y evaluar proyectos de investigación y acciones públicas y civiles. CONAPO y Consejo Nacional de la Mujer.
- ✓ Carrillo, C. y Duarte, E. (2009). Masculinidad-Feminidad: El aporte de madres y padres a sus hijos. *Revista Científica Electrónica de Psicología*, 8 (1), 243-270.
- ✓ Camacho, J. (2004). *Fidelidad e infidelidad en las relaciones de pareja*. Argentina: Dunken Ediciones.
- ✓ Canto, J; García, P. y Gómez, L. (2009). Celos y Emociones: Factores de la relación de pareja en la relación ante la infidelidad. *Athenea Digital*, 1 (15), 39- 55.
- ✓ Campo, M. (2002). Orientación de la violencia familiar y aprendizaje del componente intersubjetivo a través de una didáctica constructivista. *Revista Venezolana de Sociología y Antropología*, 12 (34), 393-414.
- ✓ Carlen, A; Kasanzew, A. y López, A. (2009). Tratamiento cognitivo conductual de los celos en la pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 12 (3), 173-186.

- ✓ Castillo, R. y Arankowsky, G. (2008). Violencia intrafamiliar como factor de riesgo para trastorno depresivo mayor en mujeres: Estudios de casos y controles. *Biomed.* 19 (3), 128-136.
- ✓ Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva (2005). *Género y Salud. Una introducción para tomadores de decisiones*. Centro Nacional de Estudios de la Mujer y Familia CEMyF. México.
- ✓ Chertok, A. (2006). *60 Mentiras que nos complican la vida*. Manual completo de terapia cognitiva para terapeutas y psicólogos. Centro de Terapia Conductual.
- ✓ Corsi, J. (1994). *Violencia familiar*. Una mirada interdisciplinar sobre un problema social. Buenos Aires: Paidós.
- ✓ Costa, N. (2008). Celos: Test de definición y una hipótesis sobre la diferencia de género bajo la óptica de análisis de la conducta. *Universidad Federal de Maranhá*, 26(1), 15-25.
- ✓ Cuauhtémoc, C. (1997). *Juventud en éxtasis 2*. México: Ediciones selectas diamante.
- ✓ Damian, P. (2008, 2009, 2010) www.muheresasesinas.tv
- ✓ Davies, B. (1989). *Sapos y culebras y cuentos feministas*. Madrid: Ediciones Cátedra.
- ✓ Davis, K. (1985). *Near and dear: Friendship and love compared*. *Journal of personality and social psychology*, 19 (1), 20-33.
- ✓ De Mézerville, G. (2004). *Ejes de salud mental. Los procesos de autoestima, dar y recibir afectos y adaptación a la estrés*. México: Trillas.
- ✓ Dreier, O. (1999). Trayectorias personales de participación a través de contextos de práctica social. *Revista Psicología y Ciencia Social*, 3 (1), 28-50.
- ✓ Escoto, Y; González, M; Muñoz, A. y Salomon, Y. (2007). Violencia en el noviazgo adolescente. *Revista Internacional de Psicología*, 8 (2), 1-33.
- ✓ Ferreira, G. (1992). *Hombres violentos. Mujeres maltratadas*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana.

- ✓ Fernández, O; Martínez-Conde, B. y Melipillán, A. (2009). Estrategias de aprendizaje y autoestima: su relación con la permanencia y deserción universitaria. *Estudios Pedagógicos*, 35 (1), 27-45.
- ✓ Ferrer, V; Bosch, E; Navarro, C; Ramis, M. y García, M. (2008). Los micromachismos o microviolencias en la relación de pareja: Una aproximación empírica. *Anales de Psicología*, 24 (2), 341-352.
- ✓ Franco, C. (2006). Relación entre las variables autoconcepto y creatividad en una muestra de alumnos de educación infantil. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 8 (1), 1-16.
- ✓ García, A. (2003). *Desarrollo del género en la feminidad y la masculinidad*. Madrid: Nárcea, S.A. de Ediciones.
- ✓ García-Vega, E; Fernández, P. y Rico, R. (2005). Género y sexo como variables moduladoras del comportamiento sexual en jóvenes universitarios. *Psicothema*, 17 (1), 29-56.
- ✓ García-Leiva, P. (2005). Identidad de género: modelos explicativos. *Escritos de psicología*, 7 (1), 71-81.
- ✓ Gómez, V. (2004). Estrés y salud en mujeres que desempeñan múltiples roles. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 22 (1), 117-128.
- ✓ García, P; Gómez, L. y Canto, J. (2001). Reacción de los celos ante una infidelidad: Diferencias entre hombres y mujeres y características del rival. *Psicothema*, 13 (4), 611-616.
- ✓ García, I. y Nader, F. (2009). Estereotipos masculinos en la relación de pareja. *Revista Internacional de Psicología*, 9 (1), 37-45.
- ✓ González, F. (2005). Estructura multidimensional del autoconcepto físico. *Revista de Psicodidáctica*, 10 (1), 121-130.
- ✓ González, J; Núñez, J; Glez, S. y García, M. (1997). Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar. *Psicothema*, 9 (2), 271-289.
- ✓ Harvey, S. (2009). *Actúa como dama pero piensa como hombre*. México: Aguilar Ediciones.

