



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

"La perspectiva de género en la asertividad sexual para su construcción, satisfacción y negociación en la pareja".

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)

Brenda Elizabeth Roldán Hernández

Directora: Mtra. Margarita Martínez Rivera

Dictaminadores: Dra. María Antonieta Dorantes Gómez

Mtra. Rosa María Segura González



Los Reyes Iztacala, Edo de México, 2015.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

ÍNDICE

RESUMEN.....	4
INTRODUCCIÓN.....	5
CAPÍTULO 1 CONSTRUCCIÓN DE GÉNERO.....	11
1.1. Género.....	11
1.2. Estereotipos.....	18
1.3. Rol femenino y rol masculino.....	24
1.4. Identidad de género.....	29
CAPÍTULO 2 EL GÉNERO Y SU PROBLEMÁTICA EN LA PAREJA.....	34
2.1. El género en la sexualidad.....	34
2.2. La pareja.....	37
2.3. Relaciones de género y problemáticas en la sexualidad.....	40
2.4. Comunicación.....	43
2.5. Asertividad.....	43
2.6. Asertividad sexual.....	47
CAPÍTULO 3 DESARROLLO DE LA ASERTIVIDAD SEXUAL.....	51
3.1. Puntos propuestos para el desarrollo de un taller de asertividad sexual.....	51
CONCLUSIONES.....	58
BIBLIOGRAFÍA.....	61

RESUMEN

Se revisa el proceso de construcción de género, cómo es que impactan los estereotipos y los roles de género en la conformación de hombres y mujeres, y la construcción de la identidad de género en las personas, posteriormente se relacionan con algunas de las problemáticas en la pareja a partir de las visiones cada género, se aborda la sexualidad, su conformación y la manera en que se vive la sexualidad a partir del género, posteriormente se aborda la asertividad y sus beneficios enfocándola en la sexualidad. Finalmente se propone los temas para la planeación de un taller de asertividad sexual, con la finalidad de desarrollar en los participantes la asertividad y enfocándola en su sexualidad para vivirla con mayor satisfacción.

INTRODUCCIÓN

Todos los procesos de vida, son procesos culturales y todas las personas son seres de cultura, aprenden cultura, generan cultura y viven a través de su cultura. De ésta forma, ser hombre o ser mujer, es resultado de todo un proceso psicológico, social y cultural a través del cual cada individuo se asume como perteneciente a un género, en función de lo que cada cultura establece.

A través de un proceso de socialización permanente, cada persona incorpora el contenido de las normas, reglas, expectativas y cosmovisiones que existen alrededor de su sexo, en este sentido cada cultura define, establece, da forma y sentido a un conjunto de ideas, creencias y valoraciones sobre el significado que tiene el ser hombre y el ser mujer, delimitando los comportamientos, las características e incluso los pensamientos y emociones que son adecuadas para cada ser humano, con base en la red de estereotipos o ideas consensuadas.

De acuerdo a las premisas de cada cultura, se entretajan las creencias relacionadas con el papel que hombres y mujeres juegan en la sociedad dando lugar a los estereotipos de género. Los estereotipos parecen inamovibles y delimitan el conjunto de creencias y prescripciones sobre el significado que tiene ser hombre y ser mujer en una cultura determinada. Estas prescripciones y parámetros sobre hombres y mujeres se vinculan a las dimensiones de la masculinidad y la feminidad, las cuales de manera global establecen la existencia de dos mundos diferentes, el mundo de lo femenino versus el mundo de lo masculino (Díaz-Guerrero, 2003).

Partiendo de los estereotipos de género en la cultura mexicana, la visión del hombre está ligada al prototipo del rol instrumental, que se traduce en las actividades productivas, encaminadas a la mantención y provisión de la familia, caracterizándose por ser autónomo, orientado al logro, fuerte, exitoso y proveedor, en tanto la visión de la mujer se vincula a las actividades afectivas encaminadas al cuidado de los hijos, del hogar y de la pareja, así como a la

posesión de características tales como la sumisión, la abnegación y la dependencia (Rocha, 2000).

Es de destacar que se han experimentado modificaciones paulatinas, al menos en aquellos que competen a la visión del hombre como dominante y la mujer como sumisa. Aunque en México existe particular énfasis por la educación altamente estereotipada, se apunta hacia una transformación. En la cual, se demanda el desempeño de la mujer en áreas distantes a su labor de procreación, lo cual choca con el estereotipo de la mujer como madre. En el caso de los hombres, la transformación apunta hacia el ingreso a actividades fuera del ámbito productivo, que, aunque aún menos frecuente, también parece permear el inicio de un cuestionamiento de su visión estereotipada (Rocha y Loving, 2005).

Es precisamente a través de la sociedad como se transmiten las enseñanzas acerca del ser hombre o el ser mujer, sin embargo la familia y la escuela son las instituciones con mayor peso en la trasmisión de los estereotipos y roles de género. Comúnmente en la familia es el primer espacio donde comienza a darse el proceso de tipificación sexual, es decir, se les enseña cómo ser hombre y cómo ser mujer, seguida a ésta se encuentra la escuela, puesto que los niños comienzan a asistir a temprana edad y su estadía será prolongada, por lo que también se considera una institución de fuerte influencia.

Es a través del proceso tipificación sexual mediante el cual se adquiere el comportamiento y las actitudes consideradas culturalmente como femeninas y masculinas. En todas las sociedades el hombre y la mujer han sido tratados de forma diferente, frecuentemente en forma desigual, asumiendo muy diferentes roles.

Desde el siglo XIX se ha planteado que la división de roles surgió con la división de trabajo entre los sexos, esto fue una consecuencia de las diferencias biológicas, especialmente la mayor fuerza física del hombre que lo equipó para el desempeño de actividades como la caza y la guerra; mientras

que la función reproductiva y de procreación de la mujer tendió a encaminarla al área del hogar. De esta manera las normas de conducta de nuestra sociedad, predeterminan de manera absoluta la formación de un nuevo ser, dependiendo de su sexo, se le designa un papel dentro de la sociedad, empezando desde ese momento a recibir un trato diferente por parte de los padres, los cuales irán moldeando el comportamiento del nuevo ser de acuerdo a las características preestablecidas socialmente para el rol femenino y masculino (Pérez, 1999).

A partir de estas experiencias que se tiene desde temprano en la vida se construye la sexualidad humana en el individuo, las vivencias son integradas y toman significado de acuerdo con su género, los afectos que la vinculan con otros seres humanos y con su potencialidad reproductiva. Ésta no se limita a los órganos sexuales, ni al placer que estos brindan, o a la capacidad de reproducción que tenemos. El hecho de ser hombre o mujer no sólo implica que tengamos órganos femeninos o masculinos sino también se refiere a nuestros comportamientos, sentimientos y desenvolvimiento en la sociedad.

En el presente trabajo se entiende por género una serie de atributos y funciones, que van más allá de lo biológico, es decir que están contruidos social y culturalmente, el género se interioriza a través de la socialización, entendida como un complejo y detallado proceso cultural de incorporación de formas de representarse, valorar y actuar en el mundo (Keijzer, 2001).

En los años 70's se comenzaron a realizar estudios desde la perspectiva de género, derivadas de los estudios feministas, en estos estudios se incorpora la palabra género con la pretensión de diferenciar las construcciones sociales y culturales de la biología. Con la finalidad de distinguir entre el sexo del género además de el favoritismo hacia la igualdad de mujeres (Lamas, 1999).

Las propuestas de los estudios de género se han dado a la tarea de desenzializar los conceptos de mujer y varón en todos sus aspectos, plantean que las diferencias sexuales no se agotan en los espacios biológicos, son

formas de simbolización inconsciente que establecen pautas para la constitución de la identidad y se entrecruzan y refuerzan con los papeles de género. Los cuales son configurados dentro de instituciones tales como la familia, el derecho, la política, etc. De acuerdo con esto, no existen rasgos esenciales que caractericen a los seres humanos, sino que es el discurso el que crea a los sujetos sexuados.

Un principio clave de los estudios de género, lo constituye la propuesta del establecimiento de condiciones que fomenten una equidad, reconociendo las desventajas históricas que han permeado la existencia de hombres y mujeres; diferencias reflejadas en el acceso y control sobre los recursos, toma de decisiones, las oportunidades para el desarrollo social, así como las retribuciones que se sustentan en los diferentes campos del ejercicio del poder y cuenten con los mismos derechos y oportunidades para ser libres de desarrollar sus capacidades y potencialidades (Robles et al., 2011).

La propuesta del trabajo va enfocada a generar la equidad de género en la pareja, y diversos son los factores que pueden causar problemáticas en la relación, por ejemplo; las creencias religiosas (Moral, 2011), factores emocionales, la cultura, etc. En México, la cultura es un factor fundamental, pues existen roles muy marcados que se deberán desempeñar según sea el sexo. Estas expectativas, costumbres e ideales sociales que se tienen acerca del hombre y de la mujer repercuten directamente sobre su sexualidad.

Nuestra sociedad convierte al hombre en iniciador de las relaciones sexuales con un rol activo y a veces agresivo mientras a la mujer se le da un rol pasivo y receptor. Sin embargo estos papeles sexuales no son compatibles con la realidad del hombre y la mujer e impiden el desarrollo óptimo de ambos (Pérez, 1999).

Muchas de las problemáticas que se presentan en México en la actualidad en cuestión de sexualidad son debidas al rol social que determina la forma en la que se viven las experiencias, la diversas formas de enfrentar la situación

sexual, las conductas pertenecientes a cada género por ejemplo el machismo caracterizado por la intolerancia, violencia, egoísmo e individualismo y la mujer con características como pasiva, amorosa, y callada hacen que exista un distanciamiento entre lo que se espera y lo que realmente se tiene del otro. Y debido a la incompatibilidad de ambos roles se dificulta aún más el expresar lo que se desea, se siente, y espera, es por ello, que la asertividad sexual juega un papel fundamental para la expresión del individuo ya que repercute o favorece el establecimiento adecuado de las relaciones, lo que llevará a la pareja a una relación más saludable y satisfactoria (Sánchez, Morales, Carreño, y Martínez, 2005).

Es por esto, que la asertividad sexual es fundamental en las personas para su construcción, satisfacción y negociación en la pareja, pues la expresión asertiva de pensamientos, deseos y sentimientos de la persona tendrá un impacto en la relación. Con base en lo señalado, el objetivo de este trabajo es realizar una propuesta sobre los temas a desarrollar para la planeación de un taller de asertividad sexual. Señalando como asertividad la habilidad de expresar lo que se cree, se siente y se desea de forma directa y honesta, haciendo valer los propios derechos y respetando los derechos de los demás (Gaeta y Galvanovskis, 2009).

De acuerdo a la definición de asertividad de Rodríguez y Serralde (1991) plantean que una persona asertiva se siente libre para manifestarse, expresando en sus palabras lo que siente, piensa y quiere; puede establecer una comunicación siempre abierta, directa, franca y adecuada; tiene una orientación activa en la vida; sabe lo que quiere; actúa de un modo que juzga respetable; acepta sus limitaciones al comprender que no siempre puede ganar; acepta o rechaza en su mundo emocional a las personas; con delicadeza, pero también con firmeza, establece quiénes son sus amigos y quiénes no; se manifiesta emocionalmente libre para expresar sus sentimientos, y evita los dos extremos: por un lado, la represión y, por el otro, la expresión agresiva y destructiva de sus emociones.

Posteriormente será necesario trasladar esta definición al ámbito sexual, hablando entonces de una “asertividad sexual”, donde la persona deberá expresarse asertivamente sobre sus deseos y expectativas de su sexualidad.

Entendiendo que la asertividad es la manera de expresar lo que se siente y quiere sin afectar los derechos de los demás, el enfoque de género ayuda también a establecer una equidad entre ambos géneros, es decir que el hombre y la mujer en su relación de pareja puedan establecer acuerdos, negociar, y expresarse sin agresividad ni sumisión.

CAPITULO 1 CONSTRUCCIÓN DE GÉNERO

1.2. Género

El uso del término género tiene sus inicios en los años setenta con la finalidad de diferenciar las características sociales y culturales del individuo de las características biológicas, es decir, sexo se refiere exclusivamente a las diferencias biológicas entre hombres y mujeres y género comprende todas las diferencias sociales y culturales entre lo femenino y lo masculino que lleva a la simbolización del ser hombre o mujer (Lamas, 1999). (Bustos 1994; Herrera, 2000) considera que el género, es aquella categoría en la que se agrupan todos los aspectos psicológicos, sociales y culturales de la femineidad y masculinidad, y que es producto de un proceso histórico de construcción social.

Se entiende entonces que el sexo describe la parte anatómica de la persona y el funcionamiento biológico, sin embargo es en virtud de éste que le serán proporcionadas al individuo las normas y el patrón a seguir para el futuro desenvolvimiento en su cultura, en este momento el género aparece como la construcción cultural o el conjunto de propiedades y funciones que una sociedad atribuye a los individuos. Por lo tanto el género se construye de acuerdo a la elaboración que cada cultura hace del sexo y de la sexualidad.

Existen características específicas para cada género y se adquieren a través de un proceso individual y social en vez de derivarse naturalmente de su sexo. Sin embargo como se mencionó anteriormente, la asignación del género se da desde el nacimiento a partir de la apariencia externa de los genitales (Martín, 2006).

El niño o la niña al nacer es un ser indiferenciado, sin identidad personal, no distingue su propio yo de aquello que le rodea, será mediante la interacción con el medio como adquiera adquiera su identidad personal.

Desde el momento de nacimiento las personas reciben una etiqueta de género por parte de sus padres, las implicaciones que tiene el sexo de un bebé, desencadenan una serie de comportamientos y expectativas que, finalmente van determinar en buena medida el proceso de tipificación sexual de esa

persona (Maccoby, 1980) en (Espinosa, 2013). Se les suele tratar según esta etiqueta, teniendo un trato diferencial hacia los bebés según su sexo, los varones son vistos como más grandes, robustos, fuertes su llanto suele atribuirse más a rabietas, que a necesidades como ser tomado en brazos. Las niñas son percibidas como más delicadas bonitas dulces y su llanto suele interpretarse más como respuesta de desvalimiento que de rabia. Los términos verbales que utilizan los adultos para dirigirse a unos y a otras difieren sustancialmente, para las niñas: bonita, preciosa, dulce y para los niños: machote, fuerte, muchacho, la decoración de habitaciones, en las cunas, paredes, colores de vestidos y tipos de juguetes varían según el sexo del bebé (UAM, 2013).

Hacia los dos años el trato diferenciado se hace más marcado: tendencia a reaccionar favorablemente ante el juego y las actividades adecuados al género y negativamente ante las conductas consideradas características del otro sexo, se les proporcionan juegos y actividades sexualmente estereotipadas. Sin embargo los niños reciben más críticas y desaprobación si se dedican a actividades del otro sexo o tienen juguetes característicos del otro sexo, lo que es más flexible con las niñas. Los niños y niñas están expuestos a los modelos que ven de sus padres, ellos muestran roles correspondientes a su género tradicional; las madres cocinan y los padres hacen reparaciones, sin embargo también están expuestos a los modelos de vecinos, parientes, compañeros, etc. (UAM, 2013).

Es aproximadamente a los dos años y medio que los niños se autoasignan correctamente a una de las dos categorías; femenino o masculino, utilizando para ello atributos externos como lo son la forma de vestirse o de peinarse. Poco después distinguen con bastante precisión el de otras personas y saben clasificarlas de acuerdo con su sexo. A esta edad ya se encuentran diferencias en las conductas y preferencias respecto a las actividades muy cercas a los estereotipos de género. Por ejemplo: a las niñas les gusta jugar con muñecas o a trabajos domésticos como cocinar, tienen preferencia por actividades sedentarias, por otro lado los niños tiene interés en jugar con piezas, juguetes

de transporte, objetos que puedan manipularse, y realizan mayor actividad motriz como juegos con mayor agresividad física (UAM, 2013).

Durante los tres años aún no son conscientes de que el hecho de ser niña o niño será algo estable a lo largo de la vida, para las niñas y niños de esta edad no está claro que sus padres hayan sido niños o que ellos vayan a ser adultos, ni que su sexo o su raza no vayan a cambiar cuando sean mayores, tampoco tienen claro que una misma persona desempeñe distintos roles en la sociedad. Habrá que esperar a la etapa de los 4 a los 5 años para que entiendan que ser niña o niño es un atributo inmutable, que no depende de la forma en que se viste o de los adornos que se llevan sino de la anatomía genital (Espinosa, 2013). A partir de los 6 años ya poseen más conocimientos acerca de los roles (profesionales, familiares, etc.) típicamente ligados a cada sexo, es decir estereotipos sexuales. También han adquirido la noción de la invariancia del sexo, la raza y entienden que un hombre puede ser padre, hijo y profesor a la vez.

Las niñas y los niños comenzarán a mostrar conductas sexualmente tipificadas hasta que hayan conseguido una comprensión de la consistencia del género, estas conductas las aprenderán a través de su experiencia, muchas de las conductas estereotipadas serán productos de procesos como el refuerzo, el aprendizaje por observación y la autorregulación (Bandura, 1992). Los comportamientos de forma femenina o masculina se darán por la aprobación social, observan e imitan los modelos de su entorno que muestran conductas relacionadas con su género. Van interiorizando normas y considerando qué conductas son apropiadas y cuáles no.

Si las conductas sexualmente tipificadas son aprendidas, también pueden ser des-aprendidas o modificadas por cambios en el entorno o por experiencias vividas por los niños. Es por esto que la construcción de género no sólo se da en los primeros años de vida o en una sola etapa de ésta, sino que es una constante reconstrucción; pues de acuerdo con Espinosa (2013); conforme la persona va creciendo, irá enriqueciendo su construcción social del ser hombre

o mujer, es decir, que la diferenciación de género se basará en nuevos elementos, los ritos de los adultos, la iniciación de la sexualidad, prácticas características del hombre y de la mujer, etc. La pubertad y la adolescencia, es un período de la vida donde el individuo se vuelve a encontrar con una necesidad de “reconstruir” su identidad de género. Es de destacar que en esta etapa del desarrollo, en su mayoría los chicos y las chicas se vuelven sumamente estereotipados, siguiendo las pautas de comportamiento asociadas a los roles de género más tradicionales.

En determinadas situaciones, el comportamiento de los progenitores contribuye enormemente a que esta situación se perpetúe. Así nos encontramos con que los padres y las madres son mucho más exigentes con sus hijas adolescentes en relación a temas tales como: salidas, horarios, y control de las amistades; que con sus hijos a quienes pensando erróneamente que corren menos peligro les conceden mayores dosis de libertad (Espinosa, 2013).

Esto nos lleva a preguntarnos ¿Cómo es que adquirimos el género y se perpetúa en la sociedad? Lamas (2000) menciona que, las normas que traza la sociedad para el género, la mayoría de veces son implícitas, es decir, se transmiten a través del lenguaje y otros símbolos, la vestimenta, instituciones como la familia, la escuela, la iglesia, a través de medios de comunicación, quienes dicen cómo debemos comportarnos, de esa forma las personas logran categorizar lo socialmente masculino y femenino.

Por su parte la educación formal e informal a partir del nacimiento son la base de la conservación del género, la sociedad no está acostumbrada a educar en la igualdad, las instituciones, el lenguaje, la publicidad, la televisión, etc. educan desde la diferencia. Son estos procesos de aprendizaje, implícitos y explícitos, a través de las instituciones los que enseñan a ser hombre o mujer y no que las personas posean características comportamentales innatas (Barragán, 2013).

La familia, es uno de los primeros contextos que enseñan al individuo a comportarse de acuerdo a las normas sociales, refuerza la diferenciación genérica, dando actividades diferentes a niños y a niñas; a las niñas se les destinan aquellas relacionadas con el hogar, servir, atender a otros; mientras que a los niños se reservan actividades de competencia que les permiten tener un mayor control sobre el medio externo, lo cual es una forma muy importante de ir delimitando las normas de comportamiento y dejando claras las expectativas sociales hacia cada sexo (Herrera, 2000).

Por lo tanto, la familia es considerada el principal eslabón del proceso de tipificación sexual, dado que es formadora por excelencia y de difícil sustitución. Este proceso de tipificación sexual se observa en las familias, no solo en el proceso de transmisión de estos valores a las nuevas generaciones, sino como parte intrínseca, importante e indiscutible de las pautas relacionales que se establecen entre sus miembros, que conlleva, en no pocas ocasiones, a alteraciones en las relaciones familiares y en su funcionamiento (Herrera, 2000). Sin embargo este desequilibrio con el tiempo no solo se dará en la familia, sino en todos los ámbitos sociales y en todas las etapas de desarrollo de las personas, ya que sigue existiendo una grave desigualdad en el reparto de responsabilidades entre hombres y mujeres (Espinosa, 2013).

Dentro del núcleo familiar es transmitido el lenguaje y éste es uno de los medios más importantes por los que se presenta la forma de ver el mundo de la cultura, sirve para transmitirla de una generación a otra, mediante conceptos y reglas gramaticales que se crean con el fin de comunicarse. Uno de los mecanismos más generalizados a través de los cuales el lenguaje transmite sexismo es la utilización del masculino para englobar lo referido a ambos sexos. Estos mecanismos actúan conformando las actitudes de niñas, niños, adultas y adultos, puesto que en sí mismos transmiten estereotipos sexistas y éstos, se asimilan durante la educación de forma inconsciente (Alfonso y Aguado, 2013).

La escuela es otro pilar educativo de la infancia y la juventud, que determina las formas de relacionarse y conducirse con cuerpos sexuados diferentes, que instituyen de manera inicial las formas de ser mujer y ser hombre. En ella no sólo se aprenden conocimientos sino que también se adquieren actitudes, valores y normas de comportamiento, es la transmisora de valores en la edad temprana de las niñas y niños; por su gran influencia, no bien delimitada y en ocasiones transgredida por la expectativa de madres y padres, de fungir como continuidad o sustituto de la familia y por coadyuvar en el compromiso asumido por el actual gobierno (Valenzuela, Díaz, Jaramillo y Zúñiga, 2004). La razón de que la escuela sea un factor determinante en la construcción del género es porque constituye un marco social privilegiado, permitiendo a niños y niñas mostrarse como sujetos activos que configuran su identidad personal a través de la interacción con sus iguales y con los adultos.

Por otra parte, los medios de comunicación a lo largo de su historia han reproducido los estereotipos de lo femenino y lo masculino mediante la emisión de contenidos con representaciones sexistas, fortaleciendo las inequidades entre hombres y mujeres. Es así como los medios continúan fomentando los roles tradicionales, por ejemplo, en las revistas y en la publicidad, la imagen de la mujer como objeto sexual es la que predomina y pese a la intención de presentarla desarrollando papeles profesionales, se continua mostrándola más preocupada por su aspecto físico que por el intelectual. En cuanto a los contextos en que colocan a la mujer, insisten en confinarla al ámbito privado, doméstico o familiar a través de los temas de hogar, moda, cocina y belleza, mientras que a los hombres se les muestra preocupados por el deporte, la tecnología, la política y las finanzas entre otros temas (INMUJERES, 2004). Mostrándonos productos específicos para hombres y mujeres aunque nada tengan que ver realmente con nuestro sexo (Alfonso y Aguado, 2013).

Sin embargo es de sobra conocido que el poder de los medios en la sociedad no se limita a reproducir los estereotipos de género, pues cuando se trata de difundir información seria y profesional requieren tratarla con cierto grado de objetividad. Esto evidencia que los medios tienen la capacidad de difundir las

transformaciones sociales que están ocurriendo en materia de equidad de género. Lo cual puede contribuir a que la población tenga mayor aceptación a estos cambios, ya que los medios de comunicación no sólo se conciben como agentes generadores de estereotipos, sino también como promotores de la diversidad, del multiculturalismo y sobre todo del cambio que tiene que ver con la equidad de género.

Los medios también han mostrado cómo las mujeres han ganado espacios en distintos ámbitos que, anteriormente, eran exclusivos de los hombres; basta con observar los periódicos, los programas televisivos y las revistas o al escuchar la radio para percibir este cambio. Además de la imagen tradicional de las mujeres como madres y amas de casa, los medios las presentan también como personas económicamente activas, profesionistas y dan cuenta de que la plena participación de las mujeres en la sociedad exige la colaboración de los hombres en el ámbito familiar y doméstico (INMUJERES, 2004).

Además de las instituciones y la sociedad hay otros factores que también son fundamentales en la construcción del género, como la cultura, la clase social, el grupo étnico, o el nivel generacional de las personas, es por esto que no se puede generalizar a todas las mujeres y a todos los hombres, pues existen diferencias entre cada individuo, los roles podrán variar dependiendo del lugar geográfico, la ubicación histórico-cultural, el nivel económico, el nivel de estudios, etc. (Festini, 2008).

A partir de los factores mencionados es dictado el conjunto de normas y prescripciones sobre el comportamiento femenino o masculino, que tienen un gran impacto en la sociedad pues influyen en el desarrollo individual de las personas e impregnan todas las relaciones sociales e interpersonales que cada una de ellas establece dentro de los distintos contextos en los que tiene lugar su proceso de socialización. De esta forma, resulta un sistema sexo-género en donde las cualidades biológicas del ser son interpretadas y transformadas de tal manera que las actividades de las personas se organizan y se vuelven

productivas dentro del sistema social, funcionando así el género como un importante organizador en la sociedad humana; ha servido en las sociedades como motor para el funcionamiento e interacción de los individuos, logrado a partir de los patrones de comportamiento basados en el sexo correspondiente (Gorbach, 2008). Martín (2006) plantea que el género es la institucionalización social de la diferencia de sexo, de esta forma la femineidad y masculinidad son construcciones que una sociedad hace para perpetuar su estructura y funcionamiento.

Sin embargo el funcionamiento de la sociedad generado a partir del género y sus estereotipos, no es precisamente saludable para las relaciones que se establecen entre las personas, por el contrario crea conflictos, una comunicación disfuncional, expectativas falsas sobre el otro, etc.

A pesar de la diversidad de factores que generan las diferentes concepciones de la masculinidad y femineidad, se puede sostener una división básica, que corresponde a la división sexual del trabajo más primitiva; las mujeres paren a los hijos y por lo tanto los cuidan, se quedan en el ámbito doméstico o privado, contrapuesto con lo masculino como lo público; el trabajo y por lo tanto la manutención de la familia. En gran parte de la población y durante muchos años es así como se han manejado el rol masculino y femenino, no se puede negar que actualmente hay mejores oportunidades para ambos sexos, pero aún queda mucho por recorrer (Festini, 2008).

1.2. Estereotipos

Los estereotipos son definidos como el conjunto de expectativas o creencias que se tienen acerca de una categoría de gente o en otras palabras, sobre los atributos personales de un grupo de personas (León, 2010). Los estereotipos pueden estar basados en la raza, la religión, el género, etc.

Del Olmo (2005) plantea que son empleados para clasificar el comportamiento de las personas, asignándolos en forma de modelo, a una clase o categoría y adscribiendo a todos y cada uno de los individuos que conforman ese grupo,

además de usarse como mecanismos sociales. Tienen una función importante para la socialización del individuo: facilitan la identidad social, la conciencia de pertenecer a un grupo social, ya que el aceptar e identificarse con los estereotipos dominantes en dicho grupo es una manera de permanecer integrado en él (González, 1999). Mediante esta categorización es posible dar sentido a lo que los demás hacen, dicen y a lo que observamos. El categorizar no solo es una herramienta para manejar el exceso de información, sino también lo es para hacer frente a una falta de información proveniente de exterior (McDowell, 2000; Baylina y Salamaña, 2006).

Los estereotipos basados en el género, son un conjunto estructurado de creencias acerca de los atributos personales de mujeres y hombres (León, 2010). Existen en un nivel cultural, reflejados por ejemplo en los medios, y teorías personales acerca de los atributos relacionados con ser mujer u hombre. Los estereotipos de género son fuertes y han persistido a través del tiempo de modo que se perciben como el reflejo de una realidad estable e innata (McDowell, 2000; Baylina y Salamaña, 2006).

De acuerdo a los estereotipos se tiende a percibir a los hombres como fuertes, dominantes objetivos e independientes. Y de manera contraria, se percibe a la mujer como dependiente, subjetiva o emocional, subordinada y débil. Como León (2010) menciona, los estereotipos no sólo son un organizador social sino que representan una fuente de control, ya que las personas pueden llegar a conformarse con ellos y así presentar las conductas esperadas para su género.

A través del tiempo los estereotipos se adquieren, mantienen y transmiten de unos a otros, están influenciados por la cultura, el ambiente familiar, la sociedad y las experiencias propias que el sujeto ha tenido con el grupo estereotipado. Su transmisión se da por diversas vías, tales como la educación sobre todo en el núcleo familiar y a través de los medios masivos de comunicación, los que aparentemente reflejan la realidad, pero que muestran una visión reducida y tendenciosa de cómo vivir, pensar, vestir o ser (Martín, 2006).

Así, las niñas y los niños comienzan a adquirir los estereotipos de género casi al mismo tiempo que toman conciencia de su género. Casi todas las niñas y niños, a los dos años y medio o tres, tienen un cierto conocimiento de los estereotipos de género. Ya a estas edades los estereotipos se acercan bastante a los que mantienen muchas personas adultas. Las y los preescolares definen a las niñas diciendo que hablan mucho, nunca pegan, suelen necesitar ayuda, les gusta jugar con muñecas y ayudar a su madre en las labores domésticas como cocinar y limpiar. Por el contrario, estas mismas niñas y niños creen que a éstos últimos les gusta jugar con coches, ayudar a su padre y construir cosas. Esta construcción tan precoz de los estereotipos de género sólo puede explicarse teniendo en cuenta el trato diferencial que niñas y niños reciben desde el momento en que llegan al mundo y que determina un comportamiento y unas expectativas radicalmente diferentes respecto a ellos y ellas en función de su sexo. Si a este hecho se le une la circunstancia que muchas de estas ideas se siguen manteniendo en los diferentes contextos de socialización infantil, adolescente y adulta en los que se desarrollan las personas podemos explicar fácilmente cuál es el origen de muchas de las situaciones de desigualdad que aún se observan en nuestra sociedad (Serbin, Powlishta y Gulko, 1993).

A lo largo de toda la infancia y sobre todo por la influencia que ejercen sobre ellos los adultos más cercanos; como los progenitores y el profesorado fundamentalmente, hacen que los estereotipos de género pueden llegar a utilizarse para establecer distinciones ligadas al sexo en diferentes dimensiones psicológicas (Serbin et al., 1993). De este modo, se piensa que las mujeres son débiles, emotivas, buenas, complejas y afectuosas, mientras que los hombres son ambiciosos, asertivos, agresivos, dominantes y crueles. Las transgresiones de los roles de género por parte de los varones, son fuertemente criticadas especialmente en la niñez, lo que significa que existe una mayor presión sobre el sexo masculino para que se ajusten al rol que les ha sido asignado (Levy, Taylor y Gelman, 1995).

Al llegar a la adolescencia temprana, los estereotipos de género se flexibilizan, pero muy poco tiempo después en la adolescencia media y tardía, vuelven a radicalizarse por la fuerte presión que ejercen los iguales durante la pubertad para que la persona se ajuste al rol que le ha sido asignado. La intolerancia de las y los adolescentes ante las transgresiones del rol tiene su origen en un proceso de intensificación del género, característico de esta etapa evolutiva, a partir del cual se ha de producir el proceso de reconstrucción de la identidad de género que tuvo lugar durante la primera infancia (Espinosa, 2013).

El problema de los estereotipos nace cuando se generaliza demasiado o simplemente cuando estos son equivocados, es decir, las cualidades o características elegidas para representar a un grupo no correspondan a la realidad (Cano et al, 2004). Aunado a esto, el problema se intensifica al volver rígidos estos estereotipos alejados de la realidad, de esta manera condicionan los papeles de las personas en la sociedad y limitan las potencialidades humanas de las personas al estimular o reprimir los comportamientos en función de su adecuación al género (INMUJERES, 2004).

Como McDowell (2000; Baylina y Salamaña, 2006) señala, también pueden sesgar las interpretaciones, recuerdos y juicios de las personas, sobre todo cuando son muy fuertes. Pueden llegar a interferir con la adaptación de la persona a su ambiente social, obstaculizar el cambio, e incluso llegar a justificar la discriminación en contra de los miembros de un grupo (Cano et al, 2004).

Otra problemática de los estereotipos de género, es que no son naturales, sino socioculturales y la cultura los presentan como bipolares o antagónicos, en una palabra: incompatibles. Por eso se asume como algo imposible o inaceptable que una mujer tierna y cariñosa sea al mismo tiempo independiente, inteligente o tome decisiones de manera asertiva. Del mismo modo, se ve como algo contradictorio o negativo que un hombre valiente, creativo y autónomo, pueda ser también afectuoso, tierno y comprensivo (Alfonso y Aguado, 2013). Además de esta bipolaridad de características estereotipadas para un mismo género,

existe la dificultad de interactuar con el otro género a partir de la integración de la percepción que tenemos de nosotros mismos, la que tenemos del otro y la percepción que los demás tienen de nosotros, esperando acciones, actitudes y pensamientos de los demás en su modo de vivir y hacia nosotros.

Al igual que lo hacemos con la totalidad de las realidades que nos rodean, también funcionamos de la misma manera con las personas y los grupos: les etiquetamos, agrupamos en tipos, asignamos características uniformes y acabamos aceptando y creyendo que cada uno de los individuos ha de entrar en alguna de las categorías sociales o grupos en los que reconocemos de manera compartida por un gran número de personas, que poseen un conjunto de atributos que le “convienen” a ese individuo. Así aunque no sepamos nada de un individuo, si lo reconocemos como integrante de un género, le aplicamos entonces el conocimiento previo que disponemos sobre dicho grupo. Sin embargo a pesar de que los estereotipos dejen mucho que desear en su intento de exactitud como descriptores de lo que realmente los grupos son, si reflejan los roles que los grupos desempeñan en la sociedad, con respecto al que percibe (González, 1999).

Las limitaciones de los estereotipos, nos restringen a ver más allá del otro, damos por hecho las características generales de hombres y mujeres en la sociedad, y a su vez limitamos las capacidades del otro. A través del tiempo los estereotipos han ido cambiando y ya no son tan rígidos, sin embargo aún siguen muy arraigados dentro de la sociedad (Herrera, 2000), siguen siendo utilizados para la convivencia de la sociedad y la cultura respecto de lo que ideológicamente corresponde al comportamiento masculino y femenino (Amuchástegui, 2007).

Ciertas diferencias biológicas parecen explicar la asunción de roles diferentes que, a su vez, ponen en marcha estereotipos justificativos, olvidándose el sentido cronológico del proceso. En definitiva, se ha perdido la comprensión del proceso y se entremezclan las diferencias biológicas, los roles sociales distintos y los estereotipos diferenciales (González, 1999).

Mucho se dice que es la misma naturaleza de la mujer, la que la rezaga en este lugar en la sociedad, como la encargada de la conservación, de la especie, deberá ser maternal, amorosa y comprensiva, como madre que es y al hombre se le delegan responsabilidades muy complejas como, la manutención de la familia, el ser fuerte, protector, etc. Sin embargo las cualidades de la persona y las funciones orgánicas del hombre y la mujer no deberían formar parte de una ubicación social (Herrera, 2000).

Como se ha mencionado anteriormente lo que se espera del hombre y de la mujer no se expresa abiertamente; sin embargo hay cuestiones físicas, psicológicas, emocionales y conductuales que son características de cada género, aunado a esto son cuestiones esperadas por parte de la sociedad. La afectividad por ejemplo, es la forma de expresar los sentimientos que tiene la persona y ésta también se ve marcada indiscutiblemente por los patrones de comportamiento y valores asignados por el género. Para que ésta sea funcional y promueva la salud de sus miembros, debe permitir y fomentar la expresión libre de la afectividad, ser capaz de expresar las emociones positivas, negativas y transmitir afecto sin importar el sexo de la persona. La forma de expresar los sentimientos para los hombres y las mujeres se refuerza continuamente de manera que se llega a tomar como normal la actitud que encierra contenidos discriminantes para ambos; como por ejemplo, el considerar que la mujer debe ser más emotiva y, asociar a los hombres a la rudeza y la agresividad. Evidentemente esto afecta la expresión libre de los sentimientos y la transmisión de afecto dentro de la familia y hacia otros.

El proceso de entrenamiento al que es sometido el hombre, estimula en ellos el uso de la violencia para dominar a otros, para ejercer el poder y para resolver conflictos, mientras se les restringe el contacto con el mundo de los afectos y se le obliga a inhibir la expresión de sus sentimientos y, por lo tanto, a no sentir (Herrera, 2000). En cuanto a la mujer se espera que sea paciente, tímida y obediente hacia el hombre ya sea familiar o pareja, puesto que normalmente

son ellos los que tienen el poder adquisitivo y la mujer normalmente se atenderá a lo que el hombre le pueda proveer (Festini, 2008).

Para cambiar radicalmente los estereotipos de género es necesario que las diferencias biológicas pierdan importancia, es decir realizar un cambio en la asunción de roles de hombres y mujeres, debemos entender que el cambio no se hace de manera automática. No obstante, muchas personas, han modificado sus conductas de rol y esto debe, sin duda, influir a la larga. Cabe esperar que los cambios sociales modifiquen los prototipos y por tanto los estereotipos (González, 1999).

1.3. Rol femenino y rol masculino

Diferentes autores definen lo que es el rol de género; como un conjunto de normas establecidas socialmente para cada sexo (Herrera, 2000). Papeles que definen supuestas obligaciones y expectativas. (Alfonso y Aguado, 2013), también son definidos como conductas estereotipadas por la cultura, tareas o actividades que se espera realice una persona por el sexo al que pertenece (Lamas, 2002). El componente “conducta esperada” es por tanto clave en la definición de rol, las expectativas son independientes de la persona que desempeña el rol o de otra forma, la existencia de las expectativas es anterior al individuo. Aquello que esperan los demás configura básicamente la conducta del sujeto en la sociedad y del miembro participante en el grupo (Tobón, Pérez, Patiño y Rueda, 2007). Define la posición que un individuo ocupa en una estructura social organizada, a las responsabilidades y privilegios asociados a esa posición y a las reglas de conducta que gobiernan las interacciones de los individuos.

Es notorio que los autores mencionan definiciones de rol de género muy aproximadas entre sí y estos mismos, consideran que el entorno social de la persona es parte fundamental en la construcción de los roles, siempre divididos por el sexo, es decir, se tienen tareas, comportamientos, actitudes y valores definidos para cada uno de los géneros. Cuando se habla de rol, se habla de una conducta que está vinculada directamente con la interacción social y con el

intercambio que genera el individuo con otros (Tobón et al., 2007). La división de tareas de acuerdo a capacidades, tradicionalmente considerados femeninos o masculinos suele basarse en la suposición de que algunas tareas o actitudes son propias de un sexo e impropias del otro, pero no se forman a partir de la reflexión sino que se consolidan con el tiempo (Barreda, 2005; García y Nader, 2009).

Desde el nacimiento, hombres y mujeres presentan una diferenciación clara desde el punto de vista biológico; sin embargo, las variantes comportamentales, sentimentales y de pensamiento se atribuyen más a la influencia de la cultura. Se estima que hombres y mujeres tienen las mismas emociones y sentimientos, y potencialmente la misma capacidad mental. Por tanto, las diferencias convencionales en prioridades, preferencias, intereses y ocupaciones se deben al condicionamiento parental, educacional y sociocultural (Lamas, 2002).

De esta lógica, múltiples culturas adoptaron una forma específica de organización de la división sexual del trabajo. Según ésta, le correspondió a la mujer el espacio del hogar por su capacidad para gestar y amamantar a los hijos debido al cuidado que estos requieren, se le asignó el tiempo en que era imprescindible su presencia, e incluso más. Por su proximidad espacial, se ocupó del resto de las funciones vinculadas al espacio de la casa, mientras que el hombre se dedicara a la agricultura, la cacería, la domesticación de animales y la guerra (Aguilar, Valdez, González, y González, 2013).

Esta perspectiva tradicionalista, cargada de normas, creencias y valores, dominante en la cultura mexicana hasta los años cincuenta, pretendía resolver de modo rutinario los imperativos fundamentales de la existencia, delimitando de un modo preciso los roles genéricos, lo que agudizó las diferencias entre hombres y mujeres (Reidl, Valencia, Vargas y Sierra, 1998).

Tradicionalmente se ha asignado a los hombres roles de políticos, mecánicos, jefes, etc., es decir, el rol productivo, a las mujeres, el rol de amas de casa,

maestras, enfermeras; el rol reproductivo (INMUJERES, 2004), y así las sociedades, establecen una división sexual del trabajo, determinando las actividades de las mujeres y los hombres (Lamas, 2002).

La masculinidad tradicional se encuentra muy asociada a la fortaleza física y espiritual, el buen desempeño, la excelencia, la rudeza corporal y gestual, la violencia, la agresividad y la homofobia, la eficacia, la competencia y el ejercicio del poder, la dirección y definición de reglas, la prepotencia, la valentía y la invulnerabilidad. La independencia, seguridad y decisión indican fortaleza, unida a la racionalidad y el autocontrol (Kleinman, Pérez y Repetto, 1992).

Comúnmente los hombres valoran el poder, la competencia, la eficiencia y la realización y se encuentran haciendo cosas que les permitan probarse a sí mismos, desarrollar su poder y sus habilidades, y su personalidad la definen a través de su capacidad para alcanzar resultados (Montesinos, 2008).

Por parte de la mujer se sigue la tendencia a ser más expresivas cuando se trata de demostrar afecto, afiliación a su pareja, atenciones a su familia y cuidado del hogar; por ello, habitualmente se encuentra que las mujeres adaptan su estilo de vida para dar prioridad a sus funciones familiares y de crianza (Boff y Muraro, 2004). La maternidad sigue siendo la exigencia social que da sentido a la vida de la mujer en tanto elemento constitutivo de su identidad femenina, aunque el deseo y la práctica de liderar una familia se articulan con el desempeño y la realización profesional, en especial en los contextos más industrializados, donde el esquema de competitividad es notorio y, por ende, se hace énfasis en salir adelante promoviendo la independencia (Aguilar et al., 2013).

Fernández (1996) apunta que a las mujeres siempre se les ha exigido llevar las riendas de la educación de los hijos, la atención de los enfermos y ancianos, y del esposo; deben brindar afecto por su condición de madres-esposas protectoras y sacrificadas, orientadas a los demás, a la vez que dejando de ser tales; no obstante, el apoyo, la educación y la afectividad ya no les son únicas,

pues ahora la sociedad mexicana se orienta a derogar dichas funciones sin distinción sexual (Aguilar et al., 2013).

Sin embargo 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. En el ámbito público surgen las acciones vinculadas con la producción y la política, es aquí donde se definen las estructuras socioeconómicas de las sociedades y se constituye el espacio tradicionalmente masculino. En contraste, el espacio privado se reduce a la casa, cuyas acciones se vinculan a la familia y a lo doméstico, el trabajo que la mujer efectúa en el hogar es de consumo inmediato y, por ello invisible y muchas veces no valorado económica ni socialmente (Loría, 1997). Es por esta repartición, que al interior del hogar, la división de tareas entre mujeres y hombres es altamente diferenciada; es en este espacio donde se vislumbran claramente los roles o estereotipos de género construidos por nuestra cultura a lo largo de la historia, y que se reproducen socialmente día con día.

Pese al ingreso de México a la modernidad, los roles asignados a hombres y mujeres siguen mostrando los mismos patrones culturales y estereotipos tradicionales de género, que establecen que son los hombres quienes toman las decisiones más importantes acerca de los asuntos familiares, además de ser ellos quienes tienen más libertad de expresión y de elegir el estilo de vida que quieren vivir (Amuchástegui, 2007). Sin embargo puede notarse actualmente un cambio importante en la construcción de los roles del hombre y la mujer como consecuencia de la creciente participación de la mujer en diversos ámbitos y del hombre en la inclusión del ámbito privado (García y Nader, 2009).

Con el paso del tiempo, los avances en la ciencia y la tecnología, así como las propuestas de los movimientos feministas y posmodernos, favorecieron la participación activa de la mujer en la vida socioeconómica, política y cultural del país (INEGI, 2010). Tal situación ha provocado cambios radicales en la

concepción de la estructura tradicional de ambos sexos, permitiendo y promoviendo nuevas alternativas para la distribución equitativa de las tareas domésticas, de crianza y laborales (Bastida, 2009; Aguilar et al., 2013).

Se está produciendo una reorganización de la sociedad, en la que los antiguos equilibrios establecidos en diferentes circunstancias han sido reemplazados por otros nuevos. Ahora, las mujeres tienen no solo la posibilidad de trabajar, sino de obtener puestos gerenciales, estudiar y obtener posgrados; deciden si aceptan o no la maternidad y, de aceptarla, eligen el momento apropiado y si serán o no las únicas encargadas de la crianza de los hijos. De igual manera se observan cambios importantes en los hombres respecto a la demostración de afectos tales como la ternura, los compromisos afectivos profundos y la expresión de los sentimientos sin que nadie cuestione su masculinidad, ya que tanto hombres como mujeres promulgan estas características (Kleinman et al., 1992).

Evolutivamente, hombres y mujeres buscan cosas distintas. Aunque en la actualidad los esquemas de género estén cambiando y se orienten hacia la equidad, aún permanece en la mujer el rol expresivo, mientras que en el varón prima la instrumentalidad. Hoy, la delimitación y diferenciación de los roles de género y sus funciones van tendiendo cada vez más a su flexibilización, produciéndose cambios en la noción de lo masculino y lo femenino. Se genera, en consecuencia, un impacto transformador en las normas sociales y en los códigos del patriarcado en los que regía un orden definido entre los sexos en virtud del cual las mujeres ocupaban naturalmente un lugar postergado (Fonseca y Quintero, 2008). En esta cultura, tanto hombres como mujeres van experimentando una combinación de los modelos tradicionales y no tradicionales. Los cambios en este nivel suelen ser lentos y a largo plazo, sobre todo cuando se trata de sentimientos e ideas profundamente arraigados a lo largo de siglos. Sin embargo, lo que está ocurriendo es una transición. Se trata de vivir en contra del dominio de los roles predeterminados y bajo nuevas formas en lo social, mismas que favorecen la idea de que ambos pueden

alternar entre un rol y otro, siempre y cuando eso les genere un gusto sin queja (Valdez-Medina, 2009; Aguilar et, alaguila

1.4. Identidad de género

La identidad de género se define como la capacidad de categorizarse como perteneciente a un género, la autclasificación de ser hombre o mujer sobre la base de lo que culturalmente se entiende por hombre o mujer (López 1988; García, 2005). Es el conjunto de sentimientos y pensamientos que tiene una persona en cuanto a ser miembro de una categoría de género (Carver, Yunger y Perry, 2003). Además de generar la ubicación propia y la de otros sujetos en referencia a una cultura, asumiendo determinados rasgos o conductas (Colás, 2007). La identidad de género se refiere a cuánto una persona dice y hace para indicar a los demás o a sí misma, el grado en que es mujer o varón. Por tanto la relación entre la identidad y el rol de género es muy estrecha debido a que la identidad de género se convierte en última instancia en la experiencia personal del rol de género y éste último constituye la expresión pública de la identidad (Rocha, 2009).

Su adquisición se inicia desde etapas muy tempranas en la vida, como un proceso dinámico y didáctico, resultado en sus primeras etapas del autoconocimiento por exploración y posteriormente de una interrelación de la persona con el medio social. Durante la infancia la identidad se adquiere identificándose con modelos, adoptando características, creencias, actitudes, valores y conductas de otra persona o grupo. Se inicia con el desarrollo del concepto de sí mismo y con el descubrimiento y actitud hacia el propio cuerpo. Cuando la niña o el niño empiezan a saber quiénes son, cómo es su cuerpo y cómo el cuerpo de los demás, lo que puede o no hacer su cuerpo, si es una niña o un niño.

Durante la infancia, se incorpora en sí mismo la visión y características del cuidador, adquiriendo no sólo roles, sino también estableciendo las bases para la estructura psíquica. La crianza de los niños parte generalmente de una madre o padre “estereotipado”, quien establece relaciones diferenciales hacia

los hijos y las hijas, por lo cual en ellos se desarrollan diferentes patrones y características, dependiendo por supuesto del tipo de relación. El proceso de identificación transcurre de manera diferente para niñas y para niños, las niñas encuentran similitudes físicas y psicológicas con sus madres lo que lleva a que desarrollen, desde temprana edad, una identidad en la cual van internalizando parte de la madre en ellas mismas. En el caso de los niños el proceso es diferente, mientras que las niñas definen su identidad dentro de una relación, los niños lo hacen fuera de ésta, es decir, el proceso parte del mismo punto, pero no puede llevarse a cabo una identificación plena en tanto no compartan el mismo sexo que la madre (Rocha, 2009).

De esta manera las prácticas discursivas que construyen el género se asientan en el cuerpo, en las emociones y en las actividades de la vida diaria. Rocha (2009) menciona que es también a partir de las diferencias con respecto a otras personas o grupos que nos excluimos primeramente, esto permite ubicarnos como parte de un grupo ante el reconocimiento de rasgos o comportamientos, es un proceso de integración que también permite a la persona adoptar aquellos aspectos que desde su experiencia o su pertenencia al grupo le permitan sentirse parte de éste.

Esta construcción implica un modo de sentir, comprender y actuar en el mundo, así como formas de vida compartidas que se expresan y manifiestan en comportamientos regulados. Esta identidad es colectiva y es transmitida a través de la familia, la escuela y medios de comunicación. Se transmite culturalmente a través de expectativas, normas, roles, valores, creencias, actitudes y comportamientos que serán transmitidos en función del sexo (Colás, 2007).

Las identidades se construyen precisamente a partir de la apropiación, por parte de los actores sociales, de determinados repertorios culturales considerados simultáneamente como diferenciadores (hacia afuera) y definidores de la propia unidad y especificidad (hacia adentro). Wallerstein (1992; Giménez, 2012) señaló que una de las funciones casi universalmente

atribuida a la cultura es la de diferenciar a un grupo de otros grupos. En este sentido representa el conjunto de los rasgos compartidos dentro de un grupo y presumiblemente no compartidos (o no enteramente compartidos) fuera del mismo. De aquí que la identidad tenga su papel de operadora de diferenciación.

Parsons (1968; Rocha, 2009) refiere a la identidad como un sistema central de significados de una personalidad individual, que orienta de manera normativa y da sentido a la acción de las personas. Dichos significados no son meras construcciones arbitrarias definidas por el individuo, sino que surgen en relación estrecha con la interiorización de valores, normas y códigos culturales que son generalizados y compartidos por un sistema social. Esto es, la definición que una persona hace de sí misma no solo deriva de su interacción cotidiana, de cómo se observa y cómo actúa, sino de todos los aspectos que cultural y socialmente internaliza en torno a su yo. La cultura entonces se convierte en otro ingrediente fundamental del desarrollo de una identidad en la medida en la cual el desarrollo de una autodefinición está impregnado de un carácter histórico y social. De manera que la forma en la cual una persona llega a definirse a sí misma y concibe su propio “yo” no es una situación estática e inamovible y mucho menos universal, sino que está supeditada a las condiciones históricas de un momento determinado y a su vez, a la variabilidad intercultural (Rocha, 2009).

A pesar de la influencia social y de la marcada distinción entre hombres y mujeres que tienen lugar en la construcción de identidad, no sólo son las sensaciones corporales que se experimentan, o los significados culturales que le asignan a nuestra existencia las personas que nos rodean y en general el mundo social, sino que es ese intercambio entre lo privado y lo público, esa interacción entre el mundo interno y lo que nos rodea con lo cual los humanos construimos nuestra identidad (Becerra y Melo, 2013). Pues son las interacciones en los espacios sociales las que nutren las percepciones subjetivas y objetivas de las personas. Por un lado, la cultura en la que habita el sujeto provee los modelos sociales de género que son contextos de

referencia claves para construir la identidad, pero por otra parte, los sujetos tienen un papel activo y creador en la configuración de la cultura (reintegración). El juego de estos dos elementos puede explicar el amplio margen de heterogeneidad de identidades de género y niveles o grados de interacción de la cultura de género que adoptan los sujetos (Colás, 2007).

Constituye entonces una construcción personal en tanto involucra el reconocimiento de la singularidad, la unicidad y la exclusividad que permiten a un individuo saberse como único, pero a su vez, es también una construcción social, en tanto recoge los atributos que una sociedad emplea para establecer categorías de personas (identidad étnica, identidad de género, identidad nacional, etc.), de manera que una persona puede identificarse con determinado grupo y diferenciarse de otro. Dicho de forma más simple, cuando se habla de identidad, se habla de la persona pero en su pertenencia a un grupo (Rocha, 2009).

Precisamente porque la interacción entre el individuo y la sociedad es un diálogo permanente, la identidad se construye de manera dinámica y evolutiva a lo largo de la vida y se mantiene en constante renovación, Fitzgerald (1993; Colás, 2007) menciona que las experiencias previas, las condiciones presentes y las expectativas futuras son referentes importantes para comprender las transformaciones y cambios de identidad. La identidad no es algo fijo y estable sino que está en constante construcción y cambia según las circunstancias.

James (1952; Rocha, 2009) indica que una identidad estable se deriva de la sensación de continuidad que la persona experimenta, es decir, el saber que se es de una forma constante, y consistente y de hecho, proponía que una falta de esta sensación de continuidad podía desequilibrar a la persona y alterar su sentido de sí misma. En la medida en la que una persona experimenta esta continuidad puede diferenciarse del resto. De manera que es necesario incorporar en la conceptualización de la identidad no sólo su conformación personal y social, sino también temporal que plasma la idea de continuidad que tiene una persona a través del tiempo y su cultura (Rocha, 2009).

Es notorio cómo a través de la cultura el individuo adquiere una forma peculiar de expresarse, de sentir, de relacionarse con los otros, es debido a diversas instituciones que se aprende cómo ser hombre y cómo ser mujer de acuerdo con lo que la sociedad espera de nosotros. No obstante existen cambios a través de la historia, los roles se han modificado pero aún quedan arraigadas muchas ideas patriarcales acerca de cómo desarrollarnos como hombre y mujer.

Estas formas de relación que establecemos, la mayoría de veces no son funcionales debido a las ideas o creencias que se tiene sobre lo masculino y lo femenino, han hecho que se polaricen las actividades, los pensamientos y las actitudes de hombres y mujeres lo que ocasiona serios problemas al tratar de relacionarnos con los otros, sea de nuestro mismo género o no, debido a que esperamos actitudes o sentimientos específicos a partir del sexo de las personas. Las problemáticas pueden ser diversas y derivar en diferentes ámbitos, sin embargo en el presente texto serán enfocados a la sexualidad, como las problemáticas que existen en la pareja a partir de esta visión patriarcal y a su vez a la falta de asertividad sexual.

CAPITULO 2 EL GÉNERO Y SU PROBLEMÁTICA EN LA PAREJA

2.1. El género en la sexualidad

La sexualidad es un aspecto fundamental del ser humano a lo largo de la vida, abarca el sexo, las identidades y los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, el vínculo afectivo y la reproducción. Se experimenta y se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, roles y relaciones. Si bien la sexualidad puede abarcar todas estas dimensiones, no siempre se experimentan o se expresan todas. Y es influenciada por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales (OMS 2004).

Checa (2005) describe la sexualidad como el resultado de diversas prácticas sociales que dan significado a las actividades humanas, de definiciones sociales y autodefiniciones. Ésta se ve atravesada por el género ya que ambos están moldeados por la cultura y por el sexo, sólo existen a través de sus formas sociales. La sexualidad y el género como construcciones psicosociales tienen un determinante biológico otorgado por el sexo de los individuos, poseen además un significado definido por un espacio social y un contexto cultural determinados.

La sexualidad sería el modo de vivirse, verse y sentirse como persona sexuada, el modo con que cada cual vive, asume, potencia y cultiva o puede cultivar el hecho de ser sexuado. Es una categoría subjetiva en la que la referencia son las vivencias, lo que cada quien siente. Cada cual se va sexualizando, es decir, notándose, viviéndose, describiéndose, sintiéndose sexual, progresivamente, evolutivamente (Amezua, 1979). Cada persona vivirá su sexualidad de manera distinta y estará en continua evolución, se vivirá en todas las etapas de la vida y se expresará de múltiples formas y hacia muchas finalidades (placer, ternura, comunicación, conocimiento, vitalidad, reproducción) de nuevo influenciado por la socialización particular con aspectos comunes a muchas otras personas (Padrón, Fernández, Infante, y París, 2009).

La sexualidad se ve influenciada por diversos factores sociales; las expectativas acerca de que los hombres y las mujeres, las niñas y los niños han de comportarse de maneras diferentes unas de otros. Quienes cumplen estas expectativas, pueden sufrir para hacer encajar sus sexualidades en marcos limitados y carentes de igualdad (Ilkharacan y Jolly, 2007). Durante los primeros años de vida se moldean las nociones de masculinidad y feminidad, es el momento donde se dan las primeras socializaciones, sin embargo la socialización con los otros es distinta para cada género y se desarrolla no sólo en función de factores biológicos sino también como respuesta a un patrón de conducta impuesto y aceptado dentro de cada sociedad, con el objeto de mantener y reproducir un orden determinado que se traduce en una situación y una participación social distinta para ambos sexos.

Estos rasgos diferenciales impuestos socialmente en el género femenino y masculino son aspectos importantes a considerar en la interrelación entre género y sexualidad, y nos ayudan, en gran medida, a entender la razón por la cual hombres y mujeres asumen puntos de vista y actitudes diferentes frente a temas de sexualidad, tales como las condiciones en las que se desarrolla la relación sexual de la pareja; el número y espaciamiento de los hijos; la práctica anticonceptiva y la práctica u omisión del aborto, el cuidado de la salud reproductiva de la mujer; el significado social y psicológico de la maternidad, la sexualidad, las relaciones conyugales, las relaciones de poder dentro de la familia y los derechos reproductivos desde la perspectiva de cada género (Ojeda, 1994).

Ser hombre o ser mujer, trasciende la apariencia, incluye el pensar y sentir como tales. Parecer, pensar y sentir como hombre o como mujer son hechos aprendidos, fincados sobre la apariencia física, no en balde en nuestra sociedad, el sexo del recién nacido abre la puerta a la expresión de una multiplicidad de comportamientos y expectativas cuya procedencia se verá confirmada en el curso de los años. Así, decir que los hombres y las mujeres se constituyen de la misma manera puede ser acertado, pero también lo es decir que los contenidos de la identidad sexual, difieren sustancialmente de uno a

otra. La diferencia entre hombre y mujeres más adelante será un rasgo distintivo de identidad; las mujeres dirigidas por su emoción y los hombres con el uso de la razón. De tal manera que al paso del tiempo, hombres y mujeres llegan a ser contrapuntos. Este juego de la vida cotidiana perfila lo que es ser hombre o ser mujer, de la misma manera que influencia la concepción de ciertos hechos y acciones de la vida como es todo lo referente a la sexualidad (Márquez, Pérez y Sibaja, 2004).

Tanto el género como la sexualidad son conceptos redefinidos constantemente por los individuos a lo largo de su ciclo de vida. Este proceso de redefinición se produce a partir de la experiencia acumulada durante la vivencia de eventos clave que marcan transiciones de importancia vital para los individuos y que dan a su vez, un significado social y psicológico distinto a su condición de género. Además las definiciones sociales de género y sexualidad estarán sujetas como cualquier otro fenómeno a variaciones impuestas por las leyes de cambio social del tiempo histórico que se vive; es decir, según el periodo histórico en el que el individuo existe y su pertenencia a cierta generación. Los calificativos de “femenino” o “masculino” no son entendidos de igual manera a través de las épocas; además, dentro de toda época determinada cada grupo generacional puede retomar aspectos particulares (Ojeda, 1994).

Hoy en día existen diferentes descripciones sobre los distintos roles: por un lado, las características masculinas son también denominadas como instrumentales; dirigidas a una acción u oficio, de autoprotección, básicamente orientadas a la obtención de metas, con agresividad, búsqueda de dominio, autoafirmación, reflexión, razón, respeto por el orden, abstracción y objetividad. La adopción rígida del rol masculino lleva a los varones a restringir sus expresiones emocionales, con dificultades en el manejo de sus sentimientos, llegando incluso a no permitir que los demás los expresen; además, basan sus relaciones principalmente en el control, el poder y la competencia, manteniendo su autoridad a toda costa, los cuales varían los rasgos característicos del machismo. Los rasgos femeninos están descritos como las características denominadas de relación; predomina la necesidad de involucrarse con los

demás, más que con las ideas, además de estar enfocadas hacia los sentimientos y la abstracción; pasivas, dóciles, expresivas, protectoras, orientadas a la crianza. Cuando hay un apego excesivo a su rol, las mujeres pueden contar con poca conciencia respecto de ellas mismas, con poca capacidad de expresar lo que quieren para que las entiendan; teniendo generalmente como únicas metas el matrimonio y la maternidad, pues lo consideran su destino, sin posibilidades de elegir, pues están limitadas en su independencia, su poder de decisión y su autosuficiencia, siendo estos rasgos los característicos de la sumisión.

No obstante, lo que se observa es que la cultura tiene su ritmo y que los cambios tardan en gestarse. Ya que al parecer, todavía se siguen reproduciendo las expectativas de cómo ser mujer y cómo ser hombre, y lo que se espera en cada caso. Así se pueden observar diversas problemáticas dado el doble mensaje, entre lo que la sociedad dictamina que es lo adecuado y lo que las nuevas generaciones viven en su cotidianeidad (Padilla y Díaz-Loving, 2012).

2.2. La pareja

La sociedad, al convertirse en una compleja red de relaciones entre los individuos, tiene que valerse de una vía segura que facilite que todo aquel individuo que llegue a integrarse pueda hacerlo de modo adecuado, recibiendo todos y cada uno de los elementos que conforman su cultura (Vázquez y Santos, 1997). Las sociedades se estructuran y construyen su cultura en torno a la diferencia sexual de los individuos que la conforman, persisten ciertas características que definen tanto a hombres como a mujeres, en su manera de actuar, y por lo tanto dentro de una relación de pareja.

El ser humano es un ser social ya que desde el momento en que nace (e incluso antes) está en contacto con otras personas, las cuales influirán en el desarrollo de su vida y aprenderá a desempeñar el rol que le sea otorgado (Garrido, Reyes, Torres y Ortega, 2008). Hombres y mujeres viven la vida de manera diferente en función de su género, pues ésta construcción implica la

presencia de mediaciones culturales diversas para cada uno, las cuales inciden en la forma en que ambos se desenvuelven ante determinada realidad.

La sociedad genera un ideal de familia, pues es ésta la que norma, regula y prescribe (implícita o explícitamente) los esquemas de valores, pautas de comportamiento y relaciones afectivas que los individuos llevarán a su vida (Garrido et al., 2008). La familia es el núcleo fundamental de la sociedad, es el medio a través del cual los seres humanos se desarrollan; esto hace que el vínculo matrimonial se vuelva un área de suma importancia en la formación de individuos para construir una sociedad equilibrada y en armonía y facilitar la funcionalidad dentro de un contexto (Hawkins, Catalana y Millar, 1992; Parra, 2013). Una de las relaciones afectivas más importantes que se establecen dentro de la familia es la de pareja, relación que da la pauta para el desarrollo y evolución de la subsiguiente generación. Sin embargo, la convivencia del ser humano no siempre ha sido a través de las relaciones familiares, y no siempre ha sido la pareja una relación importante para el desarrollo del individuo. El hecho de poder elegir la persona con la que se desea compartir la vida es un proceso que ha ido ocurriendo a través del desarrollo de las distintas culturas y sociedades. Si antes la pareja se elegía con base en los recursos económicos, étnicos o el interés político de las familias, la relación de pareja, tal como es en la actualidad, es por complementariedad o afinidad, donde se escoge a la pareja con base en los gustos, metas, habilidades u objetivos que se comparte (Garrido et al., 2008).

De ahí que la relación de pareja sea considerada como una relación cercana debido a que se establece en ella un vínculo emocional característico que no ocurre con ninguna otra persona. Formar una pareja implica llevar a la relación lo que se ha vivido y aprendido en la familia de origen. Así, la forma en que el ser humano se desarrollará como pareja se ve influida por los roles que se han asimilado desde la infancia en el contexto familiar, por la cultura en la cual viven y por las propias cogniciones.

En nuestra sociedad la institución de la pareja, se establece primordialmente a través de un vínculo afectivo, donde intervienen aspectos culturales y tradicionales. Es en la pareja donde se constituye un espacio privilegiado para que se pongan en juego las atribuciones de género (Glasman e Inda, 1999). Las parejas, al formarse, presentan diferentes expectativas de género acerca de sus relaciones, dependiendo de la edad de los cónyuges, del tiempo de casados, de la existencia o no de hijos, de sus costumbres, etcétera. Se ha observado que las mujeres se muestran menos satisfechas que los hombres al preguntar por aspectos que ambos consideran relevantes para lograr la relación de pareja ideal, según sus expectativas de género (Hernández, Alberti, Núñez y Samaniego, 2011). En ésta relación vincular los papeles de género van estableciendo funciones específicas más como “debe ser” que el “ser”, esto los lleva a exacerbar sus diferencias, tambaleándose los pactos, provocando crisis que los lleva a la desarmonía. Los miembros de la pareja se ven despojados del ejercicio de sus potencialidades creativas, tratando de ordenar rígidamente la convivencia, definiendo prescripciones y prohibiciones en el sentir, pensar y actuar (Hidalgo, 2004).

Padilla y Díaz-Loving (2012) plantean que la insatisfacción de la mujer en la relación de pareja se debe principalmente al énfasis que pone en aspectos afectivos y funcionales, a diferencia del hombre, quien enfatiza su interés en aspectos sexuales y estructurales. En algunos casos, estos resultados son la antesala del divorcio y, en otros, la perpetuación del matrimonio con una satisfacción de pareja poco manifiesta, provocando relaciones familiares destructivas, de las que derivan nuevas generaciones que repercuten en el desarrollo de la sociedad. Pocas veces se analiza la integración de los miembros de la relación en la convivencia diaria, donde tienen que aprender a negociar e incluso a reñir; en efecto, no hay parejas que no tengan problemas, pero la diferencia radica cuando la pareja tiene la habilidad para enfrentarlos.

El conflicto es visto como la confluencia de una o varias variables, Stuart (1980) identificó las fuentes del conflicto en la pareja, una de ellas es, la suposición general acerca de lo que debe ocurrir dentro de la vida de pareja. Las

expectativas que forman los miembros de la pareja les impiden conocerse entre sí, y con ello la convivencia se torna difícil y complica la solución de problemas. En la actualidad, el conflicto se ha convertido en una de las mayores problemáticas de la sociedad, pues puede llegar a generar violencia en la pareja o experimentar en algún momento de la relación una manifestación agresiva físicamente (Hawkins et al, 1992; Parra, 2013), además de que los conflictos pueden afectar el desarrollo, formación y consolidación de la familia y, a su vez, a los miembros de ésta.

2.3. Relaciones de género y problemáticas en la sexualidad

Los roles de género suelen jugar un papel muy importante en una relación. Estas posturas son capaces de estipular cómo se administra el hogar, quién es el que toma las decisiones principales e incluso, hasta determinar la salud de la relación misma.

Algunos factores que han influido en las relaciones de género, son la dinámica de la sociedad actual, que con el tiempo hace modificaciones en la definición de lo femenino y lo masculino para su transformación, los factores culturales como la raza, la religión, el contexto histórico y las tradiciones a través de las que se condicionan las relaciones entre las personas, por otro lado los medios de comunicación proyectando formas de vida nuevas y alternativas, estereotipos de personas idealizadas y utópicas, como es el caso de las modelos, altas ejecutivas y chicos guapos y famosos, además el sistema económico favoreciendo la progresiva incorporación de la mujer al mercado laboral y el sistema político a su contribución a la incorporación de mujeres en la toma de decisiones. Los factores demográficos derivados del control de la natalidad, han influido de forma determinante, en la planificación del momento y número de embarazos que una mujer desea tener (Di Marco, 2005). Es decir las relaciones de género deben ser entendidas en México a partir de la consideración de procesos históricos en diferentes etapas, de procesos de globalización cultural e hibridación en múltiples niveles así como de la mezcla e interpretación de elementos culturales heterogéneos provenientes de fuentes internas y externas. La investigación ha resaltado el predominio de estructuras

patriarcales en las relaciones de género: tendencias hacia divisiones sistemáticas de autoridad y poder a favor de los hombres; divisiones genéricas del trabajo, reservando el acceso a la esfera pública, el empleo y la política para los hombres, y confinando a las mujeres a la esfera privada y doméstica; además de una organización autoritaria de la sociedad alrededor de modelos patriarcales específicos de familia que corresponden, en parte a interpretaciones particulares del catolicismo. Las relaciones de género en México, por lo menos desde el comienzo de la década de 1980, se han vuelto mucho más complejas. A pesar de que siguen siendo vigentes ciertos patrones patriarcales, hoy en día existen alternativas más accesibles para los mexicanos en materia de creencias y de prácticas (Nehring, 2005).

Estos factores históricos, culturales y sociales impactan de manera importante en la formación de las personas, pues a lo largo de la vida y, más allá de la socialización temprana en la familia, el sujeto incorpora formas de relaciones colmadas de significados de género, que luego se ponen en acto, por ejemplo, en las relaciones de pareja, en la crianza de las hijas e hijos, etc. En este sentido es importante conocer cómo el sujeto va vivenciando su sexualidad, construcción que es permeable a los condicionamientos de su entorno social, cultural e histórico. Algunos hombres y mujeres crecen en hogares tradicionales y esperan que los hogares que ahora ellos forman sigan el mismo patrón. Por ejemplo, es muy común que los hombres sientan que la mujer en la relación debe ser responsable de cocinar, limpiar y criar a los hijos. Es común que las mujeres que están acostumbradas a los roles tradicionales, esperen que el hombre tenga o gane suficiente dinero y pague por todo, además que arregle las averías en la casa y tome las decisiones importantes. La mayoría de las parejas se dividen en distintos roles de género una vez que pasan los primeros meses del noviazgo. En algunos casos, los roles de género no se definen del todo hasta después del matrimonio, al principio de una relación, las parejas tienden a hacer todo juntos y rara vez dividen las tareas. Sin embargo las nuevas generaciones, a la vez, se forman sobre la base de la negociación de sentidos entorno a lo que sus padres conciben como propio de un varón y de una mujer. Las niñas y los niños realizan su síntesis personal acerca de las relaciones de género, no son entes pasivos imitando al padre o a la madre,

sino que crecen aceptando, rechazando, resistiendo, adecuando comportamientos propios, o intentando transformar el modelo de sus padres. Independientemente de cómo hayan crecido, las personas pueden formar sus propias y nuevas ideas acerca de los roles de género en las relaciones.

Cuando hablamos de las relaciones de género hacemos referencia a relaciones de poder y de autoridad. Se considera al sistema de género como un conjunto de prácticas, valores y normas, y no sólo como una variable o un conjunto de roles. Las relaciones de género muchas veces se conciben como relaciones de poder y autoridad entre hombres y mujeres, y que comúnmente implican la subordinación de algún género. El sistema de dominación patriarcal se establece sobre la diferencia sexual, lo que lleva a los mecanismos de desigualdad, que se juegan de una manera especial en la sexualidad y en las relaciones de intimidad, provocando, en ocasiones, silencio y violencia. Silencio, para manifestar libremente sus deseos y necesidades; violencia al ejercer los mandatos culturales de poder y autoridad en las relaciones de género y, especialmente, en los aspectos relacionados con la sexualidad (Di Marco, 2005).

Como lo plasman Sánchez, Morales, Carreño, y Martínez (2005) la insatisfacción en la pareja por la distancia entre lo que se espera y lo que realmente se tiene del otro, a partir del desempeño de los roles de género de cada uno. Cada persona vive a su manera su sexualidad, y las expectativas que se tienen a ocasiones se ven frenadas por la incapacidad de expresar su sexualidad (Nin, 2011).

Es importante comprender que la educación de la sexualidad representa importantes beneficios. Se mejora la comunicación en la familia y su solidaridad, se reflexiona acerca de la pareja que se busca, se distinguen las creencias religiosas de sus actitudes sobre la sexualidad. Durante el noviazgo se habla más acerca de sus sentimientos y de sus proyectos. Se mejora la comunicación sobre el cuerpo y las decisiones sexuales, se toma conciencia sobre el cuidado de su cuerpo y la responsabilidad de la vida sexual. Para poder vivir una sexualidad plena y adecuada a nuestras etapas de desarrollo,

es necesario tener una educación sexual, de modo que sea posible tratar estos temas, hablar y negociar con otros nuestro punto de vista.

2.4. Comunicación

La comunicación requiere como mínimo dos interlocutores: el emisor, que es quien envía un mensaje y del que parte la información, y el receptor, que decodifica e interpreta el mensaje recibido. Para que se dé la comunicación existen diversas expresiones: el llanto, las vocalizaciones, el lenguaje, las expresiones corporales, los gestos, el silencio, los sonidos, el tono de voz, así como el dibujo, la pintura, el juego, la escultura, la música, la escritura, etc. Los lenguajes verbal y no verbal de un emisor pueden ser congruentes o contradictorios, lo que hace muy compleja la comunicación. Es un proceso continuo que permite expresar necesidades, deseos, sentimientos, etc., así como entender e interactuar con los demás mediante los mensajes que se envían y se reciben (Aguilar et al., 2013).

Las competencias comunicativas son aquellas habilidades necesarias para establecer un diálogo constructivo con las otras personas. Por ejemplo la capacidad para escuchar atentamente los argumentos ajenos y para comprenderlo, a pesar de no compartirlo. O la capacidad para poder expresar asertivamente, es decir, con claridad, firmeza y sin agresión, los propios puntos de vista (Mosquera y Nieto, 2008).

Se habla de comunicación porque el hablar de asertividad sexual implica la comunicación y negociación de nuestra sexualidad, más allá de relacionarla con la genitalidad, ésta habilidad de comunicación debería ser tan amplia como lo es la sexualidad misma.

Existen tres tipos de formas de comunicación; pasiva, agresiva y asertiva:

La comunicación pasiva se caracteriza por la falta de expresión de pensamientos o sentimientos, que pueden manifestarse tímidamente y lleva a la persona a dejar manipularse ante los demás y permitir que amenacen sus propios deseos. La comunicación agresiva pretende hacer valer lo propio,

imponiendo o no considerando el respeto por los demás, la persona tiende a exaltarse. Estos dos tipos de comunicación, producen problemas en las relaciones sociales de la persona, ya sea por su agresividad o su falta de expresión ante las situaciones, en ciertos casos son personas rechazadas socialmente (Millán, Contreras, Franco y Rodríguez, 2001). Sin embargo la comunicación asertiva, tiene como objetivo fundamental el mejoramiento de las relaciones interpersonales, de manera que se expresen los pensamientos y sentimientos actuando de acuerdo a la opinión propia sin dañar al otro, dentro de cualquier ámbito; escolar, laboral, en la relación de pareja, al desarrollo de habilidades personales, en la perspectiva de género, etc, (Mosquera y Nieto, 2008).

2.5. Asertividad

El manejo de la asertividad es necesario para el establecimiento adecuado de las relaciones humanas en sus diversas modalidades, es importante ver cómo todo esto repercute o favorece la relación de pareja.

Los orígenes de la palabra asertividad, se encuentran en el latín *asserere* o *assertum* que significa afirmar o defender (Gaeta y Galvanovskis, 2009) es con base en esta concepción que el término adquiere un significado de afirmación de la propia personalidad, confianza en sí mismo, autoestima, aplomo y comunicación segura y eficiente (Rodríguez y Serralde, 1991).

La asertividad es definida por Jakubowski y Lange (1978; Millán et al., 2001) como aquella conducta que hace valer nuestros derechos, expresando en forma directa lo que uno cree, siente y quiere de manera honesta y apropiada, respetando los derechos de la otra persona. Mosquera y Nieto (2008) la describen como la capacidad que tiene el ser humano para expresar sus pensamientos y sentimientos, que pueden ser acordes o no con los de los demás; de forma que no sean vulnerados sus derechos ni los derechos de los otros. Actuar asertivamente significa tener la habilidad para transmitir y recibir los mensajes, sentimientos, creencias u opiniones propias o de los demás de una manera profundamente respetuosa, y tiene como meta fundamental lograr

una comunicación satisfactoria hasta donde el proceso de la relación humana lo haga necesario.

Para comprender este estilo de comunicación, es preciso analizar y reflexionar sobre los derechos asertivos que toda persona tiene en virtud de su existencia como ser humano ya que, en las relaciones sociales, ninguna persona tiene privilegios sobre la otra. Todas las personas, sin excepción, tenemos una serie de derechos personales e interpersonales que han de respetarse en las relaciones. El concepto de respeto personal alude a la necesidad de que en la convivencia se exija ser respetado, ser bien tratado por los demás, pero también que se aprenda a respetar y tratar bien a las personas y a tener sus derechos en cuenta.

Los derechos asertivos básicos para personas adultas, de acuerdo con Castanyer y Ortega (2001; Monjas, 2004) son:

- Ser tratado/a con respeto y dignidad
- Tener y expresar los propios sentimientos y opiniones
- Ser escuchado/a y tomado/a en serio
- Juzgar mis necesidades, establecer mis prioridades y tomar mis propias decisiones
- Decir “no” sin sentir culpa
- Pedir lo que quiero, dándome cuenta de que también mi interlocutor tienen derecho a decir “no”
- Cambiar
- Cometer errores
- Pedir información y ser informado/a
- Obtener aquello por lo que pagué
- Decidir no ser asertivo/a
- Ser independiente
- Decidir qué hacer con mis propiedades, cuerpo, tiempo, etc. Mientras no se violen los derechos de otras personas
- Tener éxito
- Gozar y disfrutar

- Mi descanso y aislamiento, siendo asertivo/a
- Superarme, aún superando a las y los demás

Los derechos asertivos básicos para niñas, niños y adolescentes mencionados por Smith (1988; Monjas, 2004) son:

- Tienes derecho a ser juez/a de tus propias emociones, pensamiento y comportamiento y eres responsable de la ejecución y de las consecuencias de lo que sientes, piensas y haces.
- No tienes que dar excusas a todo el mundo por lo que haces.
- Si las cosas van mal, no es necesariamente por culpa tuya.
- Puedes cambiar de opinión si te sientes incómodo/a.
- Cuando cometes un error puedes admitirlo sin avergonzarte.
- No tienes obligación de saberlo todo. Puedes decir “No lo sé” sin sentirte mal.
- No tienes por qué ser amigo/a de todos, ni tiene porque gustarte lo que todo el mundo hace.
- No tienes por qué demostrar a nadie que tienes razón.
- No tienes que entenderlo todo y puedes decir “No lo entiendo” sin sentirte mal.
- No es necesario que seas perfecto/a, y no tienes por qué sentirte mal cuando eres simplemente tú.

Los derechos sirven de apoyo para tener presentes nuestros intereses y por lo tanto dar respuestas asertivas a las situaciones; centran nuestras acciones en los logros propios, el respeto a uno mismo y a los demás, de esta manera somos congruentes con lo que pensamos y sentimos.

La mayoría de las personas utilizamos los tres estilos de comunicación, dependiendo de la situación de nuestros intereses o los interlocutores, nos mostramos inhibidos/as, asertivos/as o agresivos/as. Sin embargo, se puede considerar que cada persona utiliza uno de los estilos de forma más habitual y frecuente ya que, a lo largo del desarrollo evolutivo en el proceso de

socialización, se va desarrollando y consolidando, de forma más preponderante, uno de los tres estilos (Monjas, 2004).

Tradicionalmente se ha asociado a la mujer con el estilo de interacción inhibido (pasivas, complacientes, sumisas, dulces, dedicadas a los demás, obedientes, conformistas, etc.) y al hombre con el estilo agresivo (conquistadores, luchadores, dominantes, poderosos, competitivos, etc.) En nuestra sociedad hay mayoría de niñas y mujeres que adoptan el estilo de relación pasivo e inhibido. Con el agravante de que socialmente se considera adecuado que sea así, con lo que tanto la familia y otros agentes de socialización lo promueven y desarrollan: ponen modelos de mujeres sumisas, refuerzan sus conductas de inhibición. En nuestra cultura se considera normal que una niña sea sumisa, de hecho se incita a las niñas a que sean así y se les presentan modelos que se ajustan a este estilo. A los hombres se les enseña el modelo agresivo (“Si eres débil, se aprovecharán de ti”, “hay que ser el mejor”, “hay que llegar alto”).

2.6. Asertividad sexual

Enfocada al ámbito sexual se definiría como, la capacidad de expresar lo que sentimos y pensamos con respecto a nuestra sexualidad, traducido en lo que deseamos hacer, cómo queremos hacerlo, lo que nos causa placer y nuestros límites para poder ejercer nuestra función sexual de manera sana, responsable y placentera. Llevándonos más allá del simple disfrute, ser asertivos sexualmente nos permite concientizar mucho más la sexualidad, darle un significado en nuestras vidas, y hacernos responsables de ella por lo bueno experimentado y por lo malo también, orientándonos siempre en búsqueda de las soluciones adecuadas.

Al aplicar estos derechos asertivos a la sexualidad se genera en primera instancia un autoreconocimiento de sabernos seres sexuales, característica que nos signa desde el nacimiento hasta nuestra muerte, hasta en lo conductual y los roles que ejercemos en la sociedad, se fomenta salud sexual, la búsqueda de felicidad para nosotros mismos y en pareja, enaltecimiento de la autoestima personal, genera autoprotección ante situaciones sexuales no

deseadas y génesis de disfunciones sexuales, exaltación del placer y la satisfacción, permitiendo el bienestar intrapersonal además del interpersonal, etc.

La asertividad se correlaciona altamente con el control que la persona tiene de su ambiente, la satisfacción personal y la disminución de la ansiedad y permite establecer relaciones más sinceras y más íntimas (Yesmont, 1992). Se ha considerado a la asertividad como un elemento crucial en la comunicación efectiva entre una pareja. Para ser asertivos es necesario saber comunicar deseos, aspiraciones, así como lo referente a áreas importantes y prohibidas como lo ha sido la sexualidad.

Bourne (1995; Sánchez et al., 2005) señala la presencia de estilos de comportamiento, donde plantea que la falta de asertividad es similar a la sumisión, pues refiere que este comportamiento significa ceder a las preferencias de alguien más, devaluando los propios derechos y necesidades. La conducta sumisa también incluye la existencia de sentimientos de culpa cuando no se intenta pedir lo que se quiere. El sujeto sumiso no se siente satisfecho, se muestra inseguro y poco aceptado por los otros. Su objetivo es evitar conflictos a toda costa, aunque es común que el sujeto no asertivo o sumiso, termine por presentar conductas explosivas. En el estudio realizado se encontró que las personas asertivas en situaciones cotidianas con la capacidad de poder expresar deseos, creencias, necesidades y opiniones; también como la habilidad del individuo para poder hacer valer sus derechos en diferentes situaciones de la vida cotidiana, están asociadas a una vida sexual satisfactoria.

La educación que normalmente se recibe no nos enseña a comunicarnos adecuadamente, sino al contrario, a reprimir, ocultar, tergiversar los mensajes o a agredir. De acuerdo con Millán, et al., (2001) resulta lógico pensar que toda esta educación recibida con relación al género, tenga consecuencias directas en la conducta asertiva que manifiestan hombres y mujeres al interactuar en la relación de pareja, situación en la que ambos géneros deben tomar decisiones y resolver conflictos juntos.

El pensar en la asertividad y en la construcción de este tipo de comunicación, lleva a pensar en una capacidad de expresión que permita a la persona la libre expresión en el ámbito sexual. La falta de asertividad específicamente con la pareja puede colocar a la persona en distintos riesgos; infecciones de transmisión sexual, embarazos no deseados, de manera que sus derechos sean violados y sus sentimientos o preferencias ignorados. Funciona como un factor de protección frente a la victimización y coerción sexual ya que es una estrategia eficaz en la reducción de avances sexuales no deseados, sin que existan diferencias entre personas desconocidas, citas ocasionales, relaciones de pareja estable o matrimonios. Es por esto que la importancia de la asertividad dentro de la sexualidad humana constituye un hecho relevante y constatado, es un elemento fundamental en el funcionamiento y respuesta sexual, y es sumamente relevante como factor de protección ante conductas sexuales (Santos y Sierra, 2010).

Hay diversos factores que favorecen el funcionamiento sexual, como la autoestima, una imagen corporal positiva o la búsqueda de sensaciones sexuales. Sin embargo es necesario tener presente el papel que juega el sexo de la persona (género) en la asertividad sexual si bien desde una perspectiva de género lo esperable es que las mujeres muestren menos asertividad sexual, pues iniciar interacciones asertivas en situaciones sexuales no es una habilidad que se haya enseñado con frecuencia a las mujeres (Muehlenhard y McCoy, 1991), además Holland, Ramazanoglu, Scott, Sharpe, y Thompson (1990; Santos y Sierra, 2010) mencionan que las mujeres que discuten sus deseos sexuales y toman decisiones basadas en sus propias necesidades corren el riesgo de ser etiquetadas como zorras.

Por lo tanto sentirnos bien con nuestra identidad de género, disfrutar de las relaciones con las personas como seres sexuados, ejercitar la sexualidad de forma serena, equilibrada e intensa es una de las mejores formas de vivir felizmente. Cuando la sexualidad se rompe bajo el miedo, la angustia, la culpa o la perversión se fragua una sensación de infelicidad (Padrón et al., 2009).

Educar no es transmitir un conjunto de nociones, educar es enseñar a actuar, decidir, elegir, informar y formar. Se trata de incidir en comportamientos y en actitudes, priorizando la construcción de actitudes de acción y de comprensión. Es necesario plantear la necesidad de incluir la asertividad sexual en los programas educativos y en intervenciones con poblaciones en situación de riesgo.

Es a través de la identidad de género que se vive la sexualidad, a partir de cómo nos percibimos y cómo percibimos al otro. Las problemáticas sexuales que existen en la pareja son derivadas de la falta de educación sexual principalmente en la familia y otras instituciones, por lo que es necesario que se logre una comunicación asertiva en la pareja, de modo que las personas puedan enfrentar situaciones sobre su sexualidad.

CAPITULO 3 DESARROLLO DE LA ASERTIVIDAD SEXUAL

3.1. Puntos propuestos para el desarrollo de un taller de asertividad sexual

De nuestra cultura provienen creencias, costumbres y prácticas que llevamos a cabo, de ésta se desprenden muchas de las ideas que tenemos de ser hombre y mujer, ideas que llevamos a cada una de las áreas donde nos desenvolvemos, y a través de nuestra construcción de ser hombre o mujer es como nos relacionamos con los otros, sin embargo, muchas de las ideas que hemos formado no son funcionales, es decir, tenemos creencias acerca de nuestro propio género y creencias del otro género que chocan en el momento de relacionarnos, por lo que es necesario visualizar cuáles son las ideas sobre uno mismo y sobre los otros que dificultan nuestras relaciones. Creencias tales del discurso patriarcal (Aguilar et al., 2013). Todas las sociedades estructuran su vida y construyen su cultura en torno a la diferencia sexual. Esta diferencia anatómica se interpreta como una diferencia sustantiva que marcará el destino de las personas.

Por ello, la propuesta está planteada desde la perspectiva de género, con la finalidad de distinguir las características biológicas de las socioculturales, y entender la desigualdad social de hombres y mujeres, comprendiendo que existe la posibilidad de modificar nuestros roles y estereotipos de género. Pues la perspectiva de género implica reconocer la diferencia entre el sexo y las atribuciones, ideas, representaciones y prescripciones sociales que se construyen tomando como referencia la diferencia sexual (género). Se debe aceptar el origen biológico de algunas diferencias entre hombres y mujeres, sin perder de vista que la predisposición biológica no es suficiente por sí misma para provocar un comportamiento. No hay comportamientos o características de personalidad exclusivas de un sexo. Ambos comparten rasgos y conductas humanas (Lamas, 1999).

Considerar a la biología como el origen y razón de las diferencias entre los sexos, sin tomar en cuenta otros aspectos, es un error. Si hace miles de años

las diferencias biológicas, en especial la que se refiere a la maternidad, pudieron haber sido la causa de la división sexual del trabajo que permitió la dominación de un sexo sobre otro al establecer una repartición de ciertas tareas y funciones sociales, hoy esto ya no tiene vigencia. En la actualidad, "es mucho más fácil modificar los hechos de la naturaleza que los de la cultura". Es más fácil librar a la mujer de la necesidad natural de amamantar, que conseguir que el marido se encargue de dar el biberón. La transformación de los hechos socioculturales resulta frecuentemente mucho más ardua que la de los hechos naturales; sin embargo, la ideología asimila lo biológico a lo inmutable y lo sociocultural a lo transformable (Lamas, 2002).

Ambos somos seres humanos, igualmente animales, o igualmente seres de cultura. El problema de asociar a las mujeres con lo "natural" y a los hombres con lo "cultural" es que cuando una mujer no quiere ser madre ni ocuparse de la casa, o cuando quiere ingresar al mundo público, se la tacha de "antinatural" porque "se quiere salir de la esfera de lo natural". En cambio, los hombres se definen por rebasar el estado natural. A nadie le parece raro que el hombre viva en el ámbito público, sin asumir responsabilidades cotidianas en el ámbito doméstico. En cambio, la valoración cultural de las mujeres radica en una supuesta "esencia", vinculada a la capacidad reproductiva.

Una mirada cuidadosa nos muestra la existencia de hombres femeninos, mujeres masculinas, travestis, transexuales, hombres masculinos que aman a hombres, mujeres femeninas que aman a mujeres, una variedad impresionante de posibilidades que combinan, por lo menos, tres elementos: el sexo (hombre o mujer), el género (masculino o femenino según las pautas de una cultura dada), y orientación sexual (heterosexual, homosexual/lésbica o bisexual).

Lo interesante es comprender que muchas de las actividades y los papeles sexuales han sido adjudicados hace miles de años y ahora ya no operan. El tabú se construye a partir de una realidad: la diferente anatomía de hombres y mujeres, pero la valoración cultural es totalmente distinta. Si reflexionamos

sobre lo absurdo de la prohibición social, entonces tal vez, podemos vislumbrar un mundo diferente, sin reglas rígidas de género.

Para alcanzar un desarrollo equilibrado y productivo del país se necesita establecer condiciones de igualdad de trato entre hombres y mujeres, y sobre todo, impulsar una educación igualitaria. Esto requiere comprender las razones y los orígenes de la discriminación. Desarrollar una visión sobre los problemas de la relación hombre/mujer con una perspectiva de género capaz de distinguir correctamente el origen cultural de muchos de éstos, y plantear alternativas sociales como la educación para su resolución (Lamas, 2000).

A través de la perspectiva de género, se comprende la posibilidad de modificar los roles y estereotipos construidos socialmente, y se propone también el desarrollo de la asertividad, a través de la cual podrán conocer los derechos propios y también los que posee el otro, respetando las diferencias que tenemos con los demás, enfocándola en la asertividad sexual (entendiendo sexual tan ampliamente como lo es la palabra sexualidad).

La asertividad y la perspectiva de género son indispensables en la propuesta, pues se complementan, por un lado la perspectiva de género promueve el respeto al otro, a las diversas construcciones y sobre todo el conocimiento personal, a través del entendimiento de la construcción personal dirigida por nuestra cultura (impregnada por creencias y expectativas respecto al género), por otro lado, la asertividad también plantea el conocimiento de uno mismo y la firmeza al transmitirlo a las demás personas, ante cualquier situación y respetando también a la otra persona, sus intereses y sus creencias.

Es a través de los siguientes puntos que se propone desarrollar un taller de asertividad sexual, adquiriendo a su vez los conocimientos sobre perspectiva de género.

Para comenzar la estructura de un taller específicamente de asertividad sexual, es recomendable iniciar con un módulo sobre la perspectiva de género, con el

objetivo de introducir a los participantes en el tema y sensibilizarlos hacia estas cuestiones, abordando temas como: qué es la perspectiva de género, la diferencia entre sexo y género, la construcción del género, sexualidad, identidad, creencias y estereotipos de género, etc. Temas que fueron abordados en el primer capítulo con la finalidad de entender el trasfondo de la construcción de las personas y de nosotros mismos. Esto permitirá que nos reconozcamos como personas diferentes, entendiendo cómo ha sido nuestra construcción y condición de hombres o mujeres, debida a diversos factores como el tipo de educación (principalmente patriarcal), el tiempo, la cultura, etc. Dará la pauta al participante para reflexionar acerca de las diferencias entre las personas y dará la oportunidad de reconocerse como persona única. Una vez que los participantes puedan reconocer, comprender y sobre todo respetar las diferencias con los otros, será posible enfocarlo hacia su pareja (si es el caso).

Posterior al módulo de perspectiva de género se puede realizar otro sobre comunicación, como primera actividad a realizar se debe revisar qué es la comunicación, revisar los elementos necesarios para comunicarse, de modo que sepan qué es lo que se pone en juego en el momento de transmitir algo al otro, también se deberán revisar cuáles son los estilos de comunicación, que son: pasiva, asertiva y agresiva, ejemplificando cada una de ellas a través de ejercicios y actividades que dejen en claro el tipo de comunicación, se pueden realizar actividades como enunciar frases o situaciones al azar, de manera que las personas identifiquen el estilo del que se trata. Con la finalidad de que tengan claridad sobre el tema y posteriormente se pueda abordar la asertividad. Ésta es considerada una habilidad social, por lo que será necesario revisar lo que es una habilidad social y concretar en la asertividad, dando la introducción a la comunicación asertiva y explicando las razones por las que este estilo de comunicación es una habilidad, cuáles son sus beneficios para el participante y para las personas con las que interactúan o se comunican.

Posteriormente se deberá identificar cuál es el estilo de comunicación propio o que usan con frecuencia, para lograr identificar las limitaciones que se tienen o probablemente las ideas irracionales que existen alrededor de la expresión de

deseos, sentimientos o pensamientos. Para realizar esta actividad se puede resolver de manera personal situaciones problemáticas o incómodas (imaginarias) y posteriormente comentar las resoluciones en grupo para identificar el estilo más común de resolver o negociar la problemática. Es fundamental explicar durante el taller las razones o ventajas de ser asertivos, los beneficios que existen a corto y largo plazo, como lo mencionaba anteriormente existen beneficios para la persona que es asertiva y para las otras personas con las que mantiene una comunicación, sobre todo el bienestar por expresar adecuadamente los sentimientos, deseos y pensamientos.

Una vez que los participantes identifiquen el estilo de comunicación que usan con frecuencia, es posible identificar las razones por las que la persona está comunicándose de esa forma, puede ser a través de una reflexión personal. Es posible orientar al participante a reflexionar con ayuda de la perspectiva de género pues es probable que su estilo de comunicación sea así por la educación que se le dio en su familia, ideas irracionales que posea acerca de expresar sus puntos de vista, y será necesario identificarlas para lograr eliminarlas o simplemente es necesario desarrollar otro tipo de habilidades como la manera de expresarse con el cuerpo, el tono de voz, que también son útiles en la comunicación.

El trabajar la perspectiva de género ayuda a enfocar la asertividad hacia la sexualidad, teniendo claro cuáles son nuestros deseos y pensamientos, cuáles son nuestros objetivos y recordando por supuesto que la sexualidad no se limita a una relación genital sino a todo lo que implica la sexualidad y a partir de esa construcción cómo es que estamos relacionándonos con los otros.

Será útil también identificar aquellas situaciones en las que les cueste más trabajo ser asertivos a los participantes, para trabajar principalmente sobre esas situaciones e ir generalizando la asertividad. Se pueden trabajar a través de juego de roles entre los mismos participantes. Durante el taller de asertividad sexual se deberá explicar algunos de los factores comúnmente

implicados en el origen y mantenimiento de los estilos de comunicación pasivo o agresivo, por ejemplo, se podrían tratar los movimientos corporales, ideas irracionales, el tono de voz, por mencionar algunos.

Después de hablar sobre la importancia de la comunicación asertiva e identificar los principales factores (personales) que mantienen una comunicación no asertiva, será el momento de comenzar el entrenamiento.

Para comenzar con el entrenamiento será necesario que ya sean capaces de identificar frases asertivas, pasivas y agresivas, de modo que los participantes puedan discernir claramente entre los tres tipos de conversaciones, y posteriormente comunicarse durante los ejercicios asertivamente. Una vez identificados los tipos de comunicación es necesario que se refuerce el motivo por el cual deben comunicarse asertivamente, y mostrarles los derechos asertivos puede brindar al participante mayor confianza al momento de comunicarse asertivamente con alguien. En el segundo capítulo se mencionaron algunos derechos asertivos, sin embargo de acuerdo con Sira (2014) los derechos asertivos más útiles o idóneos para trabajar el desarrollo de la asertividad en la sexualidad son los siguientes:

- El derecho a ser tratado con dignidad y respeto.
- El derecho a experimentar y expresar sentimientos.
- El derecho a tener y expresar opiniones y creencias.
- El derecho a decidir qué hacer con mi propio tiempo, cuerpo y propiedad.
- El derecho a cambiar de opinión.
- El derecho a decidir sin presiones.
- El derecho a cometer errores y a ser responsables de ellos.
- El derecho a ser escuchado y tomado en serio.
- El derecho a tener éxito y a fracasar.
- El derecho a decir: “No lo quiero”

Una vez dados los derechos asertivos tal vez sea necesario manejar la reestructuración cognitiva, por lo que se deberá realizar una identificación de los pensamientos irracionales más frecuentes en cada estilo de comportamiento, sobre todo que se puedan identificar en los participantes del taller y posteriormente modificarlos, ya que los pensamientos irracionales no tienen un fundamento real. A partir del conocimiento de los derechos asertivos será más fácil confrontar esas ideas irracionales que impiden ser asertivos a los participantes.

Un punto muy importante en la comunicación asertiva es el lenguaje no verbal adecuado, al expresarnos con la mirada, el tono de voz o la postura. Para el desarrollo adecuado del lenguaje no verbal se podría trabajar frente a un espejo. Aprender a realizar una escucha activa también es primordial, la mayoría de las veces las personas sólo oyen pero no escuchan a la otra, se deberá trabajar con los participantes a través de pláticas, el prestar toda la atención a la persona que habla y darle muestras claras de ello; mirándolo frecuentemente a los ojos, por medio de gestos y expresiones verbales, también será necesario comentar un poco de lo que está entendiendo el escucha para corroborar la información.

Una vez que se tengan estas herramientas, los participantes deben aprender a identificar las manipulaciones de los demás para poder evitarlas, ya que las personas utilizan estrategias para manipular, como hacer sentir culpable al otro o evadir la conversación, al igual que la victimización. Siempre se debe tener claro lo que se desea para no perder de vista el objetivo en una negociación o una plática, pues podría importunar el desarrollo de una comunicación asertiva.

Por último, el taller debe tener un apartado para dar algunas pautas generales del control de la ira y de sensaciones fisiológicas de la ansiedad, ya que a pesar de un entrenamiento con juegos de roles, práctica del participante o planeación de algún diálogo es necesario dar atención a las emociones o sensaciones fisiológicas de manera que las personas sepan cómo pueden trabajarlas o canalizarlas para que no perjudiquen el desarrollo de su comunicación, es muy probable que entre más practiquen la comunicación

asertiva con las personas irá disminuyendo su ansiedad, ira, miedo o cualquier otra emoción aversiva que aparezca en ese momento.

CONCLUSIONES

Somos seres sexuados desde el nacimiento y la educación que se nos da a partir de ese momento, contiene una fuerte carga de expectativas acerca del ser hombre o mujer. Esta educación se da en diversos ámbitos y aunque se ha modificado con el tiempo aún tiene muchos matices patriarcales, por lo que numerosas ideas se siguen produciendo en nosotros hasta el presente.

Esta falta de educación se deriva en diversos problemas en cuanto a sexualidad y que en la actualidad enfrenta la sociedad mexicana, como la desigualdad de género, las relaciones de poder, los problemas de pareja, abortos, enfermedades de transmisión sexual por mencionar algunos.

Partiendo de la necesidad de lograr una conceptualización sobre la sexualidad, donde las personas realicen una construcción continua de la cultura a la que pertenecen y dado que la nuestra es una cultura enmarcada fuertemente por la agresividad y la pasividad es motivo para que se promueva la asertividad por medio de la educación.

A través de un taller de asertividad sexual bajo el enfoque de perspectiva de género se puede lograr la identificación e integración sexual del individuo y capacitarlo para identificar sus propios valores y actitudes que le permitan realizarse y vivir de una manera sana y positiva, consciente y responsable dentro de su cultura, época y sociedad. Promoviendo actitudes responsables, prevención de problemas involucrados con la salud general, sexual, reproductiva, procurando también igualdad de trato y oportunidades para ambos sexos.

El ser personas asertivas, ciudadanos activos y capaces de vivir la sexualidad, contribuye a la formación integral. Con esta propuesta se busca que las relaciones que las personas establezcan en su medio social o específicamente

con sus parejas sean basadas en el respeto por sí mismos y los demás, que en el momento de tomar decisiones no afecten sus derechos, que expresen sus ideas de manera honesta, defendiendo lo que piensan sin exaltarse, sin criticar injustamente, sin hacerles daño, y a la vez permitir que los demás hagan lo mismo ante todo respetando cada uno su lugar y no permitiendo manipulación alguna. La sexualidad debe asumirse como un derecho, de manera informada, responsable y en condiciones de autonomía y equidad, para que pueda expresarse en pareja con seguridad, confianza, respeto y afecto, que las personas se formen en un juego de libre elección; que sean realmente capaces de discernir, de cuidarse, de cuidar al otro, para que conozcan y ejerzan sus derechos, y para que fundamentalmente, no se queden solos con su miedo, incertidumbre y curiosidad.

Entonces, los ejercicios, las acciones, las actividades planeadas y desarrolladas como parte del taller de asertividad sexual incluyen como uno de sus objetivos, el empoderar a los sujetos, contribuyendo a que visibilicen su sujeción a los cánones sociales de la sexualidad, y promoviendo la posibilidad de que lo discutan, lo analicen, lo incorporen, y ejerzan su autonomía haciendo elecciones sobre lo que quieren y pueden hacer con su experiencia sexual. Si hemos ajustado nuestra construcción de género de acuerdo a las modificaciones que ha tenido nuestra cultura a través del tiempo, es posible también resignificar los estereotipos y roles, realizando cambios adecuados a través de la asertividad y teniendo un impacto en la satisfacción de nuestra sexualidad.

El taller puede ser dirigido a diferentes poblaciones, adaptando actividades o dinámicas dependiendo de lo que se quiera lograr en los objetivos específicos, sin embargo la asertividad se debe practicar diariamente para ser personas asertivas en las diversas relaciones que establecemos y en las que constantemente se necesita negociar y dialogar.

Sin embargo me gustaría recalcar que, en la educación que se nos imparte diariamente hay muchas instituciones que realizan un trabajo diario en la

educación con un matiz patriarcal y enfocándonos un poco más en la educación sexual en México se hablaría de una educación escasa, con tabúes y muchas veces mal informada. Si se pretende lograr un cambio en la expresión de nuestros deseos, pensamientos y sentimientos respecto a la sexualidad a un mayor nivel, debemos realizar un trabajo más profundo en la educación que se ha venido realizando durante generaciones en la casa, escuela, en la sociedad, etc.

Por otra parte durante la revisión teórica se encontró mucha información sobre asertividad, talleres y educación sexual, sin embargo poco se ha ahondado en los temas de asertividad sexual y menos desde la sexualidad como una integridad sino no sólo como la relación genital. De acuerdo con la revisión teórica se concluye que la asertividad sexual es un elemento fundamental en el funcionamiento y respuesta en la sexualidad, e impacta de manera relevante en la protección ante conductas sexuales de riesgo.

BIBLIOGRAFÍA

Aguilar, Y., Valdez, J., González, N. y González S. (2013). Los roles de género de los hombres y las mujeres en el México contemporáneo. *Enseñanza e Investigación en psicología*, 18 (2), 207-224.

Alfonso, P. y Aguado, J. Estereotipos y coeducación. Consejo Comarcal del Biezo. Consultado el 13 de febrero del 2013 de http://fongdcam.org/manuales/genero/datos/docs/1_ARTICULOS_Y_DOCUMENTOS_DE_REFERENCIA/D_EDUCACION/Estereotipos_y_Coeducacion.pdf

Amezua, E. (1979). La sexología como ciencia: Esbozo de un enfoque coherente del hecho sexual humano. *Revista de Sexología*, 1, 17-28.

Amuchástegui, A. (2007). *Sucede que me canso de ser hombre: Relatos y reflexiones sobre hombres y masculinidades en México*. México: Colegio de México.

Bandura, A. (1992). Social cognitive theory and social referencing. Social referencing and the social construction of reality in infancy. New York: Plenum Press.

Barragán, F. La construcción del sistema sexo género: del conocimiento cotidiano al conocimiento científico. Consultado el 31 de enero de 2013, de http://www.institutochihuahuensedelamujer.gob.mx/files/DOCUMENTOS/La_construccion_del_sist_Sexo_genero.pdf

Baylina. M. y Salamaña, I. (2006). El lugar del género en geografía rural. *Boletín de la asociación de geógrafos españoles*, 41, 99-112.

Becerra, M. y Melo, O. Identidad sexual y desarrollo de la personalidad. Consultado el 1 de abril del 2013, de

<http://www.waece.org/biblioteca/pdfs/d006.pdf>

Boff, L. y Muraro, R. (2004). Femenino y masculino. Madrid: Trotta.

Cano, G., Bergero, T., Esteva I., Giraldo, F. Gómez M. y Gorneman I. (2004) La construcción de la identidad de género en pacientes transexuales. *Revista de la asociación española de neuropsiquiatra*, 89, 21-30.

Carver, P., Yunger, J. & Perry, D. (2003). Gender identity and adjustment in middle childhood. *Sex Roles*, 49, 95-109.

Checa, S. (2005) *Implicancias del género en la construcción de la sexualidad adolescente. Anales de la educación común*. Buenos Aires: Tercer Siglo.

Colás, P. (2007) La construcción de la identidad de género: Enfoques teóricos para fundamentar la investigación e intervención educativa. *Revista de Investigación Educativa*, 25 (1), 151-166.

Del Olmo, M. (2005) Prejuicios y estereotipos: Un replanteamiento de su uso y utilidad como mecanismos sociales. *Revista de Educación*, 7, 13-23.

Di Marco, G. (2005). *Democratización de las familias*. Buenos Aires: UNICEF.

Díaz-Guerrero, R. (2003). *Bajo las garras de la Cultura*. México: Trillas.

Espinosa, M. La construcción del género desde el ámbito educativo: Una estrategia preventiva. Consultado el 13 de febrero de 2013, de http://www.emakunde.euskadi.net/contenidos/informacion/nahiko_materialak/eu_ponencia/adjuntos/ANGELES%20ESPINOSA%20La%20construcci%C3%B3n%20del%20g%C3%A9nero%20desde%20el%20%C3%A1mbito%20educativo.pdf

Espinosa, M. (s/a) La construcción del género desde el ámbito educativo: Una estrategia preventiva. Consultado el 13 de febrero de 2013, de

http://www.emakunde.euskadi.net/contenidos/informacion/nahiko_materialak/eu_ponencia/adjuntos/ANGELES%20ESPINOSA%20La%20construcci%C3%B3n%20del%20g%C3%A9nero%20desde%20el%20%C3%A1mbito%20educativo.pdf

Fernández, A. (1996). Estereotipos de género en el refranero popular: De la mujer mala te has de guardar y de la buena no fiar. *Política y Cultura*, 006, 43-61.

Festini, E. (2008). *El rol que le corresponde a la mujer en la sociedad es el que determina su educación*. (Tesis). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima.

Fonseca, C. y Quintero, M. (2008). *Temas emergentes en los estudios de género*. México: Porrúa.

Gaeta, L. y Galvanovskis, A. (2009). Asertividad: Una análisis teórico-empírico. *Enseñanza e investigación en psicología*, 14 (2), 403-425.

García, I y Nader F. (2009). Estereotipos masculinos en la relación de pareja. *Enseñanza e investigación en psicología*, 14 (1), 37-45.

García, P. (2005). Identidad de género: Modelos explicativos. *Universidad de Huelva*, 7, 71-81.

Garrido, A., Reyes, A., Torres L. y Ortega, P. (2008). Importancia de las expectativas de pareja en la dinámica familiar. *Enseñanza en Investigación en Psicología*. 13 (2), 231-238.

Giménez, G., (2012). La cultura como identidad y la identidad como cultura. Consultado el 19 de abril de 2013 de

<http://perio.unlp.edu.ar/teorias2/textos/articulos/gimenez.pdf>

Glasman, C. y Norberto, I. (1999). *La cuestión de género en la pareja. Federación de Sociología. El concepto de generación*. México: Dossier.

González, B. (1999). Los estereotipos como de socialización en el género. *Comunicar*, 12, 79-88.

Gorbach, F. (2008). Historia y género en México. En defensa de la teoría. *Relaciones*, 29 (113), 142-161.

Hernández, N., Alberti, M., Núñez, J. y Samaniego, M. (2011). Relaciones de género y satisfacción marital en comunidades rurales de Texcoco, Estado de México. *Revista internacional de ciencias sociales y humanidades*, 21 (1), 39-64.

Herrera, P. (2000). Rol de género y funcionamiento familiar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 16 (6), 568-573.

Hidalgo, (2004) *Identidad de género, posición fraterna y conflictos de pareja*. (Tesis de maestría). Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla. Puebla.

Ilkharacan, P. y Jolly, S. (2007) *Género y sexualidad: Informe general*. Reino Unido: Bridge.

INEGI. (2010). Los hombres y las mujeres en México. Consultado el 20 de febrero del 2013 de

http://www.inegi.org.mx/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/integracion/sociodemografico/mujeresyhombres/2010/MyH_2010.pdf

INMUJERES (2004), El ABC de género en la administración pública, Instituto Nacional de las Mujeres. Consultado el 20 de febrero de 2013, de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100817.pdf

Keijzer, B. (2001). Hasta donde el cuerpo aguante: Género, cuerpo y salud masculina. Consultado el 13 de febrero de 2013 de <http://americalatina genera.org/newsite/images/cdr-documents/publicaciones/hasta donde el cuerpo aguante.pdf>

Kleinman, R., Pérez, N. y Repetto, C. (1992). Varones y mujeres, que se espera, que queremos. *Revista Argentina de Sexualidad Humana*, 6 (1), 57-73.

Lamas, M. (1999). Usos, dificultades y posibilidades de la categoría género. *Papeles de la Población*, 21, 147-178.

Lamas, M. (2000) *El género: La construcción cultural de la diferencia sexual*. PUEG. México: Grupo Editorial Miguel Angel Porrúa.

Lamas, M. (2002). *Cuerpo: Diferencia sexual y género*. México: Taurus.

León, A. (2010). La crianza humanizada. Consultado el 01 de Marzo de 2013 de <http://www.udea.edu.co/portal/page/portal/bibliotecaSedesDependencias/unidadesAcademicas/FacultadMedicina/BibliotecaDiseno/Archivos/PublicacionesMedios/BoletinPrincipioActivo/120 desarrollo Sexual y de identidad de genero en ninos ninos y adolescentes.pdf>

Levy, G., Taylor, M. y Gelman, S. (1995). Traditional and evaluative aspects of flexibility in gender roles, social conventions, moral rules, and physical laws. *Child Development*, 66, 515-531.

Loría, C. (1997). Mujeres y hombres en la escuela y la familia. Estereotipos y perspectiva de género. Guías para talleres breves, SEP/Comisión Nacional de la Mujer, México.

Martín, A. (2006). *Antropología del género: Culturas, mitos y estereotipos sexuales*. Madrid: Cátedra.

Millán, P., Contreras, C., Franco, F. y Rodríguez, G. (2001) La asertividad en las relaciones de pareja entre adolescentes desde la perspectiva de género. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*. 7 (2), 197-228.

Monjas, M. (2004). Ni sumisas ni dominantes. Los estilos de relación interpersonal en la infancia y en la adolescencia. *PAHS*.

Montesinos, R. (2008). Las rutas de la masculinidad. Barcelona: Gedisa.

Moral, J. (2011). Frecuencia de relaciones sexuales en parejas casadas: Diferencias entre hombres y mujeres. *Estudios sobre las culturas contemporáneas*, 17, 45-76.

Mosquera, S. y Nieto, D. (2008). *La asertividad para el desarrollo de la sexualidad y construcción de ciudadanía*. (Tesis). Universidad Tecnológica de Pereira. Pereira.

Muehlenhard, C. & McCoy, M. (1991). Double standard/double bind: The sexual double standard and women's communication about sex. *Psychology of women Quarterly*, 15, 447-461.

Nin, D. (2011). Sexualidad y Asertividad en una relación. Consultado el 17 de enero de 2014 de <http://www.almomento.net/news/1410/ARTICLE/99837/2011-11-12>.

Nehring, D. (2005). Reflexiones sobre la construcción cultural de las relaciones de género en México. *Papeles de Población*, 11, (45), 221-245.

Ojeda, N. (1994). Algunos parámetros para examinar las relaciones de género y sexualidad en el campo de la reproducción. *Frontera norte*, 6, (2) 121-129.

OMS. (2004) *Estrategia de salud reproductiva para acelerar el avance hacia la consecución de los objetivos y las metas internacionales de desarrollo*. Ginebra: OMS. Consultado el 04 de julio de 2013. Disponible en http://www.who.int/reproductive-health/publications/strategy_es.pdf

Padilla, N. y Díaz-Loving, R. (2012). El impacto de la cultura y la familia en la elección de pareja: diferencias entre hombres y mujeres. *Psicología Iberoamericana*, 20 (1), 9-17.

Padrón, M., Fernández, L.; Infante, A. y París, A. (2009). *Libro Blanco sobre Educación Sexual de la provincia de Málaga*. Málaga: Centro de Ediciones de la Diputación de Málaga.

Parra C. Evaluación del conflicto de pareja desde la perspectiva cognoscitiva conductual Consultado el 20 de Febrero de 2013. Disponible en http://www.konradlorenz.edu.co/images/investigaciones/psicologia/evaluacion_pareja.pdf

Pérez, I. (1999). *Conflictos de pareja originados por los roles de género*. (Tesis de Licenciatura), UNAM FESI. México.

Reidl, L. y Valencia, V., Vargas, X. y Sierra, G. (1998). Celos y envidia en la pareja cuando ella trabaja fuera de casa. *La Psicología Social en México*, 7, 170-175.

Robles, A., Martínez, M., Segura, R., Hurtado, M., Arenas, G., Dorantes, M., et al. (2011). *Perspectiva de género: Una visión multidisciplinaria*. México. UNAM, FESI.

Rocha, S. (2000). *Roles de género en los adolescentes y rasgos de masculinidad-feminidad*. (Tesis de Licenciatura). UNAM. México.

Rocha, T., (2009). Desarrollo de la identidad de género desde una perspectiva psico-socio-cultural: Un Recorrido Conceptual. *Interamerican Journal of Psychology*, 43 (2), 250-259.

Rocha, T. y Loving, R., (2005). Cultura de género: la brecha ideológica entre hombres y mujeres. *Anales de Psicología*, 21 (1), 42-49.

Rodríguez, E. y Serralde M. (1991). *Asertividad para negociar*. México: McGraw-Hill.

Sánchez, C., Morales F., Carreño, J. y Martínez, S. (2005). Disfunción sexual femenina su relación con el rol de género y la asertividad. *Perinatología y Reproducción Humana*, 19 (3), 152-160.

Santos, P. y Sierra J. (2010). El papel de la asertividad sexual en la sexualidad humana: Una revisión sistemática. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 10 (3), 553-577.

Serbin, L., Powlishta, K. Y Gulko, J. (1993). The development of sex typing in middle childhood. *Monographs of the society for research in child development*, 58 (2), 1-99.

Sira, M. (2014). Sexología al día. Consultado el 14 de junio del 2014. Disponible en <http://www.revistadominical.com.ve/noticias/firmas/como-ser-assertivo-en-el-sexo.aspx>

Stuart, R. (1980). *Helping Couples Change. A Social Learning Approach to Marital Therapy*. New York: Guilford.

Tobón, J., Pérez, N., Patiño, N. y Rueda, M. (2007) *Representaciones sociales sobre la construcción del rol femenino en mujeres adolescentes en los ámbitos rural y urbano del departamento de antioquia*. Universidad CES. Medellín.

Universidad Autónoma de Madrid. El desarrollo de la identidad sexual y género
Consultado el 28 de noviembre de 2013 de
http://www.uam.es/personal_pdi/psicologia/santayana/temario_desa_social/tema4.pdf

Valenzuela, M. Díaz, A. Jaramillo, R. y Zúñiga, L. (2004). *El enfoque de género, una perspectiva necesaria en la reforma curricular de la educación inicial y preescolar*. Consultado el 13 de febrero de 2013 de
http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100606.pdf

Vázquez, I. y Santos, R. (1997). *La influencia de la interacción padres-hijos en el desarrollo psicológico óptimo en el infante*. (Tesis de Licenciatura). UNAM: México.

Yesmont, G. (1992). The relationships of assertiveness to college students' safer sex behaviors. *Adolescence*, 22 (98), 567-578.