



**UNIVERSIDAD
INSURGENTES**

Plantel Xola

**LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CON
INCORPORACIÓN A LA UNAM CLAVE 3315-25.**

**“LA ASERTIVIDAD EN EL HOMBRE HOMOSEXUAL
CON Y SIN PAREJA”.**

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

CARRETO SORIANO MÓNICA MAGALY.

ASESORA: MTRA. CLAUDIA MÓNICA RAMÍREZ HERNÁNDEZ.

CIUDAD DE MÉXICO

2016.



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. Asertividad	11
1.1 Definición de asertividad.....	13
1.2 Tipos de asertividad.....	22
1.3 Teorías que explican la asertividad.....	37
1.3.1 Teoría del aprendizaje.....	37
1.3.2 Teoría de la psicología del Yo.....	45
1.4 Asertividad y pareja.....	46
CAPÍTULO 2. Homosexualidad	55
2.1 Definición de homosexualidad.....	57
2.2 Perspectiva histórica de la homosexualidad.....	59
2.3 Teorías que explican la homosexualidad.....	71
CAPÍTULO 3. Relación de pareja	81
3.1 Definición de relación de pareja.....	82
3.2 Perspectiva histórica de la relación de pareja.....	89
3.3 Etapas de la pareja.....	92
3.4 La relación de pareja homosexual.....	117
CAPÍTULO 4. Investigación relacionada	123

CAPÍTULO 5. Método	128
5.1 Justificación.....	129
5.2 Planteamiento del problema de investigación.....	129
5.3 Objetivos.....	129
5.4 Hipótesis.....	130
5.5 Variables.....	130
5.6 Definiciones conceptuales.....	130
5.7 Definiciones operacionales.....	131
5.8 Muestra.....	132
5.9 Muestreo.....	132
5.10 Diseño de investigación.....	132
5.11 Tipo de estudio.....	133
5.12 Instrumento.....	133
5.13 Material.....	134
5.14 Procedimiento.....	135
CAPÍTULO 6. Resultados	136
CAPÍTULO 7. Discusión de resultados	146
CAPÍTULO 8. Conclusiones	154
Referencias	160
Anexos	164

RESUMEN

En la presente investigación, se conoció la asertividad que maneja un grupo de hombres homosexuales para determinar si existen diferencias entre los hombres homosexuales que tienen pareja y los hombres homosexuales que no tienen pareja. Dicho constructo fue medido mediante una escala denominada EMA (Escala Multidimensional de Asertividad). De acuerdo a esta escala, los tipos de Asertividad que pueden observarse en un individuo son: Asertividad, Asertividad Indirecta y No Asertividad.

La muestra quedó conformada por 100 hombres homosexuales, 50 de ellos con pareja y los 50 restantes sin pareja. La mayor parte de la muestra estuvo conformada por hombres homosexuales entre 20 y 25 años de edad, los cuales en su mayoría tienen una escolaridad de nivel medio superior y superior. Así mismo, la mayoría de los individuos que conformaron la muestra son empleados.

Los datos que fueron obtenidos se procesaron mediante la aplicación de la prueba T de Student para muestras independientes, la cual demostró que únicamente existen diferencias entre ambos grupos en el factor Asertividad, presentando un mayor grado de Asertividad el grupo conformado por los hombres homosexuales sin pareja. Lo anterior dió a conocer que los hombres homosexuales sin pareja son más asertivos que aquellos que si tienen pareja. No se observaron diferencias para los factores asertividad indirecta y No asertividad.

DESCRIPTORES: Asertividad, homosexualidad, pareja, descripción, comparación.

INTRODUCCIÓN:

De acuerdo a las condiciones sociodemográficas, políticas y psicológicas que caracterizan a la sociedad moderna, es imprescindible abordar el tema de la Asertividad, ya que el desarrollo de ésta nos hace posible conducirnos hacia una vida de respeto y seguridad, tanto para los demás como para uno mismo.

Lo anterior, constituye uno de los pilares fundamentales para la construcción de vínculos estables y duraderos que conformen células sociales sanas, es decir, familias sanas y, por lo tanto, sociedades sanas. Es fundamental conocer aquellos aspectos que entran en juego en la constitución y desarrollo de las relaciones interpersonales incluida, desde luego, la relación de pareja, no solamente formada por individuos heterosexuales sino también por individuos homosexuales. En este punto, es pertinente señalar la importancia que tiene el conocer las diferencias que existen entre las parejas heterosexuales y aquellas conformadas por individuos homosexuales, pues no debe dejarse espacio a la especulación ni a la duda respecto a si existen diferencias entre ambos grupos en términos de su forma de pensar, sentir y actuar, es decir, en términos de la forma en que establecen vínculos, ya sean duraderos o no. De ello dependerá el desarrollo de estrategias psicoprofilácticas o de intervención para promover la salud mental en las relaciones de pareja que formarán parte de nuestro tejido social.

El constructo denominado Asertividad está conformado por muchos atributos y características, es decir, no consiste en una habilidad o destreza únicamente, sino un conjunto interrelacionado de factores que hacen posible desarrollar en un individuo la habilidad social que le permite expresar los pensamientos, sentimientos, aceptar las críticas, dar y recibir cumplidos, iniciar conversaciones y defender los derechos de cada uno, de manera directa, honesta y oportuna, respetándose a sí mismo y a los demás.

Este conjunto de características y habilidades participan en el proceso de formación de relaciones interpersonales que un individuo establece, principalmente en las relaciones muy cercanas como lo son las relaciones de pareja. Si la asertividad no está presente, el modo de interacción entre ambos miembros de la pareja resulta desadaptativo e inconveniente para la formación de lazos bien consolidados, firmes, estables y duraderos, por lo que el pronóstico en este tipo de relaciones es desalentador.

El tema de la Asertividad entonces es muy vasto, por lo que su estudio nos ha permitido identificar varios tipos de Asertividad. El primer tipo corresponde a la Asertividad propiamente dicha, la cual consiste en una habilidad social que le permite a un individuo expresar lo que piensa y siente en forma controlada, aceptar las críticas de los demás, conocerse y aceptarse a sí mismo, defender su propio punto de vista y hacer observaciones pertinentes en forma honesta, respetuosa, equilibrada y oportuna.

Así mismo, existe la denominada Asertividad Indirecta, la cual implica el expresar sentimientos, pensamientos y necesidades bajo el influjo del miedo o mediante la intercesión de terceras personas, también llamados intermediarios, independientemente de qué tipo de intermediarios se trate. Por otra parte, existe la denominada No Asertividad, la cual se refiere a la incapacidad o dificultad para expresar los propios sentimientos, ideas, deseos, frustraciones, éxitos y necesidades, permitiendo a los demás la violación de los derechos propios. Este tipo de personas presentan mayores dificultades para adaptarse al entorno y para establecer relaciones estables y duraderas con los demás, pues se muestran agresivos hacia los demás, o bien, permiten de los demás la agresión y violación de sus propios derechos, por lo cual les es muy difícil “darse su lugar” ante los demás.

Esta investigación pretende conocer las características de los hombres homosexuales en términos de su nivel de asertividad y analizar si existen diferencias en el tipo de asertividad presente en los hombres homosexuales que tienen pareja y aquellos que no la tienen. La homosexualidad, a grandes rasgos, es la preferencia y elección en la relación con un individuo del mismo sexo.

En el caso de los hombres, éstos prefieren a otros hombres para formar una relación de mutuo consentimiento que les permita satisfacer necesidades emocionales, sexuales y sociales. La homosexualidad es, sin duda, un tema muy controvertido y un tanto complejo de expresar para las personas con una preferencia u orientación sexual distinta a la considerada “normal”, es decir, diferente a la preferencia heterosexual. Podríamos sospechar aventuradamente que los hombres homosexuales que tienen pareja son más asertivos que aquellos que no la tienen, pues la relación de pareja exige un manejo más controlado de sí mismo para poder expresar lo que se siente, desea, piensa y quiere, además de respetarse a sí mismo y al otro. Sin embargo, se analizarán las posibles diferencias para llegar a conclusiones más precisas.

Un tema que también forma parte importante de esta investigación es la relación de pareja entre hombres homosexuales. En términos generales, una relación de pareja alude a la relación sostenida por dos personas durante un corto o prolongado tiempo. Las relaciones homosexuales se refieren al vínculo formado por individuos del mismo sexo por motivos muy variados y para fines diversos. Los motivos para establecer una relación de pareja, ya sea homosexual o heterosexual, son múltiples. A decir, algunos de los motivos más frecuentes que podemos encontrar en individuos que forman una relación de pareja son:

- a) Complementariedad.
- b) Vinculación afectiva.
- c) Reciprocidad.
- d) Comunicación.
- e) Compromiso.
- f) Exclusividad.
- g) Objetivos y metas en común.
- h) Sexualidad.
- i) Placer.
- j) Reafirmación de la identidad u orientación sexual.

En todos estos aspectos debe estar presente la Asertividad, la cual permitirá que ambos miembros de la relación de pareja puedan gratificarse y beneficiarse de la mutua interacción en un marco de afectividad e intersubjetividad a través de cada una de las etapas por las que atraviesa. Estas etapas son:

1. Encuentro.
2. Enamoramiento.
3. Compromiso.
4. Luna de miel.
5. Consolidación.

En la presente investigación se buscará conocer si existen diferencias en el tipo de asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja y los hombres homosexuales con pareja, posteriormente se sabrá la asertividad a nivel general en la muestra total.

Este trabajo de investigación se conforma por los siguientes capítulos:

- 1) Asertividad.
- 2) Homosexualidad.
- 3) Relación de Pareja.
- 4) Investigación Relacionada.
- 5) Método.
- 6) Resultados.
- 7) Discusión de Resultados.
- 8) Conclusiones.

El capítulo 1 que aborda el tema de la asertividad, abarca tanto la definición del concepto asertividad como los tipos de asertividad y las teorías que explican la misma, las cuales se dividen en: Teoría del aprendizaje y Teoría de la Psicología del Yo; así mismo, se revisa la relación entre la Asertividad y la interacción entre aquellos individuos que conforman una pareja.

El capítulo 2 que trata el tema de la homosexualidad, trata acerca de la definición de homosexualidad, así como la perspectiva histórica y las teorías que la explican.

El capítulo 3 que habla sobre la relación de pareja, brinda una definición de la misma, su perspectiva histórica, las etapas por las que atraviesa en el proceso de elección y consolidación, así como la conformación de parejas entre hombres homosexuales.

El capítulo 4, el cual hace referencia a la investigación relacionada, recaba algunas investigaciones que reúne los temas abordados en la presente investigación o guardan al menos una aproximación a ellos.

Posteriormente en el capítulo 5, se establecen las bases y criterios en el proceso de la investigación, tales como la justificación, el planteamiento del problema, los objetivos, hipótesis y variables, muestra, muestreo, diseño de investigación, tipo de estudio, instrumento, material y procedimiento realizado para tal fin.

Por último en el capítulo 6, se publican los resultados obtenidos a partir de los instrumentos de investigación aplicados, mismos que se detallan en las figuras y tablas de comparación y descripción de datos.

CAPÍTULO 1.

ASERTIVIDAD



Cualquier interacción entre dos o más personas requiere de habilidades interpersonales que favorecen el contacto social. Si nos sentimos valorados y respetados podremos responder en forma favorable y correcta en cualquiera de los vínculos que supongan la interacción de sí mismos hacia los demás, o como lo refiere (Castanyer, 2004), una serie de convicciones o esquemas mentales que nos hagan sentirnos bien con nosotros mismos.

Las personas que poseen este tipo de habilidades son las llamadas personas asertivas. Por otra parte, las personas que presentan algún problema en su forma de relacionarse, tienen una falta de asertividad. Esto último se puede entender de dos formas: poco asertivas son las personas consideradas tímidas, prestas a sentirse pisadas y no respetadas, pero también lo son los que se sitúan en el polo opuesto: la persona agresiva, que pisa a los demás y no tiene en cuenta las necesidades del otro. Ambos tienen problemas de relación y ambos son considerados, pues, faltas de asertividad, aunque el tratamiento tenga que ser forzosamente diferente en cada caso.

Nadie es puramente agresivo, ni sumiso, ni siquiera asertivo. Las personas tenemos tendencias hacia alguna de estas conductas, más o menos acentuadas, pero no existen los “tipos puros”. Por lo mismo, podemos exhibir algunas de las conductas descritas en ciertas situaciones que nos causan dificultades, mientras que en otras podemos reaccionar de forma completamente diferente. Depende de la problemática de cada uno y de la importancia que tenga ésta para la persona. (Castanyer, 2004).

Este término está conformado por un amplio repertorio de características que operan en forma conjunta en la interacción del individuo con su entorno circundante. La mayoría de los autores coinciden en el hecho de que la asertividad es una habilidad que puede mejorar sustancialmente la calidad de las relaciones sociales, el nivel de adaptación de un individuo al ambiente que le rodea, así como la resolución de conflictos intrapersonales e interpersonales. Cabe destacar que la asertividad

supone un control de sí mismo, ya que un individuo que carece de asertividad suele tener dificultades para tolerar la frustración, la demora, así como para diferenciar los intereses y necesidades propios de los demás.

En este capítulo se intentará abordar el concepto desde la perspectiva de diversos autores, identificando cuáles son los componentes fundamentales de este constructo y los tipos de asertividad que podemos identificar de acuerdo a un amplio repertorio de características.

1.1 Definición de Asertividad:

Existen diversas formas de concebir este término y configurar su definición, ya que la asertividad es un constructo que abarca tanto la expresión congruente de nuestros pensamientos, deseos, sentimientos, necesidades y decisiones, como el respeto por las ideas, vivencias y deseos de los demás.

La asertividad, se va a intentar situarla muy cerca a la autoestima, como una habilidad que está estrechamente ligada al respeto y cariño por uno mismo y, por ende, a los demás. (Castanyer, 2004).

De acuerdo a (Elizondo, 1999), la asertividad se define como la habilidad de expresar tus pensamientos, sentimientos y percepciones, así como de elegir la forma de reaccionar y de hablar por los derechos propios de manera adecuada. El autor señala que lo anterior se hace con la finalidad de elevar la estimación propia y desarrollar la confianza en sí mismo para expresar lo que se cree que es importante para el individuo.

(Dee Galassi, 1979 citado por Elizondo, 1999), afirma que una conducta asertiva envuelve en forma directa la expresión de nuestros sentimientos, preferencias, necesidades u opiniones en la manera en que nosotros nos dirigimos a otras personas, sin forzarlas, menospreciarlas o usarlas como medios. Por su parte, (Adler, 1977 citado en Elizondo, 1999) sostiene que la asertividad se define

como la habilidad de comunicarse y expresar los sentimientos y emociones con confianza y con máxima capacidad.

(Casares, 1993) menciona que dentro de las teorías conductuales, ha nacido el modelo de asertividad, entendiendo a ésta como la expresión congruente de nuestros pensamientos, deseos, derechos, sentimientos, necesidades y decisiones, mediante el aprendizaje para actuar responsablemente, de acuerdo a nuestra vivencia personal y única, respetando también la vivencia de los demás. El mismo autor deja claro que el término asertividad viene del latín *assertus*, el cual se refiere a la acción de “afirmar” o “poner en claro” lo que se dice.

Según (Satir, 1988 citada por Casares, 1993), ser asertivo implica tener una comunicación ideal o balanceada con un interlocutor; conlleva a un trato digno y respetuoso de uno mismo, aceptarse y amarse. La misma autora propone que la asertividad es un modelo de conducta y valores que nos permite tener una interrelación humana justa, satisfactoria, productiva y feliz. Este modelo de conducta puede aprenderse y perfeccionarse, mediante la sustitución de conductas insanas y frustrantes por otras que resulten más sanas y efectivas. Tal cambio implica la habilidad del individuo para defender sus derechos y superar los obstáculos que supone una personalidad temerosa, insegura y auto devaluativa.

Hasta ahora, los autores citados concuerdan en el hecho de que el término asertividad no se refiere a un solo atributo o característica sino a un amplio repertorio de características que operan en forma conjunta en la interacción del individuo con su entorno social. (Adi, 2000) enfatiza que el término asertividad se refiere a la habilidad para manifestar nuestras emociones y pensamientos, facilitando actuar en Pro de nuestros mejores intereses y derechos, sin infringir o negar los de los demás. Por su

parte, (Maggi, 2000) establece que la asertividad se define como la habilidad para comunicar nuestras opiniones, sentimientos o creencias de una manera positiva, directa, honesta y respetuosa.

(Aguilar, 1987), afirma que la asertividad consiste en la habilidad para transmitir y recibir los mensajes de sentimientos, creencias u opiniones propias o de los demás de una manera honesta, oportuna y profundamente respetuosa para el logro de una comunicación satisfactoria en las relaciones humanas.

(Jakubolwsky, 1978 citado en Casares, 1993), sostiene que el término asertividad implica el ser yo mismo, procurando los derechos, las necesidades, decisiones, gustos e intereses propios, pero también siendo sensible a los gustos e intereses de los demás.

Lo anterior deja al descubierto que, para ser asertivo, es indispensable el desarrollo de habilidades emocionales, sociales e interpersonales, tal como lo afirma (Zepeda, 2003), al mencionar que la salud mental depende en gran medida del manejo que el individuo tenga de las emociones, así como de la capacidad de expresar o manifestar sus estados afectivos para dar salida a la tensión que deriva de ellos o eliminar los conflictos que a partir de ellos se desarrollarían. El mismo autor propone que la asertividad consiste en la adecuada manifestación de sí mismo, incluyendo los valores, conductas, actitudes y afectos propios, evitando situaciones en las que se reacciona de forma engañosa, retadora, sumisa, agresiva o hiriente.

Componentes de la conducta asertiva:

De acuerdo a (Aguilar, 1987), existen componentes que conforman la estructura de la conducta asertiva. Estos son:

- a) Respetarse a sí mismo.
- b) Respeto por los demás.

- c) Ser directo.
- d) Ser honesto.
- e) Ser Oportuno.
- f) Control emocional.
- g) Saber decir.
- h) Saber escuchar.
- i) Ser positivo.
- j) Expresión no verbal.

(Elizondo, 1999) propone que el individuo asertivo establece pautas de comunicación mediante el uso efectivo de 3 componentes básicos:

1.- Componente Visual: Constituye la piedra angular en el proceso de comunicación y se destaca por el tipo de contacto, la proxémica o distancia corporal, la expresión facial y la gesticulación que involucra una amplia gama de movimientos. (Elizondo, 1999).

A continuación se describen los elementos que conforman el componente visual:

I. Mirada: Casi todas las interacciones de los seres humanos dependen de miradas recíprocas. La cantidad y tipo de mirada comunican actitudes interpersonales, de tal forma que la conclusión más común que una persona extrae cuando alguien no le mira a los ojos es que ésta nervioso y le falta confianza en sí mismo. Los sujetos asertivos miran más mientras hablan que los sujetos poco asertivos.

De esto se desprende que la utilización asertiva de la mirada como componente no verbal de la comunicación implica una reciprocidad equilibrada entre el emisor y el receptor, variando la fijación de la mirada según se esté hablando (40%) o escuchando (75%). (Castanyer, 2004).

La expresión facial: Juega varios papeles en la interacción social humana:

- ❖ Muestra el estado emocional de una persona, aunque ésta pueda tratar de ocultarlo.
- ❖ Proporciona una información continua sobre si se está comprendiendo el mensaje, si se está sorprendido, de acuerdo, en contra, etcétera, de lo que se está diciendo. Indica actitudes hacia las otras personas.
- ❖ Las emociones alegría, sorpresa, ira, tristeza, miedo, se expresan a través de tres regiones fundamentales de la cara: la frente, cejas, ojos, párpados y la parte inferior de la cara.

La persona asertiva adoptará una expresión facial que esté de acuerdo con el mensaje que quiere transmitir. La persona sumisa, por ejemplo, frecuentemente está “cociendo” por dentro cuando se le da una orden injusta, pero su expresión facial muestra amabilidad. (Castanyer, 2004).

II. Postura Corporal: La posición del cuerpo y de los miembros, la forma cómo se sienta la persona, cómo está de pie y cómo se pasea, refleja las actitudes y conceptos que tienen de sí misma y su ánimo respecto a los demás. Existen varios tipos básicos de posturas:

- ❖ Postura de retirada: suele interpretarse como rechazo, repulsa o frialdad.
- ❖ Postura erecta: indica seguridad, firmeza, pero también puede reflejar orgullo, arrogancia o desprecio.
- ❖ Postura contraída: suele interpretarse como depresión, timidez y abatimiento físico o psíquico.

(Castanyer, 2004).

III. Gestos: Son básicamente culturales. Las manos y, en un grado menor, la cabeza y los pies, pueden producir una amplia variedad de gestos que se usan, bien para amplificar y apoyar la actividad verbal o bien para contradecir, tratando de ocultar los verdaderos sentimientos.