- ✓ Hernández, Z. y Romero, E. (2011). Estudios de la personalidad resistente en personas mayores desde una perspectiva de género. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14 (1), 203-223.
- ✓ Hierro, G. (1998). La violencia de género. *Revista Psicología y Ciencia Social, UNAM, FESI*, 2 (1), 3-8.
- ✓ IAM. (2000). *Noviazgo entre adolescentes*. Instituto Aguascalientense de las mujeres. Aguascalientes.
- ✓ INMUJER. (2001). *Acciones para erradicar la violencia intrafamiliar y contra las mujeres: leyes y convenciones*. Instituto Nacional de las Mujeres.
- ✓ INMUJER. (2004). *Violencia de género en las parejas mexicanas. Resultados sobre la encuesta nacional sobre la dinámica de las relaciones en los hogares, 2003*. Instituto Nacional de las Mujeres
- ✓ INMUJER. (2007). *El Impacto de los estereotipos y los roles de género en México*. Instituto Nacional de las Mujeres.
- ✓ INMUJER. (2008). *Violencia en las relaciones de pareja. Resultados de la encuesta nacional sobre la dinámica de las relaciones en los hogares*. Instituto Nacional de las Mujeres.
- ✓ INMUJER. (2009). *Una ley para proteger a las mujeres. Una ley para ti*. Instituto Nacional de las Mujeres.
- ✓ Jiménez, F. (2012). *Conocer para comprender la violencia: origen, causas y realidad*. Convergencia, Revista de Ciencias Sociales, 19 (58), 13-52.
- ✓ Juárez, O; Cortés, M. y Mussons, O. (2007). *Técnicas de manipulación psicológica (TMP). Programa de prevención*. Atención e Investigación de Socioadicciones.
- ✓ Lafarga, J. (2001). Liberación o manipulación: El amor que da la libertad. *Revista Mexicana de Desarrollo Humano*, 27 (1), 29-38.
- ✓ Lamas, M. (1986). La antropología feminista y la categoría "género". *Revista Nueva Antropología*, 8 (30), 173-198.
- ✓ Lamas, M. (2000). *El género: La construcción cultural de la diferencia sexual. Programa Universitario de Estudios de Género*. México: UNAM

- ✓ La Jornada, (15 de julio de 2007). *Clave, la integración masculina en salud reproductiva: CONAPO*. p.16
- ✓ La Jornada, (11 de febrero de 2008). *Buscaron asilo en Canadá más de 5 mil mexicanos en 2007; rechazan a la mayoría*. p.22
- ✓ La Jornada, (2007). *Fallece anciana presuntamente violada por soldados en Veracruz*. p.38.
- ✓ La Jornada, (29 de marzo de 2012). *Analizará la SCJN caso de indígena acusada de adulterio y muerte de su bebé*. p. 39.
- ✓ La Jornada, (2012). *Improvisación y Prisas de los partidos políticos para cumplir con la cuota de género*. p.9.
- ✓ López, E. (2005). *Varones Lationamericanos. Estudios sobre sexualidad y reproducción*. Buenos Aires: Paidós.
- ✓ Loria, C. (1997). *Mujeres y Hombres en la escuela y en la familia. Estereotipos y perspectiva de género*. Guía para talleres breves SEP/Comisión Nacional de la Mujer.
- ✓ López, A; Prado, P; José, R; Montilla, M; Molina; Da Silva, G. y Arteaga, F. (2008). *Insatisfacción por la imagen corporal y la baja autoestima por la apariencia física en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad de los Andes del Estado de Venezuela*. *MH Salud*, 5 (1), 1-14.
- ✓ López, M. (2009). *Erotomanía, amor y enamoramiento. Contradicciones*. *Revista de Neuropsiquiatría*, 29 (103), 157-169.
- ✓ Martínez, I. (2004). *Violencia contra las mujeres: psicología y género*. Madrid: Pearson.
- ✓ Márquez, X. (2005). *Ni contigo ni sin ti*. *Revista Internacional de Psicología y Educación*, 7 (2), 27-42.
- ✓ Martínez, L. (2003). *La violencia de género en la relación de pareja ¿una cuestión no perceptible en la vida cotidiana?*. *Revista de Ciencias Sociales*, 9 (2), 235-251.
- ✓ Martínez, R. (2005). *Lenguaje visual y manipulación*. *Comunicar*, 1 (2), 211-220.

- ✓ Martínez, L. (1998). La Psicoterapia: perspectiva de vida para las mujeres violadas. *Revista de Psicología y Ciencia Social*, 2 (1), 1-22.
- ✓ Matud, M; Gutiérrez, A. y Padilla, V. (2004). Intervención psicológica con mujeres maltratadas por su pareja. *Revista Papeles del Psicólogo*, 35 (88), 1-9.
- ✓ Mélich, J. (2006). *El Banquete*. Platón. Barcelona: Folio.
- ✓ Mendoza, R; Fernández, I. y Páez, D. (2005). Cultura, auto-concepto e intervención psicosocial en la sociedad Brasileña. *Interamerican Journal of Psychology*, 39 (1), 71-82.
- ✓ Mianda, A. y Bezanilla, J. (2007). El noviazgo y la consolidación de la pareja. *Medicina Digital*, 1 (1), 1-3.
- ✓ Ministerio de la Defensa Nacional. (2009). *Manual de Capacitación en promoción a la salud sexual y reproductiva y prevención de VIH SIDA e infecciones de transmisión sexual: dirigido a cadetes de la Escuela Militar Capitán General Gerardo Barrios*. Guía para facilitadores/as del Ministerio de la Defensa Nacional UNFPA 1ª. Edición.
- ✓ Milenio, (6 de diciembre de 2010). Asesina a su esposa por celos. p.36.
- ✓ Montoya, B. y Landeros, R. (2008). Satisfacción con la vida y autoestima en jóvenes de familias monoparentales y biparentales. *Psicología y Salud*, 18 (1), 117-122.
- ✓ Murueta, M. (2000). Tecnología del amor. *Asociación Mexicana de Alternativas en Psicología*.
- ✓ Naranjo, M. (2009). Motivación: Perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Educación. Revista de Investigación de Costa Rica*, 33 (2), 153-170.
- ✓ Naranjo, M. (2007). Autoestima: Un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades Investigativas en Educación*, 7 (3), 1-27.
- ✓ Nóbrega, M. y Muñoz, V. (2009). Una aproximación cualitativa a la violencia hacia la mujer en un asentamiento humano de Villa el Salvador. *Revista de Psicología*, 15 (2), 95-108.

- ✓ Orlandini, A. (2003). *El enamoramiento y el mal de amores*. México: Fondo de Cultura Económica.
- ✓ Orgilés, M. y Piñeros, J. (2006). ¿Existe relación entre el abuso de drogas y la ruptura de pareja? Análisis de la percepción de ambos cónyuges sobre las causas de su separación. *Revista Salud y Drogas*, 6 (2), 215-218.
- ✓ Organización Mundial de la Salud. (2005). *Informe mundial sobre la violencia y salud: resumen*. Washington, D.C.
- ✓ Patró, R. y Limiñana, R. (2005). Víctimas de violencia familiar: consecuencias psicológicas en hijos de mujeres maltratadas. *Anales de Psicología*, 21 (1), 11-17.
- ✓ Programa Mujer y Salud y Secretaría de Salud. (2002). *Violencia Familiar*. Programa Mujer y Salud (PROMSA), Secretaria de Salud, México.
- ✓ Ramos, C. (2006). Víctimas por partida doble. Obstrucciones al aborto legal por violación en México. *Human Rights Watch*, 18 (1 B), FALTA PAGINAS
- ✓ Reyes, A. y Díaz, I. (2008). Influencia del género en la relación terapéutica en un contexto de violencia familiar. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 11 (2), 30-44.
- ✓ Rivera, A. (1982). La autoimagen del Puertorriqueño. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 14 (1), 81-91.
- ✓ Rojas, J. (2011). Transformaciones socioculturales y aspectos de género: algunas implicaciones para el estudio de violencia en pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14 (3), 272-352.
- ✓ Rodríguez, E. (2004). Construcción de la motivación hacia un tratamiento en la conducta adictiva. *Liberabit. Revista de Psicología*, 1 (10), 22-26.
- ✓ Rutiaga, R. (2009). *Marqués de Sade 1740-1814*. México: Grupo Editorial Tomo.
- ✓ Ruíz, I; Blanco, P. y Vives, C. (2004). Violencia contra la mujer en la pareja: determinantes y respuestas sociosanitarias. *Red de Investigación de Salud y Género*, 4 (12), 4-12.

- ✓ Sapién, J; Córdoba, D. y Salguero, M. (2010). Significados del cuerpo femenino desnudo: Dibujo y análisis colectivo. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 13 (1), 138- 170.
- ✓ Sánchez, R. y Díaz, R. (2003). Patrones y estilos de comunicación y de pareja: Diseño de un inventario. *Anales de Psicología*, 19 (2), 257-277.
- ✓ Sarquís, C. (1995). *Introducción al estudio de la pareja humana*. Chile: Ediciones Universidad de Santiago de Chile.
- ✓ Sarrible, G. (1997). Reproducción e imagen de la mujer. Crítica de género en demografía. *Redalyc*, 1 (1), 11-24.
- ✓ Sebastian, J; Manos, D; Bueno, M. y Mateos, N. (2007). Imagen corporal y autoestima en mujeres con cáncer de mama participantes en un programa de intervención psicosocial. *Clínica y Salud*, 18 (2), 137-161.
- ✓ Sternberg, R. (1989). *El triángulo del amor: intimidad, amor y compromiso*. Buenos Aires: Paidós.
- ✓ Valdéz, J; González, J; Árce, J. y López, M. (2007). La elección ideal y real de pareja: un estudio con parejas establecidas. *Interamerican Journal of Psychology*, 4 (3), 305-311.
- ✓ Van, T. (2006). Discusión y manipulación: discusión teórica y algunas aplicaciones. *Revista Signos*, 39 (60), 49-74.
- ✓ Vásquez, M; Alarcón, Y. y Amarís, M. (2008). Violencia intrafamiliar: Efectividad de la ley en el Barrio Las Flores de la Ciudad de Barranquilla. *Revista de Derecho*, 1 (29), 178-210.
- ✓ Vega, M. (2005). *Los 12 tipos de noviazgo más comunes*. Costa Rica: Grupo Nación Tiquicia.
- ✓ Viales, R; Carvaja, G; Enríquez, F; Rivas, B. y Botey, A. (2007). Hombres inventados. Estudios sobre masculinidad en Costa Rica y la necesidad de nuevos supuestos para el cambio social. *Revista Electrónica de Historia*, 8 (1), 134-162.
- ✓ Vieyra, C; Gurrola, G. Balcázar, P; Bonilla, M. y Virseda, J. (2009). Estado de Salud Mental en mujeres víctimas de violencia conyugal que acuden a la

Procuraduría General de Justicia del Estado de México. *Psicología Iberoamericana*, 17 (1), 57-64.

Anexos

HISTORIA CLÍNICA MULTIMODAL

FECHA _____

I. DATOS GENERALES:

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono: (por el día) _____ (por la tarde) _____

Edad: _____ Ocupación: _____

Sexo: _____ ¿Por quién fue referido? _____

Estado civil (encierre en un círculo):

Soltero-a

Comprometido-a

Casado-a

Separado-a

Viudo-a

Divorciado-a

Unión libre

¿Se ha vuelto a casar? _____ ¿Cuántas veces? _____

II. DESCRIPCIÓN DE PROBLEMAS RECIENTES

a) Describa en sus propias palabras la naturaleza y duración de sus principales problemas _____

b) Por favor, estime la severidad de su (s) problema (s) con base en la escala siguiente, tachando el número que más se ajuste.

1. Levemente inquieto

4. Extremadamente severo

2. Moderadamente severo

5. Totalmente severo

3. Muy severo

c) ¿Cuándo comenzaron sus problemas? (Dé fechas si es posible)

d) ¿A qué atribuye sus problemas? _____

e) Por favor describa algunos eventos importantes que ocurrieron al tiempo que iniciaron sus problemas _____

f) Indique de qué manera ha intentado resolver sus problemas, señalando los resultados obtenidos _____

g) ¿Ha estado en terapia alguna vez, o ha recibido alguna ayuda profesional para sus problemas? Si es así, por favor de nombre, profesión, tratamiento y resultados. _____

III. HISTORIA PERSONAL Y SOCIAL

a) Fecha de nacimiento: _____

b) Lugar de nacimiento: _____

c) Hermanos: Número de hermanos _____ Edades _____
Número de hermanas _____ Edades _____

d) Padre: ¿Vive? _____, si es así su edad es _____
Su ocupación _____
Su salud _____
¿Murió? _____, si es así de la edad que tenía su padre al morir _____
¿Qué edad tenía usted cuando su padre murió? _____

e) Madre: ¿Vive? _____, si es así su edad es _____
Su ocupación _____
Su salud _____
¿Murió? _____, si es así de la edad que tenía su padre al morir _____
¿Qué edad tenía usted cuando su padre murió? _____

f) Religión cuando era niño _____ de adulto _____

g) Educación ¿Cuál es su último grado escolar? _____
Indique sus fuertes y debilidades académicas _____

h) Antecedentes: Subraye los términos que se apliquen a usted durante su infancia

Infancia feliz	Problemas escolares	Problemas médicos
Infancia infeliz	Problemas familiares	Abuso de alcohol
Problemas emocionales o de conducta	Fuertes creencias religiosas	Otros:
Problemas legales	Abuso de drogas	

i) ¿Qué clase de trabajo realiza usted? _____
¿Cuántas horas al día? _____ ¿Qué clase de trabajo ha tenido usted anteriormente? _____

¿Está usted satisfecho con su trabajo actual? _____, si no por favor explique _____

¿Cuál es su ingreso quincenal? _____

¿Cuánto gasta a la quincena? _____

j) ¿Cuáles fueron sus ambiciones pasadas? _____

¿Cuáles son sus ambiciones presentes? _____

k) Datos físicos: ¿Cuánto pesa? _____ ¿Cuánto mide? _____

¿Alguna vez ha sido usted hospitalizado? _____ si es así, indique dónde, fecha y motivo

¿Algún miembro de su familia sufre de alcoholismo, epilepsia, depresión o cualquier otra cosa que pueda ser considerada enfermedad mental? _____

¿Algún familiar ha muerto en condiciones poco usuales? _____

¿Existe algún miembro de su familia que tenga problemas con la ley? _____

si es así explique _____

ANÁLISIS MULTIMODAL

La siguiente sección está diseñada para ayudar a describir sus problemas actuales con mayor detalle. Esta sección está organizada en 7 modalidades: conducta, sentimientos, sensaciones físicas, imágenes, pensamientos, relaciones interpersonales y factores biológicos.

IV. CONDUCTA

a) Subraye cualquiera de las conductas que se apliquen a usted

- | | | |
|------------------------------|-----------------------------|----------------------|
| -Exceso al comer | -Intentos suicidas | -Insomnio |
| -Tomar drogas | -Compulsiones | Correr riesgos |
| -Vomitir | -Fumar | -Flojera |
| -Conducta extrañas | -Aislamiento | -Problemas del comer |
| -Beber en exceso | -Tics nerviosos | -Conducta agresiva |
| -Desidia | -Problemas de concentración | |
| -Reacciones impulsivas | -Problemas del sueño | |
| -Pérdida del control | -Fobias | |
| -Explosiones temperamentales | -No conservar el trabajo | |

b) Indique qué conducta, acciones o hábitos le gustaría cambiar _____

c) Indique si existe algún talento o habilidad del cual se sienta orgulloso-a _____

d) ¿Qué le gustaría hacer más? _____

¿Qué le gustaría hacer menos? _____

¿Qué le gustaría comenzar a hacer? _____

¿Qué le gustaría dejar de hacer? _____

e) ¿Cómo utiliza su tiempo libre? _____

f) ¿Constantemente se encuentra usted haciendo listas de cosas o actividades insignificantes? _____

g) ¿Practica alguna actividad relajante con regularidad? _____ si
es así ¿cuál? _____

V. SENTIMIENTO

Subraye cualquiera de los sentimientos que se apliquen frecuentemente a usted:

Enojado	Culpable	Infeliz
Fastidiado	Feliz	Aburrido
Deprimido	Conflictivo	Descansado
Ansioso	Desesperanzado	Contento
Temeroso	Esperanzado	Excitado
Aterrorizado	Desilusionado	Optimista
Energético	Relajado	Tenso
Envidioso	Celoso	Otros:

a) Enliste sus 5 miedos principales

- | | |
|---|---|
| 1 | 4 |
| 2 | 5 |
| 3 | |

b) ¿Qué sentimientos le gustaría experimentar más a menudo? _____
_____ ¿Qué sentimientos le gustaría experimentar menos a menudo? _____

c) ¿Qué sentimientos positivos ha experimentado recientemente? _____
¿Qué sentimientos negativos ha experimentado recientemente? _____

d) ¿Cuándo es más probable que pierda el control de sus sentimientos? _____

e) Describa cualquier situación que lo haga sentir en calma o relajado _____

f) Por favor complete las siguientes frases:

-Si pudiera decir cómo se siento ahora, diría que _____

-Una de las cosas por las que me siento orgulloso es _____

-Una de las cosas por las que me siento orgulloso es _____

-Me siento de lo más feliz cuando _____

-Una de las cosas que más triste me pone es _____

-Si no tuviera miedo de ser yo mismo, yo _____

-Me enojo muchísimo cuando _____

-Si me enojara con alguien _____

g) ¿Qué clase de pasatiempos o actividades recreativas disfruta o lo hacen sentir relajado? _____

h) ¿Tiene dificultades para disfrutar de los fines de semana? _____ si es así, por favor explique _____

VI. SENSACIONES FÍSICAS

a) Subraye cualquier de las situaciones que se apliquen a usted

Mareo

Breves desmayos

Dolores de cabeza

Escuchar cosas

Palpitaciones

Ojos llorosos

Espasmos musculares

Ruborización

Tensión muscular

Problemas de la piel

Problemas sexuales

Boca seca

Incapaz de relajarse

Comezón en la piel

Problemas intestinales

Dolores de pecho

Hormigueo

Palpitaciones

Entumecimiento

Disgusto al ser tocado

Malestar estomacal

Pérdida de la consciencia

Tics

Sudoración excesiva

Fatiga

Problemas visuales

Dolor de espalda

Problemas de audición

Temblores

Tics corporales

b) Historial menstrual

Edad del primer periodo _____ ¿Tuvo información o fue un choque emocional para usted? _____

¿Es usted regular? _____ Fecha del último periodo _____

Duración _____ ¿Padece de malestares? _____ ¿Cuáles? _____

¿Sus periodos afectan su estado de ánimo? _____ si es así explique _____

c) ¿Qué sensaciones físicas son especialmente placenteras? _____

¿Cuáles displacenteras? _____

d) Describa cómo manifiesta físicamente:

-Enojo _____

-Alegría _____

-Tristeza _____

-Ansiedad _____

VII. IMÁGENES

a) Subraye cualquiera de las siguientes escenas que se apliquen a usted

Imágenes sexuales placenteras

Imágenes sexuales displacenteras

Imágenes de infancia felices

Imágenes de soledad

Imágenes de desesperanza

Imágenes de seducción

Imágenes agresivas

Imágenes de ser amado

Imágenes de ser lastimados

Imágenes hiriendo a otros

Imágenes no enfrentando problemas

Imágenes de que va cayendo

Imágenes de aliento exitoso

Imágenes de que es atrapado

Imágenes perdiendo el control

Imágenes de que se burlan de uno

Imágenes de ser perseguido

Imágenes en que hablan de uno

Imágenes que tiene relaciones con diversas personas del opuesto

b) ¿Qué imagen viene a su mente más frecuentemente? _____

c) Describa la imagen o la fantasía más placentera _____

d) Describa una imagen de estar totalmente a salvo y seguro _____

e) ¿Qué tan frecuentemente tiene pesadillas? _____
Descríbalas _____

f) ¿Qué tan frecuentemente se sorprende soñando despierto? _____
_____ ¿En qué? _____

VIII. PENSAMIENTOS

a) Subraye cualquiera de los siguientes pensamientos que se apliquen a usted.

Soy un don nadie, no valgo nada, sin amor, sin utilidad.

Soy poco atractivo, incompetente, estúpido, indeseable.

Soy malo, loco, degenerado, desviado.

La vida es vacía, no hay nada que valga la pena, es un desperdicio.

Cometo muchos errores, no puedo hacer nada bien.

- b) Subraye cada una de las palabras que utilice para describirse:

Inteligente, seguro, ambicioso, valioso, sensible, leal, confiable, lleno de penas, sin valor, un don nadie, inútil, malo, loco, degenerado, considerado, un desviado, poco atractivo, sin amor, inadecuado, confuso, feo, estúpido, ingenuo, honesto, incompetente, con pensamientos horribles, conflictuado, con problemas de concentración, de memoria, atractivo, incapaz de tomar decisiones, con ideas suicidas, perseverante, con buen sentido del humor, bueno para el trabajo.

- c) ¿Cuál considera ser su idea más irracional absurda o loca? _____

- d) ¿Existen pensamientos que lo molestan una y otra vez? _____

- e) Encierre en un círculo el número que más refleje su manera de pensar. 1 significa total desacuerdo, 2 significa desacuerdo, 3 significa neutral, 4 significa acuerdo y 5 significa totalmente acuerdo.

No debería cometer errores	1	2	3	4	5
Debería ser bueno en todo lo que hago	1	2	3	4	5
Cuando no sé algo, hago como que lo sé	1	2	3	4	5
No debo proporcionar información personal	1	2	3	4	5
Soy víctima de las circunstancias	1	2	3	4	5
Mi vida está controlada por fuerzas externas	1	2	3	4	5
Otros son más felices que yo	1	2	3	4	5
Es muy importante para mí agradar a los demás	1	2	3	4	5
Voy a lo seguro, no me arriesgo	1	2	3	4	5
Si ignoro mis problemas, ellos desaparecerán	1	2	3	4	5
Es mi responsabilidad hacer felices a otros	1	2	3	4	5
Debo luchar por la perfección	1	2	3	4	5
Básicamente existen sólo dos formas de hacer las cosas: la correcta y la incorrecta	1	2	3	4	5

- EXPECTATIVAS

- a) En pocas palabras, ¿qué piensa usted que es una terapia psicológica? _____

- b) ¿Qué espera de la terapia psicológica? _____

- c) ¿Cómo considera que un psicólogo debiera actuar con sus pacientes? _____

- d) ¿Qué tiempo cree que debiera durar una terapia psicológica? _____

- e) ¿Qué cualidades personales cree que el psicólogo debiera poseer? _____

f) Complete las siguientes frases:

-Soy una persona que _____

-Toda mi vida _____

-Desde que yo era niño-a _____

-Es difícil para mí admitir _____

-Una de las cosas que no puedo perdonar es _____

-Una ventaja de tener problemas es _____

-Una de las formas en que pudiera ayudarme y no hago es _____

IX. RELACIONES INTERPERSONALES

1. Familia de origen

a) Si usted no se crió con sus padres, ¿con quién lo hizo? Y ¿Cuánto tiempo? _____

b) Dé una descripción de la personalidad de su padre, o quien haya fungido como tal, y las actitudes de él hacia usted (tanto en el pasado como en el presente). _____

c) Dé una descripción de la personalidad de su madre, o quien haya fungido como tal, y las actitudes de él hacia usted (tanto en el pasado como en el presente). _____

d) Cuando era niño ¿en qué forma fue disciplinado o castigado por sus padres? _____

e) Dé una impresión de la atmósfera de su hogar (p.e. el hogar en el que creció). Mencione la compatibilidad entre sus padres y entre los hijos _____

f) ¿Fue capaz de confiar en sus padres? _____

g) ¿Sus padres lo comprendieron? _____

h) Básicamente ¿siente amor y respeto por sus padres? _____

i) Si tiene padrastro o madrastra, dé edad de usted cuando alguno de sus padres se volvió a casar _____

j) ¿Existe alguien que haya interferido en su patrimonio, ocupación, etcétera (padres, hermanos, amigos)? _____

k) ¿Quién es la persona más importante de su vida? _____

2. Amistades.

- a) ¿Hace amigos fácilmente? _____ ¿conserva la amistad? _____
- b) ¿Fue usted severamente importunado o fastidiado? _____
 ¿Cuándo y en qué circunstancias? _____

- c) Describa cualquier relación que le proporcione:
 -Alegría _____
 -Molestia _____
- d) Evalúe el grado de comodidad en que generalmente se siente en situaciones sociales (subraye alguno de los términos siguientes)
- | | | |
|--------------|---------------------------|------------------------|
| Muy relajado | Relativamente confortable | Relativamente incómodo |
| | Muy ansioso | |
- e) ¿Generalmente expresa sus sentimientos, opiniones, deseos a otros en una forma directa y adecuada? Indique aquellas personas o situaciones con las que tenga problemas de relación.

- f) ¿Tuvo muchas citas durante su adolescencia? _____
- g) ¿Tiene uno o más amigos (as) con quién se sienta cómodo (a) compartiendo sus pensamientos y sentimientos más íntimos? _____

3. Matrimonio.
- a) ¿Cuánto tiempo tenía de conocer a su pareja antes de que se casaran? _____
- b) ¿Hace cuánto que están casados? _____
- c) ¿Qué edad tiene su pareja? _____
- d) ¿Cuál es la ocupación de su pareja? _____
- e) Describa la personalidad de su pareja _____

- f) ¿En qué área se llevan bien o son compatibles? _____

- g) ¿En qué área se llevan mal o son incompatibles? _____

- h) ¿Qué tal se lleva con sus parientes políticos y qué opina de ellos? _____

- i) ¿Cuántos niños tiene? Dé edades y sexo _____
- j) ¿Alguno de sus niños presenta problemas especiales? _____

- k) ¿Existe alguna información relevante en relación a abortos o pérdidas personales? _____

4. Relaciones sexuales.
- a) Describa la actitud de sus padres ante el sexo _____
 _____ ¿Se discutía sobre sexo en su hogar? _____

- b) ¿Cuándo y cómo obtuvo su primer conocimiento acerca del sexo? _____

- c) ¿Cuándo se dio cuenta por primera vez de sus propios impulsos sexuales? _____

- d) ¿Alguna vez ha experimentado ansiedad o culpa en relación al sexo? _____
¿O en relación a la masturbación? _____
Si es así, por favor explíquelo _____

- e) ¿Existen detalles relevantes en relación a su primera o subsecuentes experiencias sexuales?

- f) ¿Es satisfactoria su vida sexual? Si no, explíquelo por favor _____

- g) Proporcione información, si no la hay, acerca de cualquier reacción o relación homosexual _____

- h) Por favor anote cualquier preocupación sexual no contemplada hasta ahora _____

5. Otras relaciones.
- a) ¿Existe algún tipo de problema con las personas de su trabajo? Si es así por favor descríbalos

- b) Complete las siguientes frases:
-Una de las formas en que la gente me lastima es _____

-Puedo fastidiar a alguien a través de _____

-Una madre debería _____
-Un verdadero amigo debería _____
- c) Proporcione una breve descripción de usted según sería descrito por:
-Su pareja (si está casado) _____

-Su mejor amigo-a _____

-Alguien que no lo quiere a usted _____

- d) ¿Actualmente le preocupa alguna reacción de rechazo o pérdida de afecto? Si es así, explíquelo

X. FACTORES BIOLÓGICOS

- a) ¿Tiene alguna preocupación acerca de su salud? Por favor especifíquelo _____
- b) Por favor enliste las medicinas que actualmente ingiere, o ha tomado durante los últimos 6 meses, ya sea prescritas o no por su médico _____
- c) ¿Come tres veces al día en forma balanceada? Si no, explíquelo _____
- d) ¿Realiza regularmente ejercicio físico? Si es así, ¿qué tipo y con qué frecuencia? _____
- e) ¿Cuántas horas de sueño tiene? _____
- f) Elija cualquiera de las situaciones que se apliquen a usted tachando en la columna correspondiente.

	Nunca	Raras veces	Frecuentemente	Muy a menudo
Marihuana				
Tranquilizantes				
Sedantes				
Aspirina				
Cocaína				
Analgésicos				
Alcohol				
Café				
Cigarros				
Narcóticos				
Estimulantes				
Alucinógenos				
Diarrea				
Constipación				
Alergias				
Problemas de corazón				
Náuseas				
Vómitos				
Insomnio				
Dolores de cabeza				
Dolores de espalda				
Despertar temprano				
Sueño irregular				
Poco apetito				
Comer en exceso				
Comer porquerías				

g) Subraye cualquier situación que se aplique a los miembros de su familia:
Problemas de tiroides, problemas renales, asma, enfermedades neurológicas, cáncer, problemas
gastrointestinales, problemas de próstata, glaucoma, epilepsia, otros:

h) Alguna vez ha perdido la consciencia o cosa similar, si es así, dé detalles _____

i) Indique si ha sido intervenido quirúrgicamente (dé motivo y fechas)

j) Por favor describa cualquier accidente que haya sufrido

k) por favor describa sus recuerdos y experiencias más significativas dentro de las siguientes
edades:

0-5 _____

6-10 _____

11-15 _____

16-20 _____

21-25 _____

26-30 _____

31-35 _____

36-40 _____

41-45 _____

46-50 _____

51-55 _____

56-60 _____

61-65 _____