Los gestos asertivos son movimientos desinhibidos. Sugieren franqueza, seguridad en uno mismo y espontaneidad por parte del que habla. (Castanyer, 2004).

2.- Componente Vocal: Se refiere a la forma de decir las cosas, no al contenido de lo que se dice, sino a la manera en que el individuo transmite el mensaje al interlocutor. Existen varios elementos que configuran el componente vocal. A decir, el volumen, la velocidad, el tono y entonación y, por último, el énfasis de lo que se está diciendo. (Elizondo, 1999).

En seguida se describen los elementos del componente vocal:

- ❖ Volumen: en una conversación asertiva, éste tiene que estar en consonancia con el mensaje que se quiere transmitir.
- ❖ Tono: puede ser fundamentalmente agudo o resonante. El tono asertivo debe de ser uniforme y bien modulado, sin intimidar a la otra persona, pero basándose en una seguridad.
- ❖ Fluidez-perturbaciones del habla: excesivas vacilaciones, repeticiones, etc., pueden causar una impresión de inseguridad, inapetencia o ansiedad, dependiendo de cómo lo interprete el interlocutor.
- ❖ Claridad y velocidad: La velocidad no debe ser ni muy lenta ni muy rápida en un contexto comunicativo normal, ya que ambas anomalías pueden distorsionar la comunicación. (Castanyer, 2004).

3.- Componente Verbal: Se refiere a la utilización de enunciados y/o frases completas, claras y coherentes para transmitir en forma exitosa algún mensaje, es decir, que el individuo logre transmitir mediante su lenguaje verbal lo que está intentando comunicar a otro individuo. (Elizondo, 1999).

Así mismo, el habla se emplea para una variedad de propósitos: comunicar ideas, describir sentimientos, razonar, argumentar. Las palabras que se empleen cada vez dependerán de la situación en la que se encuentre la persona, su papel en esa situación y lo que está intentando conseguir. (Castanyer, 2004).

La conversación es el instrumento verbal por excelencia del que nos servimos para transmitir información y mantener unas relaciones sociales adecuadas. Implica un grado de integración compleja entre las señales verbales y las no verbales, tanto emitidas como las recibidas. Elementos importantes de toda conversación son:

- ❖ Duración del habla: la duración del habla está directamente relacionada con la asertividad, la capacidad de enfrentarse a situaciones y el nivel de ansiedad social. En líneas generales, a mayor duración del habla, más asertiva se puede considerar a la persona, si bien, en ocasiones, el hablar durante mucho rato puede ser un indicativo de una excesiva ansiedad.
- ❖ Retroalimentación (feed back): cuando alguien está hablando, necesita información intermitente y regular de cómo están reaccionando los demás, de modo que pueda modificar sus verbalizaciones en función de ello.
- ❖ Preguntas: El no utilizar preguntas puede provocar cortes en la conversación y una sensación de desinterés. (Castanyer, 2004).

Una retroalimentación asertiva consistirá en un intercambio mutuo de señales de atención y comprensión, dependiendo, claro está, del tema de conversación y de los propósitos de la misma.

(Casares, 1993) establece que la asertividad es un modelo de desarrollo que puede contribuir al crecimiento personal del ser humano, así como a la realización plena de la persona y la autovaloración. Así mismo, señala diez principios relacionados a este concepto. A decir:

1. La asertividad es un modelo de conducta y valores que nos permite tener una interrelación humana justa, satisfactoria, productiva y feliz.

2. La conducta asertiva puede aprenderse y mejorarse siempre como un requisito del crecimiento personal.
3. La asertividad significa la oportunidad de cambiar y/o substituir conductas más sanas y efectivas por otras que son insanas y frustrantes.
4. Las conductas asertivas siempre promueven y enfatizan sentimientos de respeto, autovaloración y justicia para uno mismo y para los demás.
5. Las conductas tímidas, devaluadas e inhibidas siempre dejan insatisfechas las interacciones humanas, tanto con el mundo, como en las personas y grupos.
6. Los comportamientos hostiles, agresivos, prepotentes y vanidosos siempre dejan heridas, temores, insatisfacciones y cuentas pendientes.
7. Sentir no es suficiente dentro de la filosofía y práctica de la asertividad, el principio es que deben expresarse nuestros sentimientos de manera adecuada, sana y justa.
8. Ser asertivo es saber defender nuestros derechos, y para ello debemos superar la personalidad temerosa, insegura y aquella que nos hace colocarnos siempre en segundos planos.
9. Ser asertivo es ser más responsable y bondadoso con nosotros mismos y con los demás.
10. Los comportamientos asertivos siempre disminuyen o eliminan los niveles de stress o frustración que a diario vivimos los seres humanos en nuestra dinámica grupal, familiar y de trabajo.

Importantes han sido las aportaciones ya mencionadas, sin embargo faltan otras por agregar al listado. Otras aportaciones a considerar son las de: 1) (Lazarus, 1973 citado en Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2002) define a la conducta asertiva en términos de sus elementos, los cuales se fragmentan en patrones de respuesta especificados y separados: La habilidad de decir “no”, habilidad para pedir favores y hacer demandas, aquella para expresar sentimientos tanto positivos como negativos y la correspondiente a iniciar, continuar y finalizar conversaciones generales. 2) (Alberti & Emmons, 1974 citados en Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2002) consideran que la asertividad es la conducta que permite a un individuo actuar para implantar su propio interés, defenderse por sí mismo sin ansiedad y expresar sus derechos, respetando los ajenos. 3) (Cotler & Guerra, 1976 citados en Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2002) consideran que la asertividad

implica el conocimiento y expresión de deseos, valores, necesidades, expectativas y disgustos de un individuo. 4) (Rich & Schroeder, 1976 citados en Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2002) afirman que la conducta asertiva es la capacidad para buscar, mantener o incrementar el reforzamiento en una situación interpersonal, mediante la expresión de sentimientos o deseos.

5) (Aguilar-Kubli, 1987 citado en Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2002) señala como asertividad el tener la habilidad para transmitir los mensajes de sentimientos, creencias u opiniones tanto propias como de terceros de manera honesta, oportuna y muy respetuosa, cuya meta esencial es lograr comunicarse satisfactoriamente hasta donde sea necesario. En 1988 agregó que el ser asertivo implica actuar bajo la plena convicción de que se tiene el derecho de ser uno mismo y expresar los propios pensamientos y sentimientos, tomando siempre en cuenta los derechos y dignidad de los demás.

1.2 Tipos de Asertividad:

En este apartado se abordarán diversos conceptos de la asertividad desde diferentes puntos de vista y por tanto autores.

De acuerdo a (Casares, 1993), los seres humanos cotidianamente interactúan con los demás mediante un proceso de comunicación en el que pueden manifestar diversas pautas de interacción a través de las siguientes formas de asertividad:

- a) Asertivas.
- b) Pasivas no asertivas.
- c) Hostiles o agresivas.

a) **Asertivas:** En las personas que interactúan en forma asertiva se defienden los propios derechos fundamentales, promueven la dignidad en los dialogantes; se es capaz de integrar, sublimar o efectuar transacciones que lleven a conseguir objetivos de mayor trascendencia y mediatez. Este tipo de personas enfrenta las situaciones con un enfoque en el que pueden interactuar de manera independiente o interdependiente. Expresan sus ideas y emociones, su actitud suele ser honesta y responsable de la conducta propia y del otro.

Escuchan atentamente a las formas verbales y no verbales y suelen ser cálidos y relajados. Su tono de voz es modulado, claro y tranquilo, manteniendo siempre un buen contacto visual. Su mirada suele expresar fuerza y firmeza, más no, agresión y hostilidad. La persona asertiva puede adoptar diversas posturas, según lo requiera la situación presente, por lo que puede mostrarse bueno, afable y amable, o bien, puede mostrarse hostil, agresivo y duro.

b) **Pasivas no asertivas:** En las personas que interactúan en forma pasiva no asertiva, por el contrario actúa en perjuicio de su propio yo, es decir, permite que violen sus derechos, satisface necesidades de terceras personas en exceso y espera a que otros adivinen sus necesidades en vez de manifestarlas clara y oportunamente, lo cual con el tiempo va minando su estima y autoconfianza. Este tipo de personas se caracteriza por sentimientos y sensaciones autorregresivas como miedo, ansiedad, culpa, depresión, fatiga, minusvalía, inseguridad, ambivalencia, etc. En el lenguaje corporal se puede observar que este tipo de personas tienden a encorvarse, su mirada suele ser baja y, en ocasiones, de tristeza.

c) **Hostiles o agresivas:** Las personas que interactúan en forma hostil o agresiva se muestran insensibles a las necesidades de los demás; manteniendo una permanente postura de dominio, manipulación y humillación. Este tipo de personas suele culpar a otros antes que aceptar la propia culpa acerca de sus actos, llegando a burlarse de los demás y a adoptar una actitud de superioridad, presunción, poder o reto. Los sentimientos de miedo, culpa y dolor son sustituidos y compensados

por sentimientos de enojo, ira y odio. El tono de voz suele ser alto, frío, altanero o de desprecio. En el lenguaje corporal, se observa que suelen ser personas que adoptan posturas rígidas, “hacia adelante” en forma de ataque, irrumpen fácilmente el espacio vital de los demás, pueden ser toscos y su lenguaje verbal puede ser intimidatorio, confrontativo y retador.

(Castanyer, 2004) propone cuatro de las típicas formas erróneas de responder de las personas con problemas de asertividad en una situación concreta de tensión:

1. Bloqueo:

Conducta: ninguna, “quedarse paralizado”.

Pensamiento: a veces, no hay un pensamiento claro, la persona tiene “la mente en blanco”.

Otras, la persona se va enviando automensajes ansiógenos repetitivos: “tengo que decir algo”, “esto cada vez es peor”, “Dios mío, ¿y ahora qué hago?”, etcétera.

Esta conducta permite que el interlocutor, al no disponer de datos, interprete la reacción según sea su estilo de pensamiento.

2. Sobreadaptación:

Conducta: el sujeto responde según crea que es el deseo del otro.

Pensamiento: atención centrada en lo que la otra persona pueda estar esperando: “tengo que sonreírle”, “si le digo mi opinión, se va a enfadar”, “¿Querrá que le dé la razón?”.

3. Ansiedad:

Conducta: tartamudeo, sudor, retorcimiento de manos, movimientos estereotipados, etcétera.

Pensamiento: “me ha pillado”, “¿y ahora qué digo?”, “tengo que justificarme”, etc. La persona se da rápidas instrucciones respecto a cómo comportarse, pero éstas suelen llevar una gran carga de ansiedad. Otras veces, la ansiedad es parte de un bloqueo. En estos casos, la persona no puede pensar nada porque está bloqueada, y generalmente, tampoco emite otra respuesta encaminada a afrontar la situación.

4. Agresividad:

Conducta: elevación de la voz, portazos, insultos, etcétera.

Pensamiento: “ya no aguanto más”, “esto es insoportable”, “tengo que decirle algo como sea”, “a ver si se cree que soy idiota”. Esta conducta, a veces, sigue a la de ansiedad. La persona se siente tan ansiosa, que tiene necesidad de estallar, con la idea, además de tener que salir airoso de la situación.

(Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M.M., 2002) proponen en el instrumento de medición EMA (Escala Multidimensional de Asertividad) la subdivisión de la asertividad en:

- A. Asertividad.
- B. Asertividad indirecta.
- C. No asertividad.

Dicha subdivisión se describirá paulatinamente. Se procederá a definir el concepto de los apartados mencionados, cada uno con sus respectivas características; comenzando así por Asertividad, continuando con Asertividad indirecta, siendo la No asertividad la última en describirse.

Asertividad:

Es la habilidad del individuo para expresar sus limitaciones, sentimientos, opiniones, deseos, derechos, para dar y recibir alabanzas, hacer peticiones y manejar la crítica. (Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2002).

Varios autores han identificado características correspondientes a una persona asertiva. Por su parte, (Elizondo, 1999) propone que algunas de estas características son:

- ❖ Usa el lenguaje de sentimientos.
- ❖ Utiliza el lenguaje de apertura.
- ❖ Recibe y da cumplidos.
- ❖ Emplea lenguaje claro y apropiado.
- ❖ Expresa desacuerdo de manera respetuosa.
- ❖ Pide clarificación.
- ❖ Es persistente.
- ❖ Evita justificar cada opinión.
- ❖ Su orientación en la vida es positiva.
- ❖ Posee alta autoestima.
- ❖ Es dueña de su tiempo y vida.
- ❖ Es congruente con lo que dice y piensa.
- ❖ Reconoce sus áreas fuertes y de oportunidad.
- ❖ Reconoce, acepta y respeta tanto sus derechos básicos como los de los demás. Y
- ❖ Es sensible a distintos contextos y procura responder.

(Rodríguez, 1990 citado en Elizondo, 1999), considera que la conducta asertiva es “cuando una persona posee la habilidad para transmitir y recibir los mensajes de sentimientos, creencias u opiniones de una manera honesta, oportuna y respetuosa”. En cuanto a (Alberti & Emmons, 1986 citados en Elizondo, 1999) ellos señalan que “la asertividad implica comunicarse de tal suerte que estemos en favor de nuestros derechos, pero no pisoteando los derechos de los demás”.

Quizás el ser asertivo conlleve el enfrentar uno que otro obstáculo, por lo que será necesario ejercitar los valores de la tolerancia y perseverancia con el afán de lograr una vida honesta y sana en todos los aspectos.

Según lo señalado por (Fensterheim, 1983 citado en Elizondo, 1999) Los beneficios de ser asertivo son:

- ❖ Desarrollar la capacidad de observar con mayor facilidad cuando se deja de comunicar adecuadamente y determinar una solución.
- ❖ Tener un mejor control de las emociones, evitando así el atropellar el diálogo.
- ❖ Ser más positivo y por tanto lograr que los demás lo sean.
- ❖ Se aprende a escuchar.
- ❖ Uno mismo se respeta.
- ❖ Quedan difuminados los conflictos al impedir que se incrementen los problemas por dialogar a destiempo.
- ❖ Se desarrolla habilidad de comunicación en cualquier escenario.
- ❖ Angustiar por cosas inútiles queda descartado.
- ❖ La manera de actuar es justa y motivante.
- ❖ Se consigue integrarse a un grupo.
- ❖ Las metas trazadas son alcanzadas.

(Bower, Sharon & Bower, Gordon, 1980 citados en Elizondo, 1999) en su libro *Asserting Yourself* identifican cuatro fases para la enseñanza de conductas asertivas. Dichas fases son:

1) Proyectar: En ella se recuerdan y proyectan los momentos donde no se fue asertivo para analizar sus similitudes. Las conductas que brindan apoyo en la identificación de dichos elementos son: quién, cuándo y qué; ¿quién está involucrado?, ¿Cuál es el contexto? Y ¿qué eventos acontecen?

(Roland B. Adler, 1977 citado en Elizondo, 1999) sugiere a todo aquél que desee cambiar, considerar ocho características importantes:

- a) Específico: Identificar lo más claro posible el conflicto.
- b) Realista: Creer alcanzables las metas trazadas.
- c) Positivo: Procurar construir metas que favorezcan la frecuencia de comportamientos deseados.
- d) Frecuencia del comportamiento: Esforzarse en comportarse asertivamente en eventos que ocurren con mayor frecuencia.
- e) Importancia: Realizar cambios en conductas que demanden esfuerzo.

- f) Controlable: Enfocarse en la modificación propia.
- g) Medible: Contabilizar las ocasiones en que se consigue el comportamiento meta. Y
- h) Humanitario: Las metas personales han de ser constructivas, tanto para quien desea el cambio como para sus prójimos.

2) Analizar: El grado de amenaza e incomodidad de todas y cada una de las situaciones es analizada. (Bower, 1980 citado en Elizondo, 1999) propone una clasificación, con la que se determina la magnitud de cada situación que causa incomodidad:

- A. Escena ligeramente amenazante: a) Le causa sentirse un poco mal. b) Ocurre cuando menos una vez al mes. c) Piensa en ello como cada dos semanas.
- B. Escena moderadamente amenazante: a) Le causa incomodidad y frustración. b) Ocurre cuando menos una vez a la semana. c) Piensa en ello cuando menos una vez a la semana.
- C. Escena muy amenazante: a) Le causa sentimiento de hostilidad o impotencia. b) Ocurre casi a diario. c) Piensa en ello diariamente. Es necesario adherir las respuestas a los cuestionamientos básicos: quién, qué, cuándo y por qué.

3) Ver: De manera crítica se analiza el comportamiento para ver las emociones, enunciados negativos y autoimágenes que propicia la no asertividad. Y

4) Hablar: Se elabora un guion, el cual ayudará para la negociación de la resolución del problema y aprender cómo expresarse de manera positiva.

Con base a lo mencionado por (Castanyer, 2004) las personas asertivas conocen sus propios derechos y los defienden, respetando a los demás, es decir, no van a “ganar”, sino a “llegar a un acuerdo”. La misma autora propone algunas características del individuo asertivo. Estas son:

Comportamiento Externo:

- ❖ Habla fluida, segura, sin bloqueos ni muletillas; contacto ocular directo, pero no desafiante; relajación corporal, comodidad postural.

- ❖ Expresión de sentimientos tanto positivos y negativos, defensa sin agresión, honestidad, capacidad de hablar de propios gustos e intereses, capacidad de discrepar abiertamente, capacidad de pedir aclaraciones, decir “no” y saber aceptar errores.

Patrones de Pensamiento:

- ❖ Conocen y creen en unos derechos para sí y para los demás.
- ❖ Sus convicciones son en su mayoría “racionales”.

Sentimientos/ Emociones:

- ❖ Buena autoestima, no se sienten inferiores ni superiores a los demás; satisfacción en las relaciones; respeto por uno mismo.
- ❖ Sensación de control emocional.

También en este caso, la conducta asertiva tendrá unas consecuencias en el entorno y la conducta de los demás:

- ❖ Frenarán o desarmarán a la persona que les ataque.
- ❖ Aclaran equívocos.
- ❖ Los demás se sienten respetados y valorados.
- ❖ La persona asertiva suele ser considerada “buena”, pero no “tonta”.

La persona asertiva:

- ❖ Sabe decir “no” o mostrar su postura hacia algo.
- ❖ Manifiesta su propia postura ante un tema, petición o demanda.
- ❖ Expresa un razonamiento para explicar y/o justificar su postura, sentimientos, petición.
- ❖ Expresa comprensión hacia las posturas, sentimientos, demandas del otro.
- ❖ Sabe pedir favores y reaccionar ante un ataque.
- ❖ Expresa la presencia de un problema que le parezca debe ser modificado (cuando lo hay).
- ❖ Sabe pedir cuando es necesario.
- ❖ Pide clarificaciones si hay algo que no tenga claro.
- ❖ Sabe expresar sentimientos.
- ❖ Expresa gratitud, afecto, admiración.
- ❖ Expresa insatisfacción, dolor, desconcierto.

(Castanyer, 2004) hace mención de varios tipos de respuesta asertiva:

- I. Asertividad positiva: Consiste simplemente en expresar con frases adecuadas y en el momento preciso, algo positivo de otra persona. Esto abarca desde “te sienta bien tu nuevo peinado” hasta “me gustó mucho lo que dijiste el otro día”.
- II. Respuesta asertiva elemental: Las típicas situaciones en las que es necesario utilizar esta forma básica de respuesta asertiva son interrupciones, descalificaciones, desvalorizaciones, etcétera. Siempre que nos sintamos de alguna manera “pisados” por otro u otros y a la más mínima que creamos que no se nos respeta, debemos expresar nuestros derechos sin dejar pasar la situación.
- III. Respuesta asertiva ascendiente (o asertividad escalonada): Cuando la otra persona no se da por aludida ante nuestros intentos de asertividad e intenta una y otra vez ignorarnos a nosotros y nuestros derechos, se hace necesario no achantarnos y ceder terreno “por no insistir”, sino aumentar escalonadamente y con paciencia la firmeza de nuestra respuesta inicial, sin caer por ello en una respuesta agresiva.
- IV. Respuesta asertiva con conocimiento (o asertividad empática): Este tipo de respuesta se suele utilizar cuando, por la razón que sea, nos interesa especialmente que la otra persona no se sienta herida, pero tampoco queremos ser pasados por alto nosotros. Es una buena forma de comenzar a ejercer la asertividad, ya que lo que hacemos es ponernos primero en el lugar del otro “comprendiéndolo” a él y sus razones, para después reivindicar que nosotros también tenemos derechos.
- V. Respuesta asertiva frente a la sumisión o la agresividad: Consiste simplemente, en salirnos del contenido de lo que estamos hablando y reflejar a la otra persona cómo se está comportando y cómo su conducta está frenando una comunicación asertiva.

Asertividad Indirecta:

Es la inhabilidad del individuo para tener enfrentamientos directos, cara a cara, con otras personas en situaciones cotidianas o de trabajo, ya sea con familiares, amigos, jefes o compañeros de trabajo; llevándolo por tanto a expresar sus opiniones, deseos, sentimientos, peticiones, limitaciones personales, realizar peticiones, decir no, dar y recibir alabanzas y manejar crítica, a través de cartas, teléfono u otros medios. (Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2002).

(Rodríguez, 1990 citado en Elizondo, 1999), considera que, aquellas personas que responden de manera pasiva no asertiva, llegan a manifestar lo que desean de manera débil, mostrando suavidad o timidez en demasía, ocultando lo pensado en contenido e intensidad. Existen factores que pueden actuar aisladamente o en unión en el debilitamiento de la fuerza de expresión personal. Algunos de ellos son:

- a) Falta de control emocional.
- b) Predominio de temor y ansiedad.
- c) Inhabilidad para comunicarse.
- d) Desconocimiento de los derechos como persona.

Un individuo autosubvaluado presentará serios problemas para desarrollar su capacidad de liderazgo, entendiendo esto como el moverse a sí mismo, tomando conciencia del propio valor y aptitud para tomar decisiones y, sobre todo, reconocer el impacto de ellas en el entorno.

No asertividad:

Es la inhabilidad del individuo para expresar sus deseos, opiniones, sentimientos, limitaciones, alabanzas, iniciar la interacción con otras personas y manejar la crítica. (Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M.M., 2002).

De acuerdo a (Casares, 1993), la no asertividad se refiere a la incapacidad o dificultad para expresar los propios sentimientos, ideas, deseos, frustraciones, éxitos y necesidades, permitiendo a los demás la violación de los derechos propios.

Por su parte, (Aguilar, 1987) sostiene que la conducta no asertiva es la expresión débil de los propios sentimientos, creencias u opiniones que, al no responder a los requerimientos de la situación interpersonal a la que se enfrenta, permite que se violen los derechos de la persona. Así mismo, la no asertividad implica no comunicarse o hacerlo de manera débil, es decir, con suavidad o timidez, ocultando lo que se piensa en contenido o intensidad y siendo indirecto y poco claro en la transmisión del mensaje.

El mismo autor proporciona algunos ejemplos de conducta no asertiva, tales como:

- ❖ Tener dificultad para rehusar una petición.
- ❖ Dejar que otros abusen de él.
- ❖ No poder expresar con libertad los sentimientos.
- ❖ Sentir miedo al hablar en público.
- ❖ Experimentar culpa al expresar un deseo o incomodidad.
- ❖ Apenarse ante situaciones comunes.
- ❖ Sentirse víctima.
- ❖ Sufrir desmotivación, apatía o depresión.
- ❖ No atreverse a reclamar algo legítimo.
- ❖ Posponer el enfrentamiento de situaciones humanas en donde es necesario aliviar conflictos.
- ❖ Abrumarse ante el exceso de demandas de los demás.
- ❖ Perder fácilmente la espontaneidad.
- ❖ Padecer porque se da más de lo que se recibe.
- ❖ Acumular sentimientos hasta explotar.
- ❖ Dar demasiada importancia al “qué dirán” o a la aprobación de otros.
- ❖ Bloquearse cuando la expresión es necesaria.
- ❖ Hacer muchas cosas que realmente no se desean.
- ❖ Condolerse ante la poca “valía” personal.

- ❖ Exceso de tensión y/o miedo en el intercambio social.
- ❖ No atreverse a dejar una relación interpersonal nociva.
- ❖ Sentirse con responsabilidad ilimitada o tensionado.
- ❖ Condicionar la autoestima personal a la aceptación de otro, aun cuando vaya en perjuicio de uno mismo.
- ❖ Dar más valor a las creencias y convicciones de los demás que a las propias.
- ❖ Experimentar ansiedad en situaciones sociales.
- ❖ Volverse “monedita de oro”.

Con base a (Castanyer, 2004), la persona sumisa o no asertiva no defiende los derechos e intereses personales. Respeto a los demás, pero no a sí mismo. A continuación se mencionan algunas características de la persona sumisa o no asertiva.

Comportamiento Externo:

- ❖ Volumen de voz bajo, habla poco fluida, bloqueos, tartamudeos, vacilaciones, silencios y muletillas.
- ❖ Huida al contacto ocular, mirada baja, cara tensa, dientes apretados o labios temblorosos; manos nerviosas; onicofagia; postura tensa, incomoda.
- ❖ Inseguridad para saber qué hacer y decir.
- ❖ Frecuentes quejas a terceros.

Patrones de Pensamiento:

- ❖ Consideran que así evitan molestar u ofender a los demás. Son personas “sacrificadas”. (“Lo que yo sienta, piense o desee, no importa. Importa lo que tú sientas, pienses o desees”).
- ❖ Su creencia principal es “es necesario ser querido y apreciado por todo el mundo”.
- ❖ Constante sensación de ser incomprendido, manipulado, no tenido en cuenta.

Sentimientos/ Emociones:

- ❖ Importancia, mucha energía mental, poca externa; frecuentes sentimientos de culpabilidad; baja autoestima; deshonestidad emocional (pueden sentirse agresivos, hostiles, etc., pero no lo manifiestan y a veces no lo reconocen ni ante sí mismos); ansiedad; frustración.
- ❖ Las personas sumisas presentan problemas somáticos (es una forma de manifestar las grandes tensiones que sufren por no exteriorizar su opinión ni sus preferencias).

Con base a lo considerado por (Castanyer, 2004) el individuo hostil o agresivo defiende en exceso los derechos e intereses personales, sin tener en cuenta los de los demás: a veces, no los tiene realmente en cuenta, otras, carece de habilidades para afrontar ciertas situaciones. Enseguida se hace mención de algunas de sus características.

Comportamiento Externo:

- ❖ Volumen de voz elevado, a veces: habla poco fluida por ser demasiado precipitada, habla tajante, con interrupciones y utiliza insultos y amenazas.
- ❖ Contacto ocular retador, cara tensa, manos tensas, postura que invade el espacio del otro.
- ❖ Tendencia al contraataque.

Patrones de pensamiento:

- ❖ "Ahora sólo yo importo. Lo que tú pienses o sientas no me interesa".
- ❖ Piensan que si no se comportan de esta forma, son excesivamente vulnerables.
- ❖ Lo sitúan todo en términos de ganar-perder.
- ❖ Pueden darse creencias como: "hay gente mala y vil que merece ser castigada" y/o "es horrible que las cosas no salgan como a mí me gustaría que saliesen".

Emociones/ Sentimientos:

- ❖ Ansiedad creciente.

- ❖ Soledad, sensación de incompreensión, culpa, frustración.
- ❖ Baja autoestima (si no, no se defenderían tanto).
- ❖ Sensación de falta de control.
- ❖ Enfado cada vez más constante y que se extiende a cada vez más personas y situaciones.
- ❖ Honestidad emocional. Expresan lo que sienten y “no engañan a nadie”.

No todas las personas agresivas lo son realmente en su interior: la conducta agresiva y desafiante es muchas veces una defensa por sentirse excesivamente vulnerable ante los “ataques” de los demás o bien es una falta de habilidad para afrontar situaciones tensas. Otras veces sí responde a un patrón de pensamiento rígido o unas convicciones muy radicales (dividir el mundo en buenos y malos), pero son los menos.

Muy común es también el estilo-agresivo: la persona callada y sumisa en su comportamiento externo, pero con grandes dosis de resentimiento en sus pensamientos y creencias. Frecuentemente utilizan la manipulación y el chantaje afectivo para conseguir ser tenidos en cuenta. Obviamente, esto se debe a una falta de habilidad para afrontar las situaciones de otra forma.

1.3 Teorías que explican la asertividad:

En este apartado se abordarán dos teorías que explican la manera en como las funciones yoicas intervienen en los procesos desempeñados en el aparato mental del individuo asertivo, lo que influye para ser o no asertivos y, en caso de estar educando a un niño para la asertividad, como ayudarle a adquirirla o bien mejorarla.

1.3.1 Teoría del aprendizaje:

(Castanyer, 2004), considera que la capacidad de ser asertivo o socialmente competente, no se hereda, no es algo innato e inamovible; sino que se va aprendiendo a lo largo de la vida. Las habilidades sociales sólo se aprenden con la práctica. Los niños van aprendiendo a compartir, a

ceder turno, a cooperar y negociar. Si son así es porque en su familia, en el colegio o con sus amigos están aprendiendo a comportarse agresiva o bondadosamente.

La asertividad, que forma parte de la autoestima, es un escudo, que protegerá al niño de por vida. Independientemente de las técnicas puntuales, hay que mostrar y transmitir en todo momento una actitud de apertura hacia el contacto social.

Es importante enseñar al niño a ser asertivo con compañeros de su edad, como con niños menores, como con el adulto. Hemos de tener en cuenta que el niño tiene una doble tarea: no sólo debe aprender a relacionarse con personas que son iguales que él, sino también con personas superiores, los adultos, a los que debe guardar un respeto y hacer caso, pero frente a los que también puede y debe autoafirmarse.

El niño asertivo con el adulto es amable. Cuando le preguntan, levanta la vista, mira a los ojos y tiene un habla clara. También pide aclaraciones si no entiende y no interrumpe.

Si bajo conducta se entiende: hacer, sentir y pensar, también se aprenderán:

- ❖ Las emociones, como el miedo, la vergüenza, la ira...
- ❖ Las conductas problemáticas como la desobediencia, la agresividad, la timidez etcétera. Un

niño se va desarrollando en estrecha interrelación con el ambiente que le rodea.

(Castanyer, 2004) menciona que todas las personas buscan, por encima de todo, llamar la atención y sentirse valoradas (ser “alguien para los demás”). Desde niños la principal motivación que mueve al individuo por la vida es ésta. En el niño, ser “alguien” para los demás es de vital importancia, ya que en eso se basará su autoestima. Mas delante deberá dejar de estar pendiente de la opinión de los demás para dejar paso a sus propios criterios.

Para conseguir sentirse valorado, el niño utilizará todos los métodos que estén a su alcance, independientemente de su valor moral. Según cómo le responda el ambiente, continuará exhibiendo un comportamiento y abandonará otro.

El que un niño aprenda una conducta u otra y concluya que ésta puede serle más beneficiosa que aquella depende principalmente de tres factores:

- ❖ De lo que ocurra inmediatamente después de exhibir esa conducta (consecuentes),
- ❖ Lo que pase antes (estímulos discriminativos) y
- ❖ Los modelos que tenga el niño para imitar.

Existen dos tipos básicos de consecuencias o reacciones ante una conducta:

- ❖ Refuerzo positivo: El llamado refuerzo positivo es cualquier respuesta agradable que nos llegue del exterior y que nos haga pensar que la conducta que acabamos de emitir es deseable.
- ❖ Castigo: Como castigo entendemos cualquier respuesta no gratificante, desde regaños hasta castigo físico, pasando por el desprecio, la burla, la agresión verbal.

Existen dos tipos de consecuentes, aunque el refuerzo y el castigo sean los principales, para nuestro tema de la asertividad; interesa conocer el llamado refuerzo negativo. Esto significa que la consecuencia que la persona recibe tras su conducta no es algo positivo ni negativo, sino que es el cese de una situación desagradable. Este concepto, algo difícil de entender, es, sin embargo, la explicación a muchas conductas de huida o evitación de situaciones.

¿Cómo se pueden formar, a partir de lo dicho, conductas agresivas, sumisas problemáticas en general? A dicha pregunta (Castanyer, 2004) proporciona un pequeño listado:

- i. Refuerzo de conductas inadecuadas: Si sólo prestamos atención a las conductas inadecuadas y nos callamos las adecuadas, dándolas por hecho, éstas se extinguirán y continuarán las inadecuadas.

- ii. Actitud impaciente: hacer algo que debería de hacer la otra persona, para acelerar el ritmo: en el caso de la asertividad, se trataría de la madre que va a hablar con los “malos” compañeros de su hijo para disuadirles de que le maltraten. El niño jamás aprenderá a defenderse por sí sólo y tendrá la impresión de que tiene que depender de alguien que le ayude.
- iii. Consecuencias contradictorias: Si bien nunca se puede dar una regularidad completa, sí se puede confundir mucho al niño si, por ejemplo, actuamos con él según estemos de humor, o los padres y maestros que no se ponen de acuerdo y cada uno actúa de forma distinta ante mismas situaciones, o si pretendemos que el niño haga una cosa y luego no la hacemos nosotros mismos.
- iv. Los modelos a imitar: Esta conducta imitativa puede ser causante tanto de conductas correctas y socialmente deseables como al revés.

Es importante saber que un niño no imita indiscriminadamente a cualquier adulto o compañero, sino que se tienen que dar una serie de requisitos que hagan que, para ese niño, la persona sea “digna de ser imitada”. Estos son:

- ❖ Que la persona a “imitar” esté recibiendo un refuerzo por su conducta que sea deseable para el niño.
- ❖ Que, por lo que sea, la persona a “imitar” le llame la atención al niño.
- ❖ Que sea un modelo válido para el niño.

(Castanyer, 2004) menciona que hay algunas actitudes generales a tener en cuenta a la hora de educar a un niño para la asertividad. Por supuesto, son normas que no solamente tienen cabida para el tema de la asertividad, sino que cumplen numerosas otras funciones educativas, sobre todo, la de desarrollar la autoestima:

- 1) ¡Cuidado con las proyecciones!: Muchas veces, tendemos a proyectar nuestros propios temores y experiencias negativas en nuestros hijos. El padre del que se han burlado mucho de

pequeño, tenderá a querer “proteger” a su hijo de esta experiencia, insistiéndole en la desconfianza hacia los demás e intentando que se anticipe a los “ataques” de los otros, atacando él antes.

Es difícil, pero hay que intentar de todas las formas que el hijo o alumno no se vea “predestinado” a cumplir las expectativas que tienen sus padres respecto a él, a curar sus frustraciones o cumplir sus esperanzas.

Sí podemos, por supuesto, darle consejos o contarle nuestras experiencias, pero nunca de forma categórica ni estableciendo reglas (“todo el mundo es así”, “nadie te va a ayudar”, “no te fíes de nadie”, etcétera).

- 2) No confundir un error puntual con una característica de la personalidad: Un método muy poderoso para no permitir que se desarrolle la autoestima es tachar al niño de “malo”, “vago” o “desobediente” cuando ha hecho algo mal. En este caso, se está confundiendo una conducta puntual con toda la personalidad del niño. Una persona que desde siempre piense que “es mala” no podrá desarrollar una sana autoestima, porque está convencida de que eso es inamovible y de que no hay nada que hacer con él.

Lo mismo ocurre con un niño que una y otra vez oye que es “cobarde” o “tonto”. Seguramente, además este niño comenzará pronto a actuar según le están diciendo que es, y de forma cada vez más sistemática.

- 3) Asegurarse de que las expectativas que se tienen respecto al niño son razonables y adecuadas a su nivel y edad: Muchas veces se espera que un niño pequeño reaccione de forma mucho más “valiente” ante ataques y regaños de lo que todavía es capaz. Estas expectativas se traducen luego en grandes regaños si el niño no se ha comportado como “debería”. Si a este niño se le tacha de “cobarde” se le recuerda que debe de sentir “vergüenza” ante los demás o se le regaña porque debería de haberse enfrentado a la situación, no se hace más que agravar el problema: el niño tendrá cada vez más ansiedad porque nadie le está explicando realmente cuál es la conducta adecuada y, además no se le deja tiempo para que pueda experimentar otras conductas.

En todo momento, sobre todo si se ve que el niño comienza a tener dificultades de relación, conviene hacerle consciente del tema de sus “derechos”.

Unos padres conscientes de este tema podrían introducir en sus conversaciones diarias, sobre todo si el niño está presente y atento, alusiones a los propios derechos. De esta forma el niño irá incorporando a sus conocimientos el de la existencia de unos derechos que él tiene que respetar, pero que también han de respetarle a él.

La asertividad se puede enseñar de forma directa o indirecta:

- ❖ Forma directa: Se refiere a técnicas concretas a aplicar con un niño que muestra dificultades de asertividad, hablando con él e incluso ensayando situaciones que le causan problema.
- ❖ Forma indirecta: Es todo lo que se puede modificar en el niño sin que éste se dé realmente cuenta, como puede ser reforzarle conductas correctas o hacer de modelo con él.

Cuando se ve que el niño comienza a tener conductas que más adelante le pueden causar problemas, se puede aplicar un programa de “modificación de conducta”. Esto consiste simplemente en estar muy atentos a sus manifestaciones y comportamientos y reforzar, por medio de halagos, atención especial o juegos conjuntos, aquellas conductas que se aproximen a la correcta. De la misma forma, se debería de ignorar sistemáticamente toda expresión de sumisión o agresividad.

Si se hace bien, el niño no tiene por qué darse cuenta conscientemente de que se le está “enseñando” a comportarse de una forma concreta. La labor consiste solamente en hacer consciente al niño de las muestras de capacidad asertiva que pueda dar en un momento.

Una buena idea es reforzar capacidades. Ante una conducta correcta, tiene mucho efecto dirigir el halago hacia la totalidad de la persona.

Se tiene también que darle al niño la oportunidad de mostrar su capacidad, por mínima que ésta nos parezca: hacerle participe en discusiones y enseñarle mediante refuerzos a conversar

correctamente; cuando se vea que tiende a evitar pequeñas situaciones que se sabe puede afrontar, ayudarle a hacerlo, etc.

Por otra parte los halagos hay que dispensarlos con cuidado, ya que el elogio excesivo incomoda a los niños. La cuestión no es pasarse el día entero alabando al niño por cualquier cosa que haga, sino dirigir la atención a lo que se quiere modificar y esperar cualquier mínima manifestación de la conducta correcta para reforzarla. Cuando se vea que una conducta ya está instaurada, se puede pasar a reforzar conductas más difíciles o elaboradas.

Por último, un detalle que muchas veces se escapa es el del lenguaje. A oídos de un niño, es muy diferente escuchar: “no deberías de haber hecho eso” a “la próxima vez hazlo mejor”. Es decir, se debe de reflexionar si se está dirigiendo a los niños de forma positiva y constructiva o negativa y destructiva.

- ❖ Un lenguaje positivo implica expresarse de forma afirmativa y fijarse en lo positivo de una situación o, cuando menos, en cómo puede solucionarse una próxima vez.
- ❖ Un lenguaje negativo hará énfasis en lo erróneo de la situación y caerá en argumentos reiterativos del estilo: “otra vez...”, “siempre haces...”, etcétera.

(Castanyer, 2004) explica que muchos problemas, tanto de adultos como de niños, se mantienen no porque la persona no sea consciente de ellos, sino porque no sabe la forma de combatirlos. Están confundiendo el “qué” con el “como”.

Cuando un niño haya relatado su preocupación respecto a su conducta no asertiva y/ o se haya observado que, efectivamente, tiene bastantes problemas en su relación con los demás, se puede iniciar una especie de “trabajo en equipo” con él. Es decir, aparte de las formas de corrección

indirectas que se describieron antes y que no hay que dejar nunca, se puede hacer consciente al niño de que tiene unas dificultades y que existen unos métodos para mejorarlas.

Para ello, se debe creer que, efectivamente, hay solución y que, además está en manos del niño, con ayuda. Si se da alguno de estos casos, es mejor que el niño acuda con un Psicólogo, que evaluará y tratará el problema de forma mucho más objetiva y racional.

Es importante ofrecer al niño varias alternativas de conducta. Por un lado, esto fomenta su capacidad de decisión, ya que será él el que elija cuál estrategia le gusta más; y por otro lado, si la técnica elegida le falla, siempre podrá contar con otras alternativas.

Es bueno ilustrarle el problema contándole una historia sobre otra persona que vivió situaciones similares, también pasándolo mal. Si se quiere, se puede utilizar un ejemplo propio, ya sea real o inventado, ya que esto le animará mucho más a cambiar.

Por muy efectiva que sea la estrategia elegida, nunca se solucionará el problema del niño de un golpe. Conviene tener presente que siempre hay que ir paso a paso. Ni los padres ni el niño deben de pretender que, de un golpe, el niño se haga asertivo.

Hay que ayudarle a sentirse bien consigo mismo aún en situaciones de derrota porque si no, el niño no querrá volver a repetir la experiencia de afrontamiento ni intentar ninguna otra estrategia. Ante una derrota se puede, por ejemplo, analizar qué puede haber habido de positivo en la actuación, qué se puede haber aprendido para otra vez o, simplemente, resaltar otras buenas cualidades que el niño puede haber mostrado en clase.

En el caso de que el niño muestre su conducta no asertiva delante de nosotros, se le puede hacer consciente del error que está cometiendo e intentar corregirle sobre la marcha, La forma de hacerlo debería de seguir aproximadamente esta fórmula:

- ❖ Descripción de la conducta.
- ❖ Una razón para el cambio.
- ❖ Reconocimiento de los sentimientos del niño.
- ❖ Una formulación clara de lo que se espera del niño.

En general, no se debe rechazar, generalizar, ni insultar y evitar asimismo los silencios y las manifestaciones despreciativas, las amenazas vagas y las violentas: todo ello sólo estanca al niño en su problema.

En cualquier caso, conviene recordar, a modo de conclusión, dos cosas importantes:

- ❖ Todo absolutamente todo lo referido a asertividad es mejorable, ya sea a base de aplicar métodos indirectos de corrección, métodos directos o acudiendo con un psicólogo.
- ❖ La segunda cosa a recordar es que hay que ser paciente con los progresos de un niño. Este puede necesitar un tiempo para conocer un nuevo entorno, por ejemplo, o para saber exactamente cómo debe de comportarse y atreverse a hacerlo.

1.3.2. Teoría de la psicología del Yo:

(Freud, 1940 citado en González Núñez & Rodríguez Cortés, 2002) determina la existencia de funciones relacionadas al Yo, entendiendo a éste como una instancia del aparato mental que se encarga de conciliar las demandas del Ello, las del superyó y las de la realidad. Entre estas funciones se encuentran:

- a) Conciencia y manejo de estímulos externos.
- b) Aprendizaje e influencia del mundo externo para beneficio propio.
- c) Consideración de las circunstancias externas para decidir cuándo satisfacer las pulsiones.

Por su parte, (Ana Freud, 1977 citada en González Núñez & Rodríguez Cortés, 2002) considera como funciones yoicas:

- a) Prueba de realidad interna y externa.
- b) Memoria.
- c) Función sintética.
- d) Control de la motilidad.

Es importante mencionar que todas las funciones del Yo intervienen en los procesos llevados a cabo en el aparato mental de un individuo asertivo, sin embargo, algunas de las funciones deben destacarse por el grado de relevancia que tienen en la asertividad. (González Núñez & Rodríguez Cortés, 2002)

- A. Prueba de realidad.
- B. Juicio de realidad.
- C. Sentido de realidad.
- D. Regulación y Control de pulsiones y afectos.
- E. Relaciones Objetales.
- F. Mecanismos de defensa.
- G. Relación dominio – competencia.

1.4. Asertividad y pareja:

Muchas parejas tienen serios problemas de funcionamiento porque uno o ambos miembros se comportan siguiendo modelos agresivos o sumisos que provocan en el otro respuestas inadecuadas, dando lugar al consiguiente desajuste personal y emocional de uno o ambos.

La comunicación es uno de los pilares fundamentales en los que se apoya la relación de pareja, y por lo tanto, donde más claramente se ponen de manifiesto los comportamientos asertivos o no asertivos. Sorprende ver cuántas parejas carecen de habilidades y estrategias para comunicarse de

forma adecuada y cómo esta carencia de habilidades se interpreta muchas veces como “falta de ganas”. “desmotivaciones”, “incomprensión” etcétera. (Castanyer, 2004).

Un error típico de las parejas es pretender que el otro “adivine” qué nos falta, qué esperamos de él. Se supone que con el amor uno se convierte en clarividente y si no es así, no se está realmente pendiente y enamorado del otro. Pero “con el amor no basta”; hay que comunicarle al otro nuestros deseos, peticiones, demandas de cariño, y hacerlo de forma que lo comprenda y no esperando que lo “sobrentienda” con nuestros gestos y muecas de disgusto.

(Castanyer, 2004) propone algunos principios básicos para lograr una correcta comunicación afectiva con la pareja:

- ❖ Es más apropiado hacer una petición que una demanda.
- ❖ Es mejor hacer preguntas que acusaciones.
- ❖ Al criticar a la otra persona, hablar de lo que hace, no de lo que es.
- ❖ No ir acumulando emociones negativas sin comunicarlas.
- ❖ Discutir los temas de uno en uno.
- ❖ Evitar las generalizaciones.
- ❖ No guiarse por una excesiva sinceridad en la pareja. Algunas cosas deben de pensarse antes de decirse, si las consecuencias no van a ser positivas.
- ❖ La comunicación verbal debe ir acorde con la no verbal.

(Castanyer, 2004) menciona que una persona asertiva desarrollará con una pareja las siguientes habilidades de comunicación:

- 1) Dar gratificaciones: tanto verbales como materiales. Hay que explorar qué es lo que gratifica concretamente a nuestra pareja y no dar por hecho que le gusta “lo que a todo el mundo”.
- 2) Agradecer gratificaciones: a veces se da por supuesto que el otro debe llevar a cabo determinados comportamientos positivos y que no tenemos porqué agradecerse; mostrar

abiertamente que nos alegramos le servirá de refuerzo para repetirlo otra vez y de información para saber que va por buen camino respecto a nosotros.

- 3) Pedir gratificaciones: normalmente, se piensa que no hay que pedir las cosas porque es artificial y que el otro debe de saber lo que queremos y dárselo. Necesitamos saber exactamente qué le gusta a la otra persona para poder dárselo a su gusto, hay que desterrar la idea de que pedir es rebajarnos y comunicar abiertamente qué y cuándo nos gustaría que hiciera la otra persona por nosotros.
- 4) Expresar sentimientos negativos: es necesario que una pareja se comunique sentimientos de tristeza, enojo, malestar, frustración, etcétera., pero haciéndolo de una manera asertiva; para ello hay que:
 - ❖ Expresarlo en el momento y no cuando ya haya pasado el tiempo y el otro no sepa de qué le estamos hablando.
 - ❖ Expresarlo de forma activa, no como víctima (“yo me siento...” en vez de “tú me haces sentir”).
 - ❖ Describir nuestra propia conducta y la del otro sin acusar.
- 5) Empatizar. La capacidad de ponerse en el lugar del otro y ver los problemas desde su punto de vista.
- 6) Intercambiar afecto físico: muy importante y frecuentemente olvidado “al cabo de los años”, ya que se confunde muchas veces con intercambio sexual.
- 7) Enfrentarse a la hostilidad inesperada o al mal humor. La persona asertiva puede reaccionar de dos formas:
 - ❖ Con asertividad repetida: “disco rayado”.
 - ❖ Con asertividad empática: se empieza por empatizar con el otro poniéndose en su lugar, y a continuación se utiliza una frase asertiva que exprese una postura constructiva y firme.

(Castanyer, 2004) dice cómo traduce la persona asertiva en conductas concretas los términos de “aceptación” y “oposición” en la pareja, es decir, cómo comunica al otro sentimientos positivos y negativos.

Aceptación asertiva:

a) Elementos no verbales que deben de comunicarse en cualquier caso:

- ❖ Contacto visual con el interlocutor.
- ❖ Tono emocional cálido y cordial.
- ❖ Volumen de voz audible y clara.
- ❖ Presencia de sonrisas y gestos de acercamiento.

b) Para transmitir el mensaje positivo, se puede seguir este orden:

- ❖ Expresión de elogio/aprecio: conducta verbal de aceptación en respuesta al comportamiento positivo del otro.
- ❖ Expresión de sentimientos positivos: transmitir a la otra persona información sobre los propios sentimientos producidos por la conducta del otro.
- ❖ Conducta positiva recíproca: ofrecimiento de conducta positiva para corresponder a lo que el otro ha hecho.

Oposición asertiva:

a) Elementos no verbales que deben de comunicarse en cualquier caso:

- ❖ Contacto visual con el interlocutor.
- ❖ Tono emocional firme, convincente y apropiado a la situación conflictiva (¡no agresivo!).
- ❖ Volumen de voz audible y clara.
- ❖ Movimientos de manos y brazos sueltos y acompañando la verbalización.

b) Para transmitir el mensaje negativo, se puede seguir este orden:

- ❖ Expresión de entendimiento o expresión del problema: empezar la exposición del problema por comprender el punto de vista del otro o por la descripción del problema o situación conflictiva.
- ❖ Mostrar el desacuerdo: verbalizar que la conducta de la otra persona no nos satisface, pero hacerlo de forma no acusadora, siempre desde la repercusión que la conducta del otro está causando en nosotros.

- ❖ Petición de cambio de conducta o propuesta de solución: no se puede dejar una discusión sin este último punto, ya que si no, la otra persona no sabrá cómo llevar a cabo el cambio de conducta que le estamos pidiendo.

¿Qué hacer cuando alguien nos critica agresivamente? Ya sea justa o injusta la crítica, cuando menos la situación es intimidante, a no ser que estemos muy seguros de nosotros mismos y dominemos buenas estrategias de respuesta.

(Castanyer, 2004) comenta que para aprender este tipo de conductas, es necesario que, previamente, la persona tenga claras una serie de cosas y, en caso de no tenerlas, debería de instaurarlas por medio de una reestructuración cognitiva:

- ❖ La persona tiene que saber interpretar correctamente (objetivamente) una situación en la que le parezca que está siendo criticada.
- ❖ También tiene que evaluar cuándo una crítica está siendo emitida con mala voluntad y cuando se trata de una “crítica constructiva”.
- ❖ El tono de la respuesta a una crítica tiene que ser, pues lo más neutro y aséptico posible.

Las estrategias más comunes que existen para responder a las críticas:

- ❖ Si te parece que la crítica es justificada, pero no deseas continuar hablando sobre el tema. No hay que pedir nunca excesivas disculpas. El dar demasiadas explicaciones es signo de inseguridad. Con una frase explicativa basta.
- ❖ Si quieres convertir al otro en un aliado. ¿Qué crees que deberías hacer? Pide clarificaciones y no admitas respuestas vagas o negativas.
- ❖ En cualquier caso: No permitas que el otro generalice su crítica a otras situaciones o a otras facetas de tu personalidad.

Lo más importante es que, previamente, la persona se “prepare” para la situación teniendo claro qué es lo que quiere, como lo quiere etcétera., y evaluando cuál es el mejor momento para sí mismo y para el otro.

Para mucha gente, tener que llevar a cabo una petición no es nada fácil, respecto a ello (Castanyer, 2004) sugiere algunas de las estrategias que más se utilizan para realizar correctamente peticiones:

- a) Clarifica sobre qué es lo que quieres exactamente, cuál es tu demanda.
- b) Señala el momento y un lugar para discutir el problema que concierne. No esperes a que la situación sea propicia, porque corres el peligro de no considerar nunca “adecuada” la situación.
Si te parece conveniente, anuncia a la persona en cuestión que quieres hablar y decide con ella el momento adecuado.
- c) Al realizar tu petición, ten en cuenta los siguientes pasos:
 - ❖ Caracteriza la situación problema lo más detalladamente posible.
 - ❖ Exprésate por medio de los llamados “mensajes-yo”, es decir presenta en tu demanda tus pensamientos, sentimientos y tus deseos.
 - ❖ Sobre todo, no culpes o ataques a la persona, ya que así sólo obtendrías una respuesta defensiva.
 - ❖ Enfócalo siempre desde tu punto de vista, no interpretes acciones o intenciones de la otra persona.
 - ❖ Limita mediante una o dos frases claras cuál es tu objetivo, se concretó y firme.
 - ❖ Acentúa la posibilidad de que ambos se beneficien si cuentas con la cooperación de la otra persona. Si es necesario, expresa las consecuencias negativas que traerá su falta de cooperación.

(Castanyer, 2004) comenta que el expresar sentimientos y afectos cuesta a muchas más personas de las que se cree y aquél que lo haga estará demostrando que posee realmente una sana autoestima. Muchas veces, el comprobar que estamos comportándonos bien hace que también nos vayamos sintiendo progresivamente mejor con nosotros mismos. La misma autora proporciona algunas pautas para mejorar en dicha cuestión:

- a) Acostúmbrate a formar frases que comiencen por: “quiero”...o “me gusta...”, “no me gusta...”, “me siento”, etcétera. Trata de incluirlas en tu conversación habitual, hasta que ya no te resulte extraño utilizarlas.
- b) Intenta comprobar el significado o los sentimientos que subyacen a los comentarios del otro: “¿Sentías que te criticaba cuando dije...?”.
- c) No dejes pasar situaciones confusas sin clarificarlas. Si algo te ha “mosqueado”, sorprendido, alarmado, etcétera, pide aclaración inmediatamente. Es más fácil expresar tu malestar en el momento que si tienes tiempo para darle vueltas.
- d) Acostúmbrate a utilizar frases reforzantes para el otro. Si algo te ha gustado házselo saber; si le aprecias, intenta comunicárselo. A veces es más difícil expresar frases positivas que negativas.
- e) Como alternativa a estallar en ira ante una controversia, apréndete de memoria esta fórmula:
 - ❖ “Estoy enfadado porque....”
 - ❖ “Me gustaría que....”
- f) Si te cuesta mucho expresar sentimientos, fíjate, mientras lo estés haciendo, en tu conducta externa: cómo modulas la voz, intentando hablar lentamente; cómo respiras (puedes realizar una inspiración profunda antes de comenzar cada frase. Te saldrán más fácilmente las palabras); que postura adoptas y qué haces con tus manos, etcétera. Intenta mantenerte relajado/a.
- g) El fijarte en tu conducta externa hace que no estés tan pendiente de lo que tienes que decir y, a la vez, que lo digas de forma más adecuada.

h) Una buena expresión de los propios sentimientos debería de incluir: tus necesidades, tus deseos, tus derechos y cómo repercuten las distintas situaciones en ti. No debería de incluir excesivos reproches, un deseo de herir y autocompasión. Estas últimas enmascaran tus sentimientos y hacen que la otra persona te entienda mal.

CAPÍTULO 2.

HOMOSEXUALIDAD

Traté de explicarlo de la mejor manera que pude, pero tú sólo cerraste los ojos. No querías escucharme y yo no quise lastimarte. No me quería ir, pero me fui sin que tú me conocieras, más yo si conocí algo de ti.

Lynn Cook.

La homosexualidad es un tema sin duda muy controvertido, mitificado y lleno de prejuicios, con una vasta historia por contar y un todavía largo futuro por modificar.

La homosexualidad, tanto en hombres como en mujeres, es parte de lo que se conoce con el nombre de orientación o preferencia sexual. Existen tres orientaciones sexuales básicas:

- ❖ La heterosexual, que define a una persona que se siente atraída tanto afectiva como eróticamente por gente del otro sexo.
- ❖ La bisexual, que se refiere a los individuos cuya atracción tanto afectiva como erótica es hacia ambos sexos.

- ❖ La homosexual, cuya atracción tanto afectiva como erótica es hacia personas de su mismo sexo. (Riesenfeld, 2010).

Si bien todos los padres desean lo mejor para sus hijos, suelen darse en su mayoría las siguientes reacciones al enterarse de la preferencia sexual de sus hijos:

- ❖ Algunos padres se sienten culpables cuando se enteran de que su hijo no es heterosexual, piensan que su desempeño como padres influyó en la identidad sexual de éste.
- ❖ Otros se cuestionan en cuanto a la manera como educaron a sus hijos y buscan todo tipo de explicaciones, o posiblemente se recriminen.
- ❖ Algunos más piensan que es resultado de su relación de pareja o de familia, o le echan la culpa a los problemas del medio ambiente. (Riesenfeld, 2010).

Los homosexuales pertenecen a familias “modelo”, de divorciados, unidas, que se pelean; en fin vienen de cualquier parte de la Tierra, de diferentes culturas, etnias, religiones, niveles sociales y económicos; pueden ser médicos, maestros, ingenieros, carpinteros, barrenderos, abogados, políticos, o dedicarse a cualquier otra actividad. (Riesenfeld, 2010).

En este capítulo se tocarán los siguientes puntos:

- ❖ Definición.
- ❖ Perspectiva histórica.
- ❖ Variantes.
- ❖ Enfoque epigenético.
- ❖ Perspectiva etnopsicológica en México.

2.1 Definición de homosexualidad:

En dicho apartado se hará mención acerca de los múltiples conceptos existentes acerca de la homosexualidad, por lo que se contará con diversos puntos de vista y por tanto de autores.

Respecto a la definición del término *Homosexualidad*, (Galimberti, 2009) establece que la también denominada inversión se trata de la inclinación del interés sexual hacia individuos pertenecientes al mismo sexo. Al respecto, (González Núñez, 2002) se refiere a este término en relación a la predisposición que tiene un individuo hacia la elección de un objeto del mismo sexo que resulte gratificante sexual y afectivamente. Dicha predisposición ha sido determinada por la identidad psicosexual, así como por todos los demás aspectos que configuran su personalidad.

(Mc Cary, 2000 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007), establece que la homosexualidad es una preferencia acerca de las manifestaciones de la conducta sexual que, en el pasado, fue considerada como una alteración de la personalidad, como una enfermedad mental o como resultado de los distintos mecanismos que influyen en la formación de la individualidad, sin embargo, ahora es considerada como una de las diversas formas que adquiere el comportamiento sexual, tan válida como cualquier otra manera de expresión de la sexualidad humana (Vidal, 2001 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

Hay que saber que la raíz etimológica de la palabra “homosexual” no proviene del término griego homo, que significa hombre; sino del latín homois, que significa igual. El término homosexual carece de género, pues se aplica tanto para hombres como para mujeres. (Álvarez – Gayou Jurgenson & Camacho y López, 2013).

De acuerdo a (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007), el término homosexualidad designa las relaciones entre hombres o mujeres que experimentan una atracción sexual, exclusiva o predominantemente, hacia personas del mismo sexo. El mismo autor sostiene que, desde la perspectiva intersubjetiva, la homosexualidad es conocida como la atracción o preferencia, no solamente sexual y erótica, sino también en lo que respecta a las actitudes, valores, juicios, asignaciones, roles, entre otros, que influye en una interacción interpersonal en las formas de comportamiento.

La homosexualidad es la preferencia que tiene una persona para relacionarse con personas de su mismo género. En este caso, “preferencia” es la inclinación natural, y no en un proceso necesariamente voluntario, de análisis, selección y decisión con una clara tendencia hacia esas mismas personas. (Álvarez – Gayou Jurgenson; Del Río; Mc Cary; Mc Cary & Suárez, 2000).

Cabe mencionar la distinción necesaria entre los términos sexo y género, ya que algunos autores lo manejan como sinónimos, no obstante, existen diferencias muy marcadas entre ambos conceptos, según lo establecido por (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007), el término “Sexo” se refiere a los componentes biológicos, hormonales y cromosómicos visibles, como en el caso de los órganos genitales. Estos componentes son de carácter universal, fijos y están dados desde antes del nacimiento por todo lo heredado a través de la carga genética. Por otra parte, el concepto “Género” agrupa los aspectos sociales, culturales, históricos, axiológicos, antropológicos, simbólicos, así como del lenguaje, los cuales forman parte del mundo psicológico del individuo y que se traducen en las asignaciones a cada sexo.

Por su parte, (Bustos, 1998 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007), asegura que el término Género está formado por una red de creencias, rasgos de personalidad, actitudes, sentimientos, valores, conductas y actividades que diferencian a las mujeres de los hombres como producto de un proceso histórico de construcción social.

2.2 Perspectiva histórica de la homosexualidad:

Es notorio que existe una antigua y extensa historia respecto a este término, la cual ha ido cambiando con el paso del tiempo y de acuerdo a diversos contextos culturales.

Siempre y en todas partes ha existido el comportamiento homosexual, sin embargo la actitud de las diferentes culturas es y ha sido muy diversa, incluso dentro de una misma cultura con el paso del tiempo ha llegado a cambiar radicalmente la manera de considerarla.

(Navarro, 2000) señala que Grecia Antigua fue escenario partícipe de la práctica común y bien considerada entre hombres y entre mujeres, siempre que no fuera practicado de manera exclusiva. El amor homosexual fue tan ensalzado en la Antigua Grecia, que estaba considerado como objetivo filosófico, intelectual y espiritual. (Karlen, 1971 citado en Álvarez – Gayou Jurgenson; et al., 2000). Con ello los jóvenes efebos se veían favorecidos, pues gozaban de gran consideración entre intelectuales y las clases dominantes. (Navarro, 2000).

La civilización árabe de la Edad Media, conoció una magnífica época poética de inspiración pederasta, con una vasta cantidad de anécdotas referentes al tema, de las que es probable darse una idea leyendo “Las mil y una noches”. Los mulás y los censores se opusieron a estas historias de amor entre los hombres, a pesar de eso eran celebradas en todos los estratos sociales, desde califas a portadores, y absolutamente todos tenían el deseo de ser servidos por “chicos de eterna juventud, tan bellos como las perlas” cuando llegasen al paraíso. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2013).

Opuesto a lo antes mencionado, en la República Veneciana la homosexualidad era castigada con penas muy duras, y sin embargo era una práctica tan común entre sus ciudadanos. Un ejemplo más de ello, es la condena a muerte por órdenes del Emperador romano Justiniano a todo aquél que practicara la sodomía, nombrada así la homosexualidad en aquél tiempo (Navarro, 2000), el coito anal, denominado actualmente (Castañeda, 2011). Se hizo evidente que la intolerancia fue más fuerte que la jerarquía de un individuo, pues como último ejemplo, está el caso de Eduardo II último monarca inglés del Medioevo, abiertamente homosexual, quien fue destronado y asesinado.

Por un momento, en los siglos XV y XVI (tiempos del Renacimiento), los homosexuales experimentaron un breve respiro, pues la homosexualidad se expandió en las ciudades renacentistas italianas. En Venecia, a pesar de las leyes aplicadas por la Serenísima República (ahorcando y quemándolos posteriormente, ahogándolos en los canales o condenándolos a prisión perpetua), el gobierno llegó a exhortar a las prostitutas a exhibirse más, con el fin de que los ciudadanos

disminuyeran sus inclinaciones hacia prostitutas masculinos y jóvenes afeminados. (Navarro, 2000) y (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2013).

Fue en el siglo XVII, cuando la homosexualidad comenzó a ser considerada como un delito cometido por “dementes y pecadores”. Lo anterior, desde el punto de vista de la iglesia. A mediados del siglo XVIII los jueces e inquisidores se conformaron con sólo enviar a los homosexuales a prisión para que expiaran sus culpas. Por siglos se vieron forzados a huir, llevar más de una vida, inclusive otros tantos se suicidaron.

A finales del siglo XX la ciencia médica comenzó a interesarse por la homosexualidad, los médicos tenían la idea de que ésta sería la expresión de una androginidad interna, algo de doble sexo. A los homosexuales se les consideraba desviados en los aspectos sexuales, físicos y psíquicos.

La mujer lesbiana era considerada como “hombrada”, es decir, una mujer con actitudes masculinas, vello abundante, con el tono de voz grave y las espaldas anchas. Paulatinamente la medicina se fue acercando a una explicación de la homosexualidad mediante conceptos psicológicos. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2013).

Posteriormente la asociación estadounidense “American Psychiatric Association” (APA) y la “Organización Mundial de la Salud” (OMS) la consideraron como una enfermedad psíquica.

Benkert, un médico húngaro escribió en 1869 una prolija carta abierta al ministro de justicia, en la cual defendía el comportamiento homosexual y con la cual se marcó un estadio en la historia del devenir homosexual.

En 1897 inició la primera organización en pro de la liberación homosexual, ésta se formó en Alemania. Se llamó Comité Científico y Humanitario. Fue fundada por Hirschfeld, médico judío, quien estudió en gran parte la sexualidad y homosexualidad en general. El movimiento se dió a través

de conferencias, congresos y publicaciones; se expandió a Austria, Países Bajos e Inglaterra, principalmente.

Tuvo un carácter reformista, fue sustentado por partidos obreros y, principalmente por August Bebel, líder socialdemócrata alemán y Edward Carpenter, socialista británico. A la llegada de los nazis, los locales del Comité Científico y Humanitario fueron saqueados e incendiados. Los principales líderes que no hallaron exilio fueron detenidos y a la vez acusados de comunistas y enviados marcados con un triángulo rosa a los campos de exterminio donde sufrieron las más crueles experiencias científicas y vejaciones. Se calcula que fueron aproximadamente 250,000 homosexuales exterminados y los que sobrevivieron no han sido indemnizados ni mencionados por el gobierno alemán. El movimiento quedó disuelto entre 1933 y 1935. (Navarro, 2000).

Nueva York, “La Gran Manzana” en 1969 fue escenario del inicio de la Revolución Gay, con lo que se marcó la culminación del movimiento iniciado en mayo de 1968 en Europa; el cual consistió en un segundo movimiento, de carácter revolucionario y reivindicativo de la normalidad. La madrugada del 28 de junio de 1969 una redada policial tuvo lugar en un bar conocido como el Stonewall Inn del barrio neoyorquino de Greenwich Village. Dicho bar, en las décadas 1950 y 1960 fue propiedad de la mafia y servía a una gran diversidad de clientes, pero sobre todo era popular entre las personas marginadas de la comunidad gay.

Las redadas de índole policial eran algo rutinario durante la década de los años 60 en bares gay, sin embargo los agentes de la policía repentinamente perdieron el control de la situación en el Stonewall Inn atrayendo una muchedumbre, ocasionando con esto su revelación. En cuestión de unas cuantas semanas, los residentes del Village de manera rápida se organizaron en grupos de activistas para concentrar esfuerzos con el afán de establecer lugares para que los hombres y mujeres homosexuales pudieran expresar de manera abierta su orientación sexual sin miedo a ser arrestados. Al medio año de los disturbios se habían creado dos organizaciones de activistas gay en Nueva York,

con el fin de realizar protestas de confrontación, y también se fundaron tres periódicos para promover los derechos para los homosexuales. En 1970 tuvieron lugar las primeras marchas del orgullo gay en Nueva York y Los Ángeles, conmemorando el aniversario de los disturbios.

En la década de 1970 aparecieron modos totalmente nuevos y positivos de ver la homosexualidad. Tanto los psicólogos como los sexólogos comenzaron a considerar a la homosexualidad como una variante sexual normal y se genera un interés por su estudio como fenómeno social.

Fue hasta el año 1973 que la prestigiosa asociación estadounidense “American Psychiatric Association” (APA) borró de su lista oficial de enfermedades mentales a la homosexualidad. “Para que una condición mental se considere una alteración psiquiátrica –apuntala tal decisión -, debe producir inestabilidad emocional o asociarse regularmente con una incapacidad generalizada para cumplir con los requerimientos que impone la sociedad; la homosexualidad no llena estos criterios”. Sólo aquellos individuos que entran en conflicto por motivos de preferencia genérica – o más bien aquellos cuyo conflicto es tan intenso que quisieran cambiar su orientación sexual – se consideran alterados y requieren de atención psicológica. (Navarro, 2000) y (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

Históricamente diversos tribunales han puesto oposición a la cuestión de que las personas homosexuales críen niños. Entre las razones aportadas, destaca la que afirma que los padres homosexuales pueden ser mentalmente menos sanos o que están en peligro de ser etiquetados por sus contemporáneos debido a la orientación sexual de sus padres, pero la más relevante es el miedo a que los niños adquieran las preferencias sexuales de sus padres. (Shaffer, 2000).

Septiembre de 1976 fue la fecha en la que el Consejo de Representación de la Asociación Estadounidense de Psicología adoptó la resolución, en la que se hizo la siguiente afirmación: “El sexo, la identidad genérica y la orientación sexual de los padres naturales o de los posibles padres adoptivos no deberá ser criterio esencial en los casos de custodia y ubicación de los menores de edad”.

Ya se encuentra penalizada en algunos países la discriminación hacia los homosexuales; Dinamarca fue el primer país del mundo en reconocer un status jurídico a parejas homosexuales. En la milicia estadounidense se dió un caso de discriminación; el Sargento de la Fuerza Aérea de los Estados Unidos de América Leonard Matlovich se declaró homosexual, lo que llevó a una audiencia de remoción general (menos que honorable) en su contra, pero el jurado que revisó después el caso asignó una remoción honorable y en diciembre de 1978, la Corte de Apelaciones de Estados Unidos de América declaró, en referencia al caso Matlovich, que un militar no puede ser dado de baja por el hecho de ser homosexual, si no existen pruebas específicas y razones apropiadas para hacerlo.

En lo referente a lo laboral, varias compañías han suprimido restricciones para contratar homosexuales declarados, entre ellos la AT & T, NBC, IBM y el Banco de América; una de las corporaciones más grandes del país representada por la empresa Fortune 500, 122, tiene una política de empleo, la cual reconoce de manera abierta la equidad de oportunidades para los homosexuales. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000) y (Navarro, 2000).

Al inicio, el movimiento Lésbico, Gay, Bisexual y Transgénero (LGBT) estuvo muy involucrado con los movimientos y luchas de izquierda. Finalizando junio de 1979 se llevó a cabo la primera manifestación a favor de los derechos de las personas homosexuales, coincidiendo con el décimo aniversario de los disturbios de Stonewall. En dicha manifestación se exigía la libre expresión sexual y se protestaba en contra de la represión social y policial. En el mismo año, Xabier Lizárraga funda “Guerrilla Gay”, la cual permanece vigente. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2013).

La internacional gay ALGI (Asociación Lesbiana y Gaya Internacional), en inglés International Lesbian and Gay Association (ILGA). (Gálvez, 2004) se encuentra conformada por la reunión de organizaciones gayas de todo el mundo. En 1981 consiguió una recomendación del Parlamento de Europa contra la discriminación de los homosexuales como prisioneros de conciencia.

Durante las últimas décadas el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) y el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA) han influido considerablemente sobre la vida de muchos homosexuales; muchos han perdido amigos y parejas a causa de la enfermedad, mientras que otros tantos lo viven en carne propia. Tanto para las personas homosexuales como para la sociedad en general, es de vital importancia aprender a vivir con el VIH y protegerse a sí mismo y a los demás.

A principios de la década de 1990, la movilización homosexual empieza a crear organizaciones y redes de apoyo a personas con VIH-SIDA, ejerciendo presión política para forzar a las instituciones de salud a tomar medidas en contra de la enfermedad.

El 17 de mayo de 1990 la internacional gay ALGI logró que la Organización Mundial de la Salud (OMS) borrara definitivamente a la homosexualidad del Código Internacional de Enfermedades (CIE). (Navarro, 2000) y (Álvarez – Gayou Jurgenson, et al, 2000 y 2013).

En 1992, el nombre de la marcha por el orgullo se cambia por el de Marcha por el orgullo Lésbico, Gay, Bisexual, Travesti, Transexual, Transgénero e Intersexual Poliamoroso (LGBTTTIP),

aludiendo así a una mayor diversidad sexual, colectiva, abierta y merecedora de la cobertura de los medios de comunicación, incluso la televisión abierta. En el mismo año, Patria Jiménez y Gloria Careaga-Pérez fundaron la asociación lésbica “El clóset de Sor Juana”, una de las asociaciones LGTBTTIP de mayor relevancia del país.

El 21 de diciembre del año 2009, la Asamblea Legislativa del Distrito Federal aprobó por mayoría de votos, el establecimiento de la alianza entre individuos del mismo género, incluyendo su derecho a poder adoptar, a partir de la iniciativa presentada por el Partido de la Revolución Democrática (PRD). Esto colocó al Distrito Federal en la única entidad federativa de México y la primera de América Latina en aprobar ese tipo de unión.

Hasta abril del 2012 se efectuaron en el Distrito Federal un total de 1450 matrimonios, de los que 800 correspondían a hombres y 650 a mujeres, 1264 a consortes mexicanos y 186 a foráneos. Entre las nacionalidades principales figuran: Rumania, Irlanda, Austria, Alemania, España, Italia, Francia, Inglaterra, Venezuela, Perú, Brasil, Chile, Colombia, Estados Unidos de América, Canadá, Panamá y Guatemala; cada uno con un promedio de 10.9 matrimonios.

Junio 28 fue declarado Día Mundial de los Gayos y las Lesbianas. El día internacional del orgullo Lésbico, Gay, Bisexual y Transgénero (LGBT) es una celebración en la cual se conmemoran los disturbios de Stonewall Inn suscitados en la ciudad de Nueva York, en Estados Unidos en 1969. (Navarro, 2000), (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2013) y (CONASIDA, 2014).

Como ya se mencionó con anterioridad, si bien se ha dado un avance en la aceptación de la homosexualidad, ésta no ha sido aceptada del todo. Un ejemplo más de ello se da en la mayor parte de Estados Unidos de América, ya que se considera un delito el contacto homosexual y su respectivo castigo va desde una multa hasta la prisión de por vida.

La homosexualidad ha sido considerada, de acuerdo con diversos estudios, como una amenaza de gran magnitud para la sociedad, tanto o más que el aborto, la prostitución o el adulterio. Ha llegado a ocupar el tercer lugar, después de la venta de textos libidinosos y las relaciones sexuales entre adolescentes, en el listado de factores considerados como más dañinos para la sociedad.

Al respecto, bajo el patrocinio del Instituto Nacional de Salud Mental, de Estados Unidos de América, una mesa redonda de catorce integrantes, dirigidos por Evelyn Hooker, doctora de la Universidad de California en Los Ángeles (UCLA), completó una investigación importante en el tema de la homosexualidad. La implicación del informe refiere que se ha perjudicado la salud mental de los homosexuales, al obligarlos a vivir una velada existencia por el temor constante a ser descubiertos, y con el peligro del chantaje. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000).

Los índices de suicidio entre los jóvenes se eleva cada vez más y se calcula que, por cada cinco suicidios, posiblemente tres sean cometidos por homosexuales que, al verse rechazados y discriminados por una condición que no pueden cambiar, optan por el camino de la muerte. (Riesenfeld, 2010).

Por mucho tiempo ha existido la idea de que ser gay es una etapa de la vida. Ser homosexual tiene que ver con una identidad y un sentimiento, no sólo con un periodo de vida. Así como una persona no necesita ser mayor de edad para darse cuenta de que es gay, por la misma razón esto no es algo que se termine con los años.

Es importante entender que la comunidad homosexual no está exigiendo derechos especiales o pidiendo una concesión social extra de la del resto de la gente; tan sólo exige igualdad de derechos y oportunidades. (Riesenfeld, 2010).

La Constitución otorga los mismos derechos y las mismas obligaciones a todos sus ciudadanos por igual, sin importar su religión, sexo, raza o estrato social. Sin embargo, en la práctica no se aplica de

la misma manera: las personas homosexuales tienen las mismas obligaciones más no siempre los mismos derechos.

Esta cultura ha enseñado que la homosexualidad es vergonzosa, muchas familias y amigos han reportado como viven la vergüenza y el miedo de ser asociados con la persona gay que tienen cerca; no quieren hablar del tema, y sienten coraje ante el hecho de que ese miembro de la familia exprese que es homosexual, como si fuera algo deshonroso. Este tipo de sentimientos y actitudes tienen una razón de ser. La gran ignorancia que existe al respecto genera lo que se conoce como homofobia. La homofobia es un sentimiento de miedo y coraje hacia los homosexuales, y se manifiesta día a día con chistes desagradables, comentarios ofensivos y burlas.

Gran parte de los individuos que fueron homofóbicos en algún momento de su vida y descubren ahora que uno de sus seres queridos es gay se sienten culpables y viven vulnerables, la homosexualidad se ve diferente cuando alguien a quien se ama es gay. (Riesenfeld, 2010).

El estudio de la homosexualidad en México es posible dividirlo en tres estadios, los cuales convergen con las tres grandes épocas de la historia mexicana: la época precolombina, el virreinato y la independencia.

En su mayoría, al parecer los mexicas eran tan homofóbicos como los españoles y que otros pueblos indígenas solían ser mucho más tolerantes, al grado de honrar a los berdaches, los “dos espíritus”, como chamanes. Los berdaches, al principio considerados como hermafroditas por los conquistadores españoles, eran hombres que desempeñaban funciones y comportamientos femeninos; sus sociedades no los consideraban como hombres o mujeres, más bien como un tercer sexo, y por lo general tenían funciones espirituales. Los conquistadores los concebían como la parte pasiva de los homosexuales y eran tratados con desprecio y gran crueldad.

Los mayas, por su parte, relativamente fueron tolerantes respecto a la homosexualidad, ellos la consideraban preferible al sexo prematrimonial, por lo cual los nobles conseguían esclavos sexuales para sus hijos. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2013).

Textler, en su libro *Sex and the Conquest*, afirma que algunos de los enemigos conquistados eran convertidos en berdaches por los aztecas, siguiendo la metáfora de que la penetración es muestra de poder. La ley mexicana reprendía la sodomía con la horca, el empalamiento para el homosexual activo, la extracción de las entrañas por el ano para el pasivo y la muerte por garrote para las lesbianas. (Textler, 1987 citado en Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2013).

A pesar del puritanismo de los aztecas o mexicas, las costumbres sexuales de los pueblos dominados por ellos variaban de manera considerable; por ejemplo, Bernal Díaz del Castillo refiere la homosexualidad entre las clases dirigentes, prostitución de jóvenes y travestismo en la región veracruzana. Los yauyos tenían prostíbulos en los que había hombres con la cara pintada y vestidos de mujeres. Por otro lado, los toltecas fueron extremadamente permisivos y tolerantes con respecto a la homosexualidad.

Durante el periodo de la Santa Inquisición, ser homosexual implicaba multas, penitencia, humillación pública y en casos más complicados, latigazos. La primera quema de sodomitas conocida en México fue en 1530, cuando a Caltzontzin se le condenó a morir por idolatría, sacrificio y sodomía.

Tiempo después, la invasión francesa introdujo el código de Napoleón en México, el cual no hace mención de la sodomía, y por lo tanto deja de ser delito. No obstante, en 1871 el nuevo código penal introdujo el “ataque a la moral y las buenas costumbres”, una noción dejada a la interpretación de jueces y policías, con lo que nuevamente se verían afectados los homosexuales.

A finales del siglo XX e inicios del siglo XXI, los homosexuales continúan siendo discretos con su condición sexual, estando muchos en el closet y otros viviendo un secreto a voces. Las clases bajas de la sociedad mexicana mantenían el modelo mediterráneo, en el cual los homosexuales se dividen en activos y pasivos, siendo los primeros “masculinos” y los segundos “afeminados” y “despreciables”; mientras que los homosexuales de clases altas, más cosmopolitas adoptaron el modelo europeo del “dandy” de finales del siglo XIX, en el que el homosexual sólo se define por el hecho de que tiene relaciones sexuales con otros hombres.

Durante el mandato del Presidente Porfirio Díaz, el día 18 de noviembre de 1901, el acontecimiento que ocupó los titulares en los periódicos fue el denominado Baile de los 41. El suceso consistió en una redada organizada con el fin de disolver un baile de hombres que se realizaba en una vivienda particular, ubicada en la Calle de la Paz (hoy Ezequiel Montes), de los 41 hombres que se encontraban en el baile, 22 estaban vestidos de hombres y 19 de mujeres. Puesto que los detenidos pertenecían a las clases de mayor privilegio de la sociedad porfiriana, la lista jamás fue revelada. Desde esa fecha el número 41 ó 42 pasó a integrar parte de la cultura popular mexicana para referirse a los homosexuales. Desde entonces el número 41 carece de validez, y es tal la influencia que hasta en lo oficial se pasa por alto. En el ejército no existe división, regimiento o batallón que lleve el número cuarenta y uno; si acaso, y si no queda más remedio, se utiliza el 40 bis. Nadie cumple 41 años, de los 40 se pasa hasta los 42 por pena de ser blanco de burlas.

A principio de la década de 1970 se formaron los primeros grupos Lésbico, Gay, Bisexual y Transgénero (LGBT) en la capital de México y Guadalajara. El día 15 de agosto de 1971 se formó el Frente de Liberación Homosexual (FLH), el primero de su tipo en México, pero que se disolvió al siguiente año. Una de las pioneras y activistas del movimiento Lésbico, Gay, Bisexual y Transgénero (LGBT) fue la escritora, actriz y directora de teatro Nancy Cárdenas; quien inspirándose en

movimientos LGBT de Europa y Estados Unidos de América, empezó a llevar a cabo reuniones de escritores LGBT.

El colectivo Lésbico, Gay, Bisexual, Travesti, Transexual, Transgénero e Intersexual, Poliamoroso (LGBTTTIP) ha ganado derechos en los primeros años del siglo XXI. El 29 de abril del año 2003 quedó aprobada la Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación, lo que dió lugar a la creación del Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred).

La Ley de Sociedad de Convivencia fue aprobada el 9 de noviembre del año 2006 por la Asamblea Legislativa del Distrito Federal y publicada el 16 de noviembre del mismo año. Esta ley contempla y protege tanto los derechos como obligaciones de los integrantes de la sociedad de convivencia, entre los que se encuentra el derecho a heredar, a la subrogación del arrendamiento, a recibir alimentos en caso de necesidad y a la legítima tutela.

Desde el 16 de marzo del 2007, el registro de las sociedades de convivencia es posible en el Distrito Federal. El primer estado mexicano en donde se legalizaron las uniones civiles fue Coahuila. Desde el momento en que los convivientes firman el convenio, se hacen acreedores a derechos y obligaciones. Al registrar dicho convenio ante la Dirección Jurídica de la Delegación Política correspondiente, empiezan a efectuarse los derechos oponibles a terceros, equivalentes a concubinos (pareja de hecho). Pasado 2 años del registro, se adquiere el derecho a ejercer de manera legítima la tutela sobre la persona conviviente y sus bienes “en caso de enfermedad grave o imposibilidad de gobernarse”, de manera equivalente a los cónyuges. La Ley de Sociedad de Convivencia no reconoce vínculos familiares y sólo concierne a quienes subscriben el convenio, y en ningún caso a los hijos menores de cualquiera de los convivientes. El hecho de establecer una sociedad de convivencia no

cambia el estado civil de los convivientes, ya que legalmente siguen siendo solteros. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2013).

2.3 Teorías que explican la homosexualidad:

A través del tiempo, se han ido generando diversas teorías acerca del origen de la homosexualidad, pero hasta la fecha ninguna ha sido definitiva. También ha surgido uno que otro modelo respecto al tema. Entre ellos podemos encontrar los siguientes:

A. Teoría del origen hormonal: Según esta teoría la orina de un hombre o mujer normal contiene hormonas de ambos sexos, predominando una sobre la otra. Se ha inferido que si ocurre una inversión en la frecuencia de la relación hormonal, surgirá la homosexualidad. Respecto a la hormona luteinizante y estradiol, hay autores que han hallado elevadas cantidades en grupos de homosexuales masculinos. Según dicha teoría, podría curarse la homosexualidad con tan sólo ajustar los niveles hormonales. Cabe aclarar que las hormonas no bastan para generar el deseo, la fantasía, conducta ni el placer sexual.

En 1971 se llevó a cabo un estudio en el que se comparó la cantidad de testosterona y el número de espermatozoides en un grupo de individuos homosexuales de 18 a 35 años de edad. Los que eran predominante o exclusivamente homosexuales, presentaron disminución en la concentración de testosterona en el plasma y alteración en la espermatogénesis.

(Kolodny & colaboradores, 1971 citados en Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

B. Teoría del origen genético: Afirma que la homosexualidad se da de manera biológica, congénita y natural; por lo que los individuos no eligen ser homosexuales, y por lo tanto no son responsables de su orientación sexual.

❖ (Swabb & Hofman, 1990) encontraron que el núcleo hipotalámico supraquiasmático es mayor en los hombres homosexuales.

El hallazgo más reciente referente al Hipotálamo es un estudio del año 1991 del doctor Simon Levay, ya que al estudiar el desarrollo de los denominados núcleos intersticiales, cuatro

grupos de neuronas de la zona anterior del Hipotálamo, descubrió que de los cuatro núcleos, el número 3 era de menor tamaño en los varones homosexuales que en los heterosexuales. En los cerebros examinados se hallaron similitudes a las de cerebros femeninos en el núcleo hipotalámico en cuanto a número de células y sinapsis; sin embargo era una muestra raquítica e inválida, debido a que la mayoría de los 19 cerebros que se habían examinado, los individuos habían fallecido por SIDA.

Queda pendiente esclarecer si esa alteración morfológica es un rasgo de constitución y no un efecto de la infección. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

Pillard y Bailey señalan que la homosexualidad se presenta como un rasgo familiar. Afirman que muchos homosexuales, tanto hombres como mujeres tienen al menos un hermano o hermana homosexual; así, cerca de 25% de todos los hermanos de homosexuales son también homosexuales, mientras que en la población general el índice de homosexualidad masculina es del 5% aproximadamente.

Los estudios en mujeres son pocos, pero se cree que cerca del 15% de las hermanas de mujeres homosexuales son también homosexuales. Los resultados mencionados sugieren que cierta información contenida en el cromosoma X podría predisponer a una “orientación homosexual”. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

- ❖ Una aportación más reciente es la de Hamer, quien encontró a partir de una hipótesis, que en el caso de hombres homosexuales se encontraba mayormente una proporción de familiares con preferencia homosexual del lado materno, lo que abre la posibilidad de la existencia de un factor genético ligado al cromosoma X. Para comprobar dicha hipótesis Hamer realizó un estudio genético a 40 familias con un marcador de ADN específico, en el que localizó parejas de hermanos, los cuales eran homosexuales y estudió en ambos su único cromosoma X. El resultado fue el siguiente: en 64% de los casos de dúos de hermanos con preferencia homosexual, se halló una estructura cromatínica parecida del cromosoma X característico. A esto se le ha denominado el “gen de la homosexualidad masculina”, el que se encuentra en la región Xq28 del cromosoma X. El grupo de Hamer experimentalmente demostró que no se

trataba de un gen codificador para el receptor de andrógenos, fundamental para la masculinización del cerebro.

Otra probabilidad sería que el desarrollo de las estructuras neuroanatómicas cerebrales que muestran dimorfismo sexual cerebral, como es el caso del núcleo intersticial del Hipotálamo anterior se vea influenciado por el supuesto gen de la región Xq28. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

- ❖ Turner publicó un estudio en el cual, después de llevar a cabo el análisis de una serie de 133 familias de homosexuales masculinos y femeninos, halló la misma presencia de homosexualidad en parientes del lado materno en hombres homosexuales. También propuso la posibilidad de que el gen de la homosexualidad pueda localizarse en una región pseudoautosómica de los cromosomas X y Y: Xq28 y Yq11. Turner concluye enfatizando que el actual reto es determinar exactamente cómo es que actúa el gen en Xq28 en materia de orientación sexual y su intensidad, cómo y por qué se dan variaciones a diferentes edades y que mecanismos hacen surgir tanto la homosexualidad masculina como la femenina desde una base común. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).
- ❖ Existen factores genéticos, los cuales pueden actuar como predisponentes para la homosexualidad, por mencionar algunos ejemplos, el caso de niños débiles físicamente, niños muy sensibles o incluso un retraso de la aparición de las características sexuales secundarias. Dichos aspectos pueden generar un rechazo a la relación con niños del mismo sexo por sentirse ridiculizados por ellos o rechazados en los juegos por su hipersensibilidad o poca habilidad, eso les lleva a ensimismarse o relacionarse con las niñas por sentirse más aceptados y cómodos. (Son tus hijos.org, 2015).

- C. Teoría hereditaria: Argumenta que la homosexualidad se da de manera innata. Señala que la mayor parte de los homosexuales se desarrollan en una cultura fomentadora de la heterosexualidad, la cual suele despreciar a individuos con preferencia hacia su mismo género, hasta que alcanzan la pubertad y hallan oportunidades para consumir vínculos y expresiones homosexuales. En estudios anteriores se llegó al extremo al afirmar que la orientación sexual, en especial la homosexual podría ser determinada genéticamente. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).
- D. Teoría psicoanalítica: Habla de una bisexualidad innata en el ser humano. El mismo Sigmund Freud consideraba que la causa de la homosexualidad era algo genético, y que las experiencias del individuo al respecto y en edades cortas contribuían a reforzar o extinguir las tendencias. Sigmund Freud propuso que la homosexualidad masculina era resultado de una falla en el rompimiento natural del intenso nexo sexual formado entre el niño y su madre, cuya consecuencia reside en la identificación del niño con ella y por tanto el busca establecer la relación existente entre los dos. De acuerdo con Freud, las causas subyacentes probables a dicha falla en la separación son la estrecha relación desarrollada entre la madre y el hijo; la hostilidad, debilidad o ausencia de la figura paterna; los celos de los hermanos, entre otros factores. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

Respecto a la misma teoría, (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007) explican que la teoría psicoanalítica ubica la causa de este tipo de conductas en la inadecuada solución del complejo de Edipo y el tipo de identificaciones que logró hacer el sujeto en esa fase del desarrollo libidinal, habiendo quedado el homosexual fijado a su madre con una intensidad inusualmente grande y sin abandonar este objeto en la etapa puberal; etapa en la que debería permutar a la

madre por otro objeto sexual, identificándose con el objeto elegido e introyectándolo a su yo, es decir, que forme parte de sus estructuras de funcionamiento personal; ello da como resultado que se busquen objetos similares a los elegidos por la madre, esto es varones que se asemejen al padre.

Desde esta misma perspectiva, (Freud, 1981c citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007) refiere que el amor hacia la madre no puede proseguir el ulterior desarrollo consciente y sucumbe a la represión. El muchacho reprime el amor por ella poniéndose él mismo en su lugar identificándose con la madre y tomando su persona como el modelo del cual escoge sus nuevos objetos de amor. Así, se ha vuelto homosexual hallando sus objetos de amor por la vía del narcisismo. Por obra de este vínculo erótico con la madre ha devenido en “homosexual”. El psicoanálisis aborda la homosexualidad para encontrar la causa de este padecer en la historia psíquica de determinada persona y en las figuras paterna y materna, tomando como referencia los modelos de género y el ideal de normalidad que la sociedad posee.

Desde la teoría psicoanalítica, los padres se vuelven responsables de la patología del hijo, y conceptos teóricos aparecen a modo de explicaciones, justificaciones y soportes de verdad acerca de esta visión de la variedad sexual humana. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

- E. Teoría ambiental: Refiere la interacción de factores psicodinámicos, socioculturales, biológicos o situacionales: (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007) hacen ver que es importante considerar que la identidad sexual no se inicia siquiera en el nacimiento, sino que se empieza a formar desde el embarazo, a partir del desarrollo de todos los aspectos embrionarios que suceden durante la gestación y que van a dar como resultado un niño o una niña; aunque están las expectativas de los padres, las elucubraciones sociales en cuanto al sexo del bebé, de acuerdo con los usos y tradiciones en la forma de especular si es varón o mujer.

La identidad sexual hace referencia a la formación de una individualidad y a la mismidad inalterable de una persona a través del tiempo; es un concepto dinámico. Sus componentes son la identidad de género, la cual está basada en los componentes biológicos con los aspectos que le adereza el hecho de ser también una construcción social; el papel de género y la orientación sexual, además, es un concepto que se construye a lo largo de toda la vida (Coronas, 1998 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

Algunos estudios indican que la tendencia homosexual se da a partir de experiencias de la infancia y adolescencia; uno de los modelos propuestos, es el establecido con el siguiente patrón paterno: Madre posesiva y dominante, en la que el control que ejerce la madre sobre el hijo es excesiva; padre hostil y lejano, desde el punto de vista emocional, debido a la indiferencia, dureza y agresividad en exceso mostrada hacia el hijo, por lo que el chico no se identifica con su padre y, por lo tanto no asume el papel masculino ante la vida. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

- ❖ El padre, al ser ineficaz, distante, débil e incongruente en la vida de su hijo, lo deja para que él mismo desarrolle una fijación excesiva hacia la madre, para la cual no existe retorno.
- ❖ Otras razones aportadas a dicha teoría son el rechazo del sexo del hijo varón desde su nacimiento, ya que los padres deseaban una hija; la educación del niño pudo ser defectuosa y saturada de culpa.
- ❖ Las relaciones entre sus padres pudieron ser muy conflictivas, que la homosexualidad le propicia un escape del ejemplo tan aversivo de la heterosexualidad infeliz presenciada en su hogar. (Álvarez – Gayou Jurgenson et al, 2000 y 2013).
- ❖ La experiencia insatisfactoria y amenazante de la relación con mujeres, al grado de buscar la compañía de individuos del propio género, con la finalidad de evitar nuevos fracasos.
- ❖ Se cree que puede surgir por una situación aprendida, lo que implica el desarrollo de una preferencia por el mismo sexo posterior a la seducción de un homosexual.

- ❖ Otra razón para ello, es el pasar un largo tiempo con miembros del mismo sexo, lo cual llega a ocurrir en internados, cárceles o el servicio militar, dándose únicamente por ese lapso de tiempo (homosexualidad incidental), retomando después su heterosexualidad.
- ❖ Por último, algunos científicos de la conducta humana han afirmado que la homosexualidad generalmente se encuentra asociada con un temor inconsciente a la heterosexualidad. (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

F. Teoría de la selección social: Niega prácticamente la reducción de la diversidad sexual a dos sexos, uno masculino y agresivo y el otro femenino e inhibido. En cuestión de la biología humana, afirma la existencia de homosexuales, transexuales y hermafroditas como una variación natural, la cual se integra perfectamente en la diversidad mostrada por los demás animales. Dicha teoría fue propuesta por Roughgarden en su libro “El arco iris de la evolución”, en inglés “Evolution’s Rainbow”. (Álvarez – Gayou Jurgenson et al, 2000 y 2013).

G. Teoría de la libre opción: (Álvarez-Gayou Jurgenson; et al, 2013) mencionan que el individuo en uso de su libre albedrío y con plena consciencia, decide sentir atracción emocional y sexual hacia alguien del mismo sexo.

H. Teoría psicológica: Por otra parte, las actuales teorías psicológicas señalan que la homosexualidad es un impulso que nace desde dentro y sin que se haga nada para dirigirlo. (Castañeda, 2002 citada en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007). Esto es, se asemeja al género, no se puede escoger, sino que simplemente se vivencia de forma afectiva, dado como resultado de una variante más de la sexualidad humana.

I. Modelo de preferencia genérica: Este modelo propuesto por el Instituto Mexicano de Sexología parte del concepto de preferencia genérica más que de una preferencia sexual, y sostiene que la atracción se experimenta hacia los aspectos fenotípicos y externos, es decir, hacia lo que sitúa al individuo dentro del género masculino o femenino. Esta definición también engloba aspectos como el amor, el cariño y el enamoramiento. Su objetivo radica en

identificar las variables existentes dentro de la preferencia genérica. (SEP, 2000) y (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

Se propone una primera división en tres categorías:

- ❖ Heterosexualidad.
- ❖ Homosexualidad.
- ❖ Bisexualidad.

A su vez, cada categoría se subdivide en:

- ❖ Fundamentalmente homosexual o heterosexual (FHT o FHM).
- ❖ Básicamente homosexual o heterosexual (BHT o BHM).
- ❖ Preferentemente homosexual o heterosexual (PHT o PHM).
A continuación se explicará la división mencionada:
- ❖ **FHT**: Se sienten atraídos por el otro género y son incapaces de reconocer la belleza subjetiva en individuos de su mismo género, por lo que niegan toda atracción hacia los últimos.
- ❖ **BHT**: Les atrae el otro género, pero son capaces de reconocer la belleza subjetiva en individuos del mismo género, lo que abre la posibilidad de cierta atracción.
- ❖ **PHT**: Sienten mayor atracción hacia individuos del otro género y menor hacia el mismo.
- ❖ **FHM**, **BHM** y **PHM**: son la antítesis de **FHT**, **BHT** y **PHT**.
- ❖ **B**: implica la atracción contingente hacia ambos géneros.

Hay que recordar que a lo antes descrito se adhiere la dimensión erótica, entendiéndose por erótica toda situación que busca o provoca una respuesta sexual fisiológica o una excitación psicológica.

Respecto a ello existen tres posibles maneras de expresión:

- ❖ Nunca haber tenido experiencia erótica (No practicante o NA).
- ❖ Haber tenido alguna vez experiencia erótica (Practicante asumido o PA).
- ❖ Sólo haber tenido la experiencia erótica mediante sueños o fantasías (Onírico-fantasioso u OF). (SEP, 2000) y (Álvarez – Gayou Jurgenson; et al, 2000 y 2013).

CAPÍTULO 3.

RELACIÓN DE PAREJA



Todas las sociedades tienen alguna forma de pareja con sus peculiaridades, de acuerdo con el entorno social y el tipo de familia que logran conceptualizar, ya que los individuos que constituyen una pareja se desprenden de una familia de origen, que es su modelo o prototipo de conductas, pensamientos, valores, actitudes, entre otras, debido a los procesos de imitación e identificación y que se estabilizan y se reproducen desde lo individual hasta lo social. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

En este capítulo se abordarán definiciones de la relación de pareja desde diversos puntos de vista, su respectivo recorrido por la perspectiva histórica, sin olvidar tocar lo referente a la relación de pareja homosexual.

3.1 Definición de relación de pareja:

Dicho apartado contendrá varias definiciones de la relación de pareja desde diversos puntos de vista y por tanto autores.

De acuerdo a (Warren, 1989), una relación se refiere a una conexión o influencia mutua entre dos personas. Así mismo, (Melgoza Magaña, 2002), establece que la relación de pareja se refiere al vínculo amoroso que establece un ser humano con alguien más y sufre un proceso evolutivo que comienza en la adolescencia. La misma autora señala que tal vínculo constituye un intento en la adolescencia por lograr la separación – individuación con respecto a los padres, encontrando en la pareja los aspectos de apoyo, cuidado y seguridad que antes encontraban en éstos. Lo anterior se

manifiesta mediante el proceso que comienza con un desplazamiento de los impulsos y afectos que estaban dirigidos hacia las figuras parentales y que ahora son depositados en la figura de la pareja amorosa.

(González Núñez, 2004) afirma que desde la adolescencia se ensaya la relación interpersonal de noviazgo que, al principio, se da en forma idealizada o platónica y posteriormente va adquiriendo pautas más maduras de interacción.

(González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) conciben a la pareja como la unión de dos compañeros sexuales, con miras a vivir una vida en común y duradera, la cual está oficialmente sancionada por el matrimonio. Es la unión monógama que implica las obligaciones de fidelidad, ayuda y asistencia, y está destinada a permitir la educación y formación de los hijos que puedan nacer de esa unión.

Adviértase en el concepto previo, una serie de factores psicológicos, psicosexuales y psicosociales, que enmarcados en un continuo histórico, nos hablan de la vida de dos seres a lo largo del tiempo, dos seres que iniciaron un camino y que en un punto o momento de la vida se cruzaron y decidieron continuar por la misma ruta, hasta el final. (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).

De acuerdo a (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007), existen infinidad de definiciones acerca de lo que es la pareja y menciona 3 de ellas:

- 1) Pareja es una estructura vincular y única entre dos personas de diferente sexo (Puget & Berstein, 1989 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).
- 2) Es una unidad dinámica, un crisol creativo en el que dos personalidades se funden, se alían, discuten y se complementan para afrontar un mundo cada vez más complejo (Alberoni, 1997 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

- 3) La pareja es la unión de un hombre con una mujer con miras a construir una familia, representa la forma en que socialmente se acepta que él y ella satisfagan sus necesidades de afecto, de convivencia y de reproducción dentro de las normas establecidas por el grupo social, para alcanzar el placer y así poder comprometerse en un proyecto común. (Padilla, 1993 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

Por último, (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007), propone que la pareja es la relación entre dos personas de distintos sexos, un hombre y una mujer, o del mismo sexo. Dicha relación da como resultado una unidad la cual no es sólo la sumatoria de dos personalidades, sino más bien una combinación y una unión en donde se genera una entidad distinta a cada uno de los participantes que hace referencia a un concepto dinámico. Es una relación diádica y una estructura.

El mismo autor puntualiza varios elementos que se consideran básicos en la selección de pareja. A decir:

- 1) Complementariedad: El concepto se inicia en los elementos biológicos del ser humano, ya que la meta última de una relación o vida de pareja lo constituye la complementariedad biológica, esto es, el encuentro de los genes masculinos y femeninos a fin de generar la reproducción y la sobrevivencia de la especie. Una segunda acepción del término se encuentra en el fenómeno social, en donde la complementariedad la constituye la propia naturaleza social del hombre, dada su indefinición y vulnerabilidad en su más temprana infancia. Es uno de los conceptos más importantes en cuanto al campo de las relaciones interpersonales se refiere. A otro nivel, el emocional, la complementariedad alude a la posibilidad de acomodo afectivo que se da en las parejas según las características emocionales de cada uno de los miembros de la relación.

La complementariedad es un parámetro en la elección de pareja que cambia con el tiempo, con las circunstancias de las personas y de la relación misma; de esta manera la

complementariedad es el elemento más dinámico de la relación de pareja. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

2) Vinculación afectiva: Algo así como lo que le da fuerza cohesiva, profundidad, consistencia y aderezo a la relación. Es el resultado de ello el sentirse amado, esto es, ligado emocionalmente a alguien, que existe una relación y sobre todo, es una respuesta emocional del ser humano, que tiende a que la relación perdure.

Las etapas por las que atraviesa el vínculo afectivo empiezan a darse con la atracción física, la estimación, el enamoramiento, el compromiso y el amor. Desde otra perspectiva, lo que distingue una relación de otra o un momento de la relación en comparación con otro ya dado es justamente el matiz afectivo que predomina. Con lo que el ser humano se caracteriza por las relaciones afectivas que dan formas particulares de vinculación.

De acuerdo con (Alberoni, 1997 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007) existen diferentes tipos de vínculos amorosos:

- ❖ Vínculos fuertes: Resisten los cambios de carácter y apariencia y son los que justamente nos dan la fuerza para poder establecer un vínculo de pareja, que tenga miras a ser permanente o por lo menos estable por un cierto tiempo.
- ❖ Vínculos medios: Estos vínculos son vulnerables a ofensas morales y pueden llegar a romperse con variables daños para la percepción de la forma de relación, esto es, que en algunas ocasiones no provocan dolor, en otras, dejan profundas heridas o cicatrices que durante toda la vida acompañarán al sujeto.
- ❖ Vínculos débiles: Se pueden romper con relativa facilidad y no son permanentes. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

3) Reciprocidad: Es la capacidad de correspondencia mutua a una relación o a una persona. Cuanto más saludable es una pareja más equilibrados serán los ritmos de la reciprocidad y más satisfechas estarán las personas. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

4) Comunicación: Es la que le otorga significado y sentido a la relación. La comunicación es poner en común algo. Recordemos que la comunicación no verbal casi siempre es inconsciente, y por eso, el hecho de que se envíe y se reciba de inconsciente a inconsciente le da mayor fuerza.

La comunicación favorece la posibilidad de dar y recibir información, afecto, emociones, entre otras, en aras de satisfacer las necesidades tanto materiales como emocionales. Es vital, para las elecciones de pareja, la adquisición de un lenguaje con significados compartidos, el cual fomenta la unidad, la comprensión e incluso la complicidad, formando una nueva modalidad de manifestación de los vínculos afectivos, comunicacionales, de reciprocidad entre otros. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

- 5) Acuerdos/Negociación: En toda relación humana es importante la asignación de tareas características inherentes al rol de cada uno de los géneros.

Los que viven de manera flexible y eficiente sus roles son más sanos emocionalmente que quienes no se pueden salir de los moldes estereotipados que han adquirido y que les brindan seguridad, control o confianza básica.

Resulta fundamental considerar el sistema de normas que rigen una relación, pues sobre ellas muchas veces se sientan las bases para una buena elección que se reflejará en el funcionamiento de la pareja. Las normas regulan los derechos y las obligaciones de las parejas, así como en lo profundo se está hablando del poder, dominio o control en las parejas. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

- 6) Compromiso: El compromiso es definido como la capacidad de elegir con quien realizar un convenio entre partes. Otras acepciones del término compromiso implica la obligación de la palabra dada o la fe empeñada, con lo que el término hace referencia a las cuestiones de honor y de cumplimiento de lo dicho. Desde la perspectiva afectiva y de modo familiar, el término hace referencia a una relación amorosa.

En el fondo, el problema del compromiso se funda en la capacidad humana de optar y con ello, en la libertad, de ahí que no sólo es un contrato, sino que es una acción vinculante, ya que en el fondo lo que se está haciendo es una promesa, con lo que se ha empeñado la palabra. Por otro lado, el compromiso implica un valor que vincula a las personas de forma afectiva, ya que de otra manera, no existiría tal relación.

Desde la perspectiva negativa del término, el compromiso es asignar a alguien una acción contra su voluntad, con lo que se implican las acciones de riesgo, tener que asumir una obligación.

Actualmente la relación de pareja frecuentemente no implica el compromiso, con lo que aparecen las relaciones casuales, además de otras alteraciones en la relación. Ya que el compromiso implica la elección de alguien para una determinada acción, esto es, una relación amorosa o el ejercicio de la sexualidad en los humanos. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

- 7) Exclusividad: Esto es, de una forma de relación única, específica e irreplicable que implica que ambos miembros de la pareja busquen obtener su satisfacción a partir de la vinculación en la relación, es decir, lo que algunos autores denominan “objeto unificado”, el que gratifica la mayoría de las necesidades del otro.

Esta es una necesidad que ya debió ser vivida y gratificada en otro momento de la vida, con alguien que formó, junto con nosotros, una de las relaciones más íntimas que puede experimentar el ser humano; se refiere a la relación que se ha logrado establecer de forma exclusiva con la figura materna.

A la forma de relación que de ahí se deriva se denomina “relación objetal” y emocionalmente responde a las necesidades físicas y emocionales de forma exclusiva o particular. Así, en la relación de pareja se espera poder establecer una relación de tipo exclusiva a la manera en que se tuvo en el pasado. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

- 8) Objetivos y metas en común: Los seres humanos se mueven por finalidades, esto es están orientados hacia metas específicas. Puede haber objetivos a corto, mediano y largo plazo. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

- 9) Valores: Valor es aquello que se considera o se aprecia de manera particular. En la elección de pareja es uno de los aspectos que se pasan por alto frecuentemente, ya que los valores afines hacen que se considere a la pareja como más afín. Valores contrastados hace que las personas se consideren como con poco en común. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

10) Sexualidad: Uno de los aspectos fundamentales en la conformación de una relación de pareja es la vivencia de la sexualidad, la posibilidad de experimentar la plenitud de ser hombre o mujer, tener un cuerpo masculino o femenino, pensar como varón o mujer, sentir acorde al sexo que se tiene, experimentar el goce de la vivencia del compartir su ser sexual con un contraste que, además, de la experiencia relacional, genera la ratificación de lo que se es y de lo que se puede dar y hacer sentir al otro. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

11) Roles/Economía: Al remontarnos al inicio de la humanidad, hombre y mujer se encontraban casi en equidad de circunstancias; ella se hizo recolectora y él cazador; no obstante, lo que él aportaba a la economía de la pareja /familia, empezó a valorarse más porque la proteína tenía un valor nutricional mayor que los nutrientes provenientes de la recolección Morris (2000 citado en (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007) a pesar de que ambos trabajaban al parejo y con la misma finalidad.

(Eguiluz, 2007) concibe a la pareja como una realidad personal intersubjetiva que no es simplemente dos cuerpos que se atraen, ni dos psiquismos que se complementan, sino más bien se comprende como dos personas libres que dialogan en la vida de una manera peculiar. Por ello, el ajuste de la pareja es fruto de una larga convivencia que exige fidelidad mutua y entrega total.

(Casado, 1991 citado en Pérez & Rangel, 2005) concibe a la pareja como la relación entre dos personas basadas en la percepción del vínculo que tienen ambas, caracterizada por la aparición del “nosotros” bajo la regulación social que sea.

(Caillé, 1992 en Deras, 2000 citado en Pérez et al, 2005) menciona que la pareja es el fruto de la conjunción de las representaciones mentales de dos individuos; esta conjunción es la verdadera base de la pareja.

3.2 Perspectiva histórica de la relación de pareja:

En el presente apartado se hará mención de los hechos que han acontecido respecto a la relación de pareja, desde tiempos lejanos hasta la actualidad.

Hasta la Edad Media, la familia se constituyó como una unidad social básica, predominante y, con frecuencia, autosuficiente. Mantiene una coexistencia con el Estado, donde éste descansa ampliamente en las funciones familiares y para el individuo casi no es visible otro horizonte relacional que no sea el de la parentela. (Campuzano, 2002).

(Burguiere, 1982 citado en Campuzano, 2002), sostiene que en estas épocas, “el vínculo de parentesco sustituye y hasta excluye el vínculo social. La sociedad termina en el linaje y la única manera de ampliar sus relaciones es la de vincularse a los demás por matrimonio o compadrazgo”.

Entre el siglo XI y XII se desarrolla en Europa la lírica trovadoresca, una poesía en donde se expresa una nueva forma de amor dirigida a una mujer idealizada, que no es la propia y que implica el adulterio. Esta poesía se basa en formas que implican la humildad y el vasallaje del hombre ante la mujer, así como la cortesía y el refinamiento.

El amor cortés nace fuera del matrimonio porque éste es una consecuencia del interés: “Para el caballero o el varón, como por el mismo príncipe, el matrimonio es un acto político, una cuestión de aumento de poder mediante nuevas alianzas; el interés de la casa es lo que decide, y no las inclinaciones del individuo”.

El advenimiento del capitalismo en la Edad Moderna (siglo XV), cuando la revolución burguesa es ya un hecho público e irreversible, introduce el concepto de la sociedad como un conjunto de

productores libres y por consecuencia, se produce la noción de subjetividad y de libre albedrío, condiciones todas ellas necesarias para el desarrollo de este nuevo “Contrato Social” que va a modificar todos los campos de la sociedad , incluyendo, naturalmente, aquellos relacionados ya no sólo con la formación institucional del matrimonio, sino con la más subjetiva de la elección de pareja.

Para el siglo XVIII, arranque de la Época Contemporánea, el proceso de cambio social está mucho más definido y se le puede considerar la época de la aparición de la pareja moderna.

(Cook & Borah, 1977 citados en Campuzano, 2002) han notado que, a finales del siglo XVIII, los censos muestran no sólo una reducción del tamaño de las familias dentro de las casas, sino también del número de casados por casa. Estos datos permitirían, tal vez, sugerir que se asiste a una tendencia a la emancipación de las parejas jóvenes respecto a sus mayores y relacionan esta evolución con el movimiento general de la sociedad, ya que la segunda mitad del siglo XVIII novohispano “muestra cambios profundos en los campos de la producción y de la educación, al mismo tiempo que un fenómeno de laicización, y tal vez un movimiento de emancipación de los marcos tradicionales”. Esta evolución coincide con el progreso de la Ilustración y con el auge de la represión de obras literarias que no tienen solamente carácter político, sino que difunden conceptos nuevos acerca del matrimonio y del amor, que hacen énfasis sobre la felicidad.

Desde entonces, la sociedad tiende a acercar las dos formas de amor tradicionalmente opuestas (amor-pasión fuera del matrimonio y amor-reserva dentro de él). Es así como poco a poco, se va constituyendo un ideal de matrimonio en Occidente que impone a los esposos la necesidad de amarse, o de simularlo al menos, como amantes.

(Giraud, 1982 citado en Campuzano, 2002) por su parte, describe así este proceso:

En Europa, esta revolución ha sido dibujada por Philippe Aries y por Edward Shorter quienes constatan la aparición en el siglo XVIII, de un nuevo concepto de la familia, marcado por el repliegue en la pareja y por el reconocimiento de la importancia del niño.

El “nacimiento de la familia moderna” es el nacimiento de una cierta intimidad, la emancipación de la pareja respecto a los condicionamientos que la vida social del pueblo imponía en la selección del cónyuge, en el establecimiento de relaciones entre jóvenes antes del matrimonio y durante el periodo del noviazgo tradicional.

Aunque Shorter nos presente una visión bastante esquemática de la vida familiar tradicional, en la cual no había intimidad ni afecto, es cierto que la vida de las jóvenes parejas estaba más estrechamente vigilada por las pasadas generaciones. Lo anterior se ve en el trastorno de la organización de las casas cuando aparecieron la reivindicación y el establecimiento de un espacio propio y cuando surgió la “mentalidad doméstica”.

Otro factor contemporáneo que incide en forma importante en las relaciones de pareja y en las costumbres sexuales es el desarrollo y fácil disponibilidad de una tecnología médica eficaz para el control de la fertilidad. (Campuzano, 2002).

(Díaz-Loving, R. 1999 citado en Pérez et al, 2005) comenta que durante el siglo XX, se ha hecho cada vez más común que la pareja tome la decisión de compromiso con base en antecedentes de romance y/o pasión, de esta manera la pareja decide si es adecuado comprometerse a una relación más íntima y a más largo plazo. Aunque las razones y personas que toman la decisión de establecer un compromiso de pareja han variado en las culturas de occidente, éste sigue siendo sancionado con el matrimonio.

3.3 Etapas de la pareja:

Sin excepción alguna, todo individuo que anhele unir su vida con la de alguien más, ha de pasar por diversas etapas de relación con la persona elegida. A esas etapas se les conoce como “etapas de la pareja”.

Lo primero que las personas señalan como mecanismo de elección es la atracción física, de lo que coloquialmente surge el tan sonado: “de la vista nace el amor”, lo cual es hasta cierto punto verdad, pues los aspectos sensoriales que se ponen en marcha en el momento de conocer a alguien y que se transforman en los mecanismos de atracción, son de suma importancia.

Se debe Partir del facto de ser seres biológicos, para, los cuales la fuerza de los impulsos, mediante la atracción, tiene la capacidad de mover hacia otras personas. A estos impulsos transformados se les conoce como Pulsiones. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

(Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007) sugieren que al momento de buscar pareja se pueden considerar los siguientes aspectos:

- ❖ Atributos personales en cuanto a inteligencia.
- ❖ Simpatía.
- ❖ Carisma.
- ❖ La sensibilidad, lo cariñoso que se muestre.
- ❖ Valores tanto morales como religiosos.

Es aconsejable que los miembros de la pareja puedan compartir un proyecto de vida común, en el que ambos conserven su individualidad para su propia superación, pero también que tengan planes y metas compartidas que les ofrezcan la posibilidad de experimentar el gozo de lograr algo en conjunto. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

(González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) mencionan que al hablar de sexualidad en la pareja, se debe tomar en cuenta el desarrollo emocional de cada uno de los cónyuges, con base en las primeras relaciones que el sujeto tuvo con sus padres y tutores, quienes le proporcionaron la

satisfacción de sus necesidades primarias de alimentación, abrigo, seguridad y afecto. De la calidad afectiva que tuvo en su niñez dependerá el cómo, posteriormente, lo proyectará en su pareja.

(Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007) refieren que los puntos de carencia y gratificación en la infancia repercutirán en el tipo de necesidades que tengan, que pueden ser de:

- ❖ Autoestima.
- ❖ Aprecio.
- ❖ Reconocimiento.
- ❖ Aprobación.
- ❖ Protección.

También se puede tener la necesidad de compartir, de dar, de hacer feliz a alguien al mismo tiempo que esa persona retribuya lo que ha recibido. Estas necesidades hablan de que fue adecuadamente gratificado en la infancia y busca en su vida compartir. Estas razones están en la base de las motivaciones para elegir pareja.

(Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007) dicen que los deseos y las fantasías son sumamente importantes como motivadores de la elección; son una fuerza motora que impele al sujeto ser atraído por alguien, aquí se puede aludir a los deseos tanto infantiles, no hay que olvidar los matices edípicos que conlleva a una elección de esta naturaleza como actuales, y los que se basan en relaciones de pareja previas a esa persona que se está seleccionando. Todas esas parejas anteriores, definitivamente, fueron objetos que dejaron algún tipo de huella.

(Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007) mencionan algunas maneras en las que suelen darse la elección de pareja: A decir:

- ❖ La elección se puede dar a partir de los elementos narcisistas del sujeto y entonces elegir a alguien en quien vea reflejadas las cualidades de sí mismo; en estos casos, la persona elegida

y quien es en realidad, no tienen la menor importancia en tanto revista esas cualidades, a esta selección se denomina “elección narcisista”. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

- ❖ También es posible hablar de una opción de pareja a partir de lo que se denomina “elección por objeto perdido”. (Freud, 1905/1981 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007)

En un intento de recuperar algo de él, ya sea de las características vividas con ese objeto o de lo que hayan contado de cómo era ese objeto, se puede tratar de recobrar algo de seguridad al identificarse con el objeto perdido. Por lo general, este fenómeno está presente en las personas que perdieron a alguno de sus progenitores en la infancia, ya sea porque murió, o porque se separaron; esa carencia deja huellas que sirven de asiento para la elección en la vida adulta (Sandoval, 1989 citado en Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

También se puede considerar como una “elección de objeto perdido”, a la renuncia que hace el menor durante la etapa edípica, al progenitor del sexo opuesto como objeto de amor sexual, lo cual favorece el proceso de identificación psicosexual.

- ❖ Cuando se experimenta sentimientos de frustración y ansiedad ante la incapacidad de éxito, por lo general se busca a alguien con quien identificarse para “imitar” algunas de sus capacidades y así conseguir los tan ansiados logros; la identificación es parcial, sólo se da en el ámbito en cuestión con aquellas características valoradas selectivamente. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

Las elecciones previas son realizadas con base al amor, lo que se describirá a continuación se realiza mediante el temor, se le denomina; “identificación con el agresor”:

- ❖ El sujeto en cuestión se identifica con las prohibiciones y las figuras autoritarias, y muchas veces éste es el punto de partida de sus elecciones de pareja. Para tratar de evitar, paradójicamente los castigos, llegan al punto en donde éstos se vuelven una realidad cotidiana. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

- ❖ Así mismo es posible hablar de una elección en la cual la motivación inconsciente sea cubrir la carencia de una autoestima bien regulada; así se optará por alguien que tenga la capacidad de halagar y reconocer al otro cuantas veces sea necesario con tal de hacerlo feliz; tal vez la persona elegida no sea lo más importante, sino lo que ella pueda brindar de suplemento narcisístico al sujeto. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).
- ❖ Los individuos también eligen a una pareja neurótica para tener con quien pelear; de este modo pueden proyectar y desplazar los conflictos vividos en la infancia con los objetos originales, dejándolos fuera en un intento de preservarlos de sus propios deseos agresivos de tomar venganza contra ellos, por todo aquello que “les hicieron o les dejaron de hacer”, vivido desde el mundo interno. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).
- ❖ Se puede buscar un tipo de persona con la cual establecer una unión de tipo simbiótico para cubrir las carencias de la vida infantil. (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007).

(Padilla, 2000 citada en González Núñez, 2004) señala que es evidente que en las parejas existen motivos inconscientes, entre los cuales se encuentran deseos y necesidades irracionales y contradictorias que se convierten en los verdaderos cimientos de una relación amorosa. Estas motivaciones inconscientes pueden ser verdaderos deseos de reparación o quizá, también, los cimientos del futuro divorcio, puesto que nunca podrán ser satisfechos tal como ocurre con aquellas motivaciones de dependencia, control, competencia, dominio, destrucción o de sumisión, mismas que pueden convertirse en relaciones interpersonales neuróticas o psicóticas.

Las relaciones interpersonales en la pareja están determinadas por las características y actitudes de la madre, el padre y hermanos internalizados, que desde el interior se vuelven “guardianes del deseo” (González Núñez, 1998 citado en González Núñez, 2004).

Según estos guardianes, el deseo está regulado por ellos a través del Yo, es decir, son deseos reales, benignos, juguetones y placenteros, adecuados y de protección de todos estos seres queridos que acompañaron al individuo y con los cuales convivió durante muchos años de su vida, mismos que se reescenifican en la edad madura en la relación sexual hacia la pareja.

(Lemaire, 2001 citado en González Núñez, 2004) dice que la pareja es un lugar donde la frontera entre lo normal y lo patológico, es particularmente fluctuante, incierta y a menudo, arbitraria, ya que la vida amorosa y la pasión que subyace en ella suponen funcionamientos psíquicos heredados de los aspectos más arcaicos. Supone también que estos fenómenos arcaicos se encuentran en interacción con los procesos también arcaicos del compañero, pues allí surgen las aspiraciones funcionales más indiferenciadas, las tendencias más agresivas, las pulsiones pregenitales, las defensas más primitivas de las primeras posiciones paranoides y depresivas.

Recurrir a la idealización del otro miembro de la pareja, tan importante en el momento de la instauración del lazo amoroso en todas las parejas, no es patológico en sí. En realidad, resulta gratificante en este proceso de idealización el que uno sea el orgullo del otro (González Núñez, 1998 Citado en González Núñez, 2004) y viceversa, con lo que se mantiene una idealización sana y realista. Al perderse esta idealización, es probable que se presenten situaciones de angustia, enojo y resentimiento. Si la idealización se perdiera debe, por lo menos, quedar en una alta estima preferencial de uno por el otro. Alta estima matizada de respeto, cuidado y agradecimiento (Rodríguez, 2001 citado en González Núñez, 2004).

(González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) comentan que el individuo adquiere la capacidad de enamorarse y establecer un vínculo amoroso y duradero, cuando logra integrar el erotismo oral y cutáneo al goce pleno de la sensualidad, en el contexto de una relación objetal total, incluyendo una identificación sexual complementaria cuando es adulto.

Lo importante es que combine el afecto con la sexualidad, que sienta ternura y la calidez y no solamente la seducción; el comprender esto, le permitirá al hombre sentirse apoyado para buscar el tipo de amor exógeno, fuera del triángulo edípico.

(Jamont, 1969 citado en González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) indica que hay que afirmar que la caricia, en cuanto gesto sexual, no puede alcanzar su total sentido, su plena significación, si en este primer momento no ha sabido hacerse expresión de ternura.

El mismo autor expresa con precisión el significado de la caricia en la experiencia de la pareja: “La mano que coge sin agarrar, que se asombra y admira el modelado y la suavidad de la carne; que va esculpiendo de nuevo los hombros, la espalda, la cintura; que se detiene en una pequeña cicatriz a la que invita al abandono y a la distensión; que se hace sensible y sabe que no hay que apretar demasiado, que no hay que acentuar la presión; que adivina las zonas en que vibra la vida; que se atreve y respeta; que se hace glotona a fin de proporcionar mayor alegría ; que busca el consentimiento y comprende; sin que haya un estremecimiento, que el cuerpo del otro aprueba y se esponja; esa mano puede llegar a palpar el sueño y acaso el sufrimiento oculto que moran en el cuerpo amado”. (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).

(González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) señalan que la pareja en el transcurso de su integración, pasa por varias etapas:

- ❖ Encuentro: Se da desde el momento del famoso “flechazo” hasta el inicio del establecimiento de los vínculos. (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008). El flechazo es instantáneo; se da en el hombre sin pensar ni reflexionar, solamente guiado por los sentidos como la vista y el oído; algunas veces por el olfato y a través de una fuerte atracción, la cual es efímera, y una

vez que cesa, el individuo empieza a conectar sus partes inconscientes y de una aprobación de la conciencia, una vez que el deseo es ratificado, se puede instaurar una relación, siempre y cuando haya reciprocidad de sentimientos.

De cualquier modo que se haya dado el flechazo, pasará un tiempo en el que cada individuo va a concretar inconscientemente su orientación y su estilo y cuya evolución perturbarán las circunstancias externas. (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).

- ❖ Enamoramiento: Se inicia con el establecimiento de los vínculos afectivos que se van a ejercitar de manera gratuita (en el dado caso de no ser correspondido); y con base en el descubrimiento de la felicidad de amar al ser que se ha escogido, cuando hay respuesta de parte del objeto amado. (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).
- ❖ Compromiso: comprende desde el establecimiento de los vínculos hasta antes del matrimonio, a la consolidación de la pareja. En este periodo es muy importante la satisfacción de necesidades recíprocas, el tipo de demostraciones afectivas, el tiempo, actividades y espacio compartidos (IFAC, 1981 citada en González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) que van a determinar si se pasa o no a la siguiente etapa.
- ❖ Nosotros: Implica la aceptación de la colectividad, en una atracción tan fuerte que se integra dentro de una concepción conjunta de la vida. Esta fase es muy importante, porque permite a los integrantes de la pareja multiplicar tanto sus cargas narcisistas individuales, como las satisfacciones individuales en conjunto y simultáneamente. (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).
El nosotros en la pareja, siempre debe ir acompañado de la alianza afectiva. Sin esta alianza afectiva, es imposible que la pareja se resista al momento de la aparición de los hijos, de su desarrollo y al crecimiento de la familia.
- ❖ Luna de Miel: que se caracteriza por el apego evidente y la fusión, que excluye a los dos cónyuges de los otros; es el micro grupo excluyendo al macro grupo, que sería la familia y la sociedad. En esta etapa, la fantasía y temor más frecuentes del hombre, son los de permanecer constante en la relación, soportar la cercanía en forma continua e íntima y poder responder sexualmente, pero siempre con afectividad. Los hombres que tienen un Yo integrado y bien

estructurado, van a soportar este período breve de apego a la pareja, sin temor al riesgo de perder su individualidad. Todo esto emana de la pulsión sexual, de tal manera que se estructura una nueva óptica que repercute en los actos, las experiencias y las percepciones.

(González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).

- ❖ Consolidación de la Pareja: con base no sólo en sus necesidades sexuales y afectivas, sino también por la presión social que les exige su presencia y participación diádica. (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).

(Campbell, 1991 citado en Pérez et al, 2005) describe las cinco etapas principales de desarrollo del viaje de la pareja:

- ❖ Idilio: La pareja está inspirada por su visión de cómo “se supone debería de ser”, por la promesa de que esta persona tiene algo muy especial que ha estado buscando. Existe la ilusión de la unidad, fantasías de un futuro armonioso, una difusa e indiferenciada sensación del “nosotros”. Los miembros de la pareja niegan cualquier sentimiento de diferencia o separación creando diversas formas de dependencia en la relación, del estilo “no puedo vivir sin ti”. A menudo esos sentimientos de “promesa” derivan de las visiones estereotipadas del compañero ideal.

El obstáculo que se ha de superar en este punto es la ilusión del idilio: que los sueños se hacen realidad, que los deseos se cumplen, que la vida es de color rosa y que la gente se relaciona armoniosamente sin detenerse a pensar en los intereses propios y las diferencias individuales. Esta etapa llega a su fin una vez que el camino se pone difícil y los componentes de la pareja ven que sus visiones y sueños no van a realizarse tan fácilmente como ellos habían supuesto.

(Campbell, 1991 citado en Pérez et al, 2005).

- ❖ La lucha por el poder: Esta etapa comienza cuando se reconoce “Tú no eres como yo creía que eras” o “No somos como creíamos ser”. La ilusión de la unidad se ve remplazada por la desilusión de la falta de unidad, de la desunión. En lugar de una visión se experimenta una división: diferencias y dificultades. La

relación mantenía una promesa, pero la promesa se ha roto. Los miembros de la pareja se sienten desilusionados, decepcionados e iracundos.

De este modo, la lucha por el poder en algunos casos es un intento por conseguir que su compañero sea del modo como se supuso que debería ser, del modo como él prometió ser (un intento de superar el repentino sentimiento de impotencia).

A otros, la lucha por el poder les lleva (inconscientemente) a herir a su compañero, en venganza por la decepción que se ha llevado.

En este caso, toma la forma de una “guerra de despecho”, en la que cada vez que tú me decepciones yo actúo con despecho, para así devolverte con creces el agravio.

El obstáculo que hay que superar en esta etapa es la ilusión del poder, es decir, la creencia de que las amenazas, la fuerza, la manipulación o la dominación, con independencia de que sea sutil o no, puede hacernos alcanzar lo que tanto deseamos. La etapa llega a su fin cuando uno reconoce cómo es y que tiene, y se renuncia al apego, a las fantasías de armonía sin lucha, logros sin esfuerzos, placer sin dolor.

Si la relación sobrevive a la lucha por el poder, se pasa a una etapa más pacífica y de mayor adaptación. (Campbell, 1991 citado en Pérez et al, 2005).

- ❖ Estabilidad: Esta etapa comienza con el perdón. Los miembros de la pareja renuncian a su tenaz obstinación en hacer, “que funcione” la relación y se permiten errar y fallar. Llegan a aceptarse el uno al otro como personas individuales y aprenden de sus conflictos en lugar de trastornarse por ellos.

Logran poner algo más de atención en lo que está fuera de la relación y dentro de su propia psique, una vez reconocido que la relación de pareja, que es simplemente una parte de su vida, no va a satisfacer todas sus necesidades.

Elaboran ahora un conjunto estable de reglas con que negociar las diferencias y un conjunto estable de expectativas del poder de cada uno.

El obstáculo que se ha de superar en esta etapa es la ilusión de la paz, el apego a la estabilidad a costa de la novedad y el cambio. Cuando alcanzar la sensación de paz es difícil, no es fácil renunciar a ella. Y por ese motivo se hace un dios del recién encontrado consuelo, olvidando

que el progreso entraña riesgo, dolor e incertidumbre. (Campbell, 1991 citado en Pérez et al, 2005).

- ❖ Compromiso: En esta etapa la pareja se rinde verdaderamente a lo que es, y acepta la realidad y los fallos de la relación. Abandonan la intención de “remodelar” al compañero y tratan de ser agradables a toda costa. Aprenden a manejar la tensión y los conflictos inherentes al dilema de amar a la persona y detestar no obstante algo que ésta hace. Saben amarse sin necesidad de estar de acuerdo en todas y cada una de las cuestiones. Las parejas que continúan su evolución a lo largo de esta etapa llegan a comprender la interconexión existente entre todos los seres humanos en cualquier parte; interdependencia que es paralela a la experimentada por la pareja. (Campbell, 1991 citado en Pérez et al, 2005).
- ❖ Creación conjunta: En esta etapa la pareja aplica al mundo que está más allá de su asociación todo lo aprendido en las etapas previas. Ahora son capaces de expresar el sentimiento de unidad humana que experimentan en su relación y ofrecer a los demás los frutos de su creación conjunta. Así las parejas que están en esta etapa normalmente se ocupan de trabajos creativos compartidos como forma de hacer una contribución al mundo. Un fallo posible en esta etapa es la tendencia de algunas parejas a poner demasiada atención en su relación con “el mundo”, dejando poca energía para el “cuidado y nutrición” de la propia relación de pareja. (Campbell, 1991 citado en Pérez et al, 2005).

(Lemaire, 1979 citado en González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) muestra la existencia de una particular dialéctica, donde se establece una relación en la que hace falta un mínimo de experiencia funcional para que la erotización alcance un alto grado. Un mínimo de abandono de sí mismo al otro y apropiación del otro por uno, producen la satisfacción erótica que supera a la descarga, es decir, permite la genitalidad que involucra la comunicación de los integrantes de la pareja.

También en un movimiento dialéctico se generan tensiones donde se oponen las corrientes pulsionales y las defensas individuales o diádicas organizadas para limitar a las primeras y defender la existencia y autonomía de las personas. Con base en lo anterior, se puede decir que el afecto en el acto amoroso no sólo refleja tensiones entre la pulsión y objeto, sino también inter e intrayóicas (Freud, 1910 citado en González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).

(Campuzano, 2002) menciona que las personas a quienes angustia la cercanía afectiva realizan un cuidadoso manejo de la distancia emocional a fin de lograr una zona tolerante y cómoda, evitando aquella que les resulta amenazante.

Las personas afectadas por este conflicto, simultánea y contradictoriamente, desean y temen la cercanía afectiva; esto es lo que las hace sufrir y las mantiene en ese círculo repetitivo.

El deseo de intimidad les mueve a acercarse y, llegado un punto, les angustia y les mueve a alejarse hasta que se generan temores a la separación que hacen que alguno de los cónyuges inicie un movimiento de rea cercamiento que, alcanzando un cierto grado de intimidad, dispara los temores a la cercanía, y el ciclo se repite una y otra vez. (Campuzano, 2002).

Los orígenes psicodinámicos de estos conflictos con la cercanía afectiva dependen de las vicisitudes del desarrollo psicosexual en la temprana infancia y de las correspondientes (en los trastornos preedípicos) en una u otra de las etapas de ese desarrollo. (Campuzano, 2002).

Estas etapas están definidas por distintas modalidades operativas en la relación vincular: en la etapa oral, de tipo incorporativo y posesivo; en la etapa anal, de tipo expulsivo-destructivo o de control; en la etapa fálica, de dominio y rivalidad o seducción. (Campuzano, 2002).

En algunos casos la demanda a la pareja es más de protección maternal que de compañía conyugal y en la sexualidad se busca más la ternura, el puro “apapacho” infantil, que la sexualidad pasional del adulto. (Campuzano, 2002).

En estos casos no hay temor a la cercanía sino al compromiso. Se trata de individuos inmaduros e infantiles que no tienen temor a la dependencia, ya que es algo que más bien buscan para restituir la simbiosis original madre-hijo y, por ello, lo que evitan son las responsabilidades de una relación adulta. (Campuzano, 2002).

Los narcisistas, otra modalidad de los trastornos de la etapa oral tienen dificultades para establecer relaciones amorosas profundas y suelen asumir una actitud explotadora y de poco compromiso en ellas. (Campuzano, 2002).

(González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) expresan que los motivos por los cuales se casan las parejas es posible observar en tres niveles.

- ❖ Consciente: Lo observable, por amor, por buscar una compañía o por satisfacer alguna expectativa preciada.
 - ❖ Preconsciente: para satisfacer nuestros deseos, fantasías, algunas creencias, planes que muchas veces no son comunicadas por temor, “vergüenza o miedo a que digan” no te quiero”.
 - ❖ Inconsciente: Se refiere a los deseos y necesidades irracionales y contradictorias que hay en cada uno de los individuos. Los elementos de este nivel pasan en muchas ocasiones inadvertidos, y son los verdaderos cimientos de una relación. De acuerdo a su problemática personal que tienen una naturaleza neurótica o psicótica, que muchas veces se deposita en la relación con el otro, y de la que posteriormente aparecen necesidades no resueltas de competencia, dominio, destrucción o de sumisión.
- Para que un hombre o una mujer se permita o pueda tener una pareja, se necesita de una disponibilidad interna; primero es necesario separar los vínculos amorosos que tienen con sus padres y hermanos. Saber y sentir que sin ellos van a estar bien, que no los necesitan.

Para (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) el matrimonio desde el psicoanálisis, si bien es cierto que puede darse una relación enteramente diferente a la de los padres, por lo general se considera que es un proceso contractual en el que se repiten patrones de relación, que de alguna manera se reeditan en la relación presente.

(González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) explican que la ruptura de una relación de pareja puede darse por una mala elección, ya sea por no darse cuenta de las características del partenaire elegido, que a su vez se encuentra ligado con su historia de vida o por que durante la convivencia, se desarrollaron situaciones que dieron como resultado la ruptura.

(González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) consideran que para explicar la manera en que se realiza la formación y destrucción de la pareja, es posible hacer uso de los siguientes elementos:

- ❖ Concepto de determinismo psíquico: la existencia de un inconsciente activo; y otros puntos de vista teóricos como lo son la compulsión a la repetición (Freud, 1914 citado en González Núñez & Padilla Velázquez, 2008), lo que permite elegir a alguien de manera prácticamente automática, considerando la mínima cantidad de energía empleada y dados los procesos de identificación que los sustentan.
- ❖ Repetir para no recordar: Es menos doloroso, comprometedor y aparentemente menos costoso energéticamente hablando, debido a las implicaciones emocionales que puede tener. (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).

(Eguiluz, 2007) menciona que al constituirse la pareja sobre el amor se quiere significar que desde ese amor libremente expresado se desarrollará la sexualidad y genitalidad de los integrantes de la pareja, lo cual incluye los planos biológico, psicológico y espiritual.

(Eguiluz, 2007) comenta de la existencia de algunos modos de enamoramiento. Estos son:

- ❖ Enamoramiento tipo “yo ideal”: Los miembros de la pareja necesitan mantener una vivencia de plenitud funcional donde toda separación es desmentida, sosteniéndose una díada narcisista compacta y sin fisuras. El vínculo es despojado de su inclusión en la temporalidad, no aparecen preguntas sobre el futuro y el proyecto del vínculo; se da igualmente por sabida la historia y el pasado del objeto. En este tipo de vínculo, el amor se instala siguiendo la ley del todo o nada. El deseo de vivir un enamoramiento de este tipo constituye una aspiración casi universal: la de la otra mitad que viene a hacer efectiva la tan deseada completud sin exigir nada a cambio, ni siquiera trabajo psíquico. (Eguiluz, 2007).
- ❖ Enamoramiento tipo “ideal del yo”: Se admiten interrogantes y hay una aceptación de la alteridad. En este tipo de enamoramiento, el funcionamiento narcisístico aparece mediado por la castración, en el tipo ideal del yo; los enamorados constituyen una díada idealizada, pero ésta no es perfecta ni absoluta, una distancia la separa del ideal. Cuanto más predomine en el enamoramiento el funcionamiento narcisístico, tanto más dolorosas resultarán las elaboraciones que demandan su salida. Cuanto más se haya reconocido la presencia de obstáculos, tanto menos dramático se puede imaginar el postenamoramamiento. (Eguiluz, 2007).
- ❖ El enamoramiento de la “institución”: El matrimonio, además de una forma estable de intercambio afectivo es una institución (organización establecida por la sociedad, reglada y dedicada al logro de ciertos objetivos). Hay individuos que desean fervientemente acceder a esa institución por razones que en sí mismas son independientes de la personalidad del otro ser humano que se elige para organizarla: desean tener hijos, no estar solos, tener una familia, etc. El otro no interviene más que acordando un estado de unión indisoluble. Según esta dinámica del inconsciente, al “enamoramiento” le puede seguir el “desenamoramamiento”. En este momento muchas parejas se disuelven. Surge un “nosotros” que no es fusional, sino que incluye la diferencia, el conflicto, por eso enviste el tiempo futuro y no solamente el presente atemporal. (Eguiluz, 2007).

(Sánchez Escárcega, 1995 citado en Campuzano, 2002) expresa que el enamoramiento se produce y mantiene mediante mecanismos regresivos, aunque normales y necesarios, puede establecerse que muchos de los ámbitos de intimidad de la pareja tendrán este matiz regresivo, con el consecuente borramiento de fronteras yo-tú, un poco a semejanza de la inicial indiscriminación del bebé entre yo-no yo, sobre todo entre él y su madre; por lo tanto aparecerán mecanismos primitivos de relación, comunicación y defensa, como la identificación proyectiva, que no son usuales en la vida, salvo en personalidades muy inmaduras o en relaciones interpersonales íntimas.

En términos de (Piera Aulagner, 1986 citada en Eguiluz, 2007), el enamoramiento puede constituir un hito significativo en lo denominado como “el proyecto identificatorio”, La construcción continua y permanente del yo por el yo.

(Alizalde, 1992 en Caratozzolo, 2002 citado en Pérez et al, 2005) sostiene que: “En la cima del enamoramiento amenazan desvanecerse los límites entre el yo y el objeto. Contrariando todos los testimonios de los sentidos, el enamorado asevera que yo y tú son uno, y está dispuesto a comportarse como si así fuera”. “La diada exclusiva de pasión amorosa pide la eternidad, quiere estar fuera del tiempo y del espacio. La gratificación narcisista hallada se espeja en función diática primaria. El movimiento regresivo revive la intensidad funcional de los primeros tiempos de vida. Se entiende así la tenacidad con que el apasionado se aferra a su objeto y esa indesviabilidad que hace que “sea ése y no otro”. El sujeto no es contingente de la pasión; es necesario, irremplazable, único. Es el garante de la supervivencia psíquica del sujeto, quien recrea en el marco de la pasión, la pasión arcaica con la madre”.

(Berestein-Puget, 1982 en Caratozzolo, 2002 citado en Pérez et al, 2005) dice que el estado de enamoramiento suele vivirse en la época del noviazgo, con todo lo que esta etapa comporta. Además de la falta de responsabilidades propias del noviazgo, el tiempo que se comparte es por lo general tiempo de ocio. En esta época el intercambio es sumamente gratificante: los novios se proporcionan

mutuamente mucha atención, se hacen regalos, se comunican, se dan cariño y se hacen promesas. De todo esto se desprende un alto nivel de expectativas sobre la posterior convivencia, fruto de los aspectos anteriores.

(Eguiluz, 2007) menciona que cuando dos individuos se encuentran y aparece en ellos el deseo amoroso, la comunicación verbal se activa:

- ❖ Las palabras fluyen en armonía, aunque a veces los temores al rechazo bloquean ese libre fluir.
- ❖ Las frases se impostan casi poéticamente. Hasta en los temores histriónicos, la impronta seductora impregna las palabras.
- ❖ Aparece cierta cadencia en el discurso, cierta tonalidad en el hilván de las frases.
- ❖ La gestualidad se modifica.
- ❖ La mímica es más sutil y los movimientos se encorvan y entorpecen.
- ❖ Los ojos se entrecierran, la boca se mueve más provocadoramente y las miradas de los partenaires retroalimentan todo este juego.

(Eguiluz, 2007) comenta que cuando dos personas se encuentran, se agregan fluidos endocrinológicos y bioquímicos. El establecimiento de la relación posibilita hacer descender un poco los niveles de romanticismo (tanto verbales, paraverbales, etcétera). No porque se está menos enamorado, sino porque en dicho periodo romántico, los amantes se hallan preocupados por ser correspondidos, tanto hacen cosas que cautiven al partenaire, son hábiles detectores de cuáles son los detalles que seducen al otro e intentan ponerlos en juego. Se trata de una etapa donde se trabaja para asegurar la relación, más allá de los efluvios químicos e instintuales que acompañan al proceso.

Diversos estudios han descrito los mensajes no verbales que se intercambian durante el galanteo (Davis, 1971 en Casado, 1999 citado en Pérez et al, 2005) y que parecen constituir como una señal de aprobación por parte de las dos personas, un permiso y al mismo tiempo un deseo de intimar más. En general parecen existir (y con carácter transcultural) dos fases:

- ❖ Primera: ambos “galanteadores” exhiben su sexualidad para atraer al otro (aquí cabría mencionar que la cultura e incluso la moda definen el qué y cómo).
- ❖ Segunda: los dos adoptan posturas menos agresivas, más infantiles y blandas para tranquilizar al otro.

Desde los primeros intercambios los dos individuos, además del contenido de los mensajes, están mostrando al otro sus estados del yo favoritos. Si éstos resultan complementarios a los del otro, le empezará a resultar atractivo a un nivel más profundo que el del atractivo físico (que indudablemente favorece el ser elegido) o el del ambiente desenfadado y divertido de una discoteca (alcohol incluido). (Davis, 1971 en Casado, 1999 citado en Pérez et al, 2005).

Se observa que a partir de esa primera atracción basada en el guion y con unos procesos de comunicación restringidos por los roles sexuales, ambos integrantes han percibido la complementariedad del otro y empezarán a practicar los juegos que constituyen sus conductas de protección. Si la otra persona participa de forma satisfactoria en ellos, el vínculo se hará más fuerte. Si por el contrario, a pesar de lo que parecería, el otro no cumple las expectativas, la pareja no progresará. (Davis, 1971 en Casado, 1999 citado en Pérez et al, 2005).

(Eguiluz, 2007) señala que el elegir desde el deseo, adulto, maduro y con pocos indicios neuróticos, da la posibilidad de discriminar el objeto amoroso, observando tanto sus aspectos virtuosos como sus áreas de oportunidad; que no son positivos y negativos por sí mismos sino para la construcción de quien elige, o sea, son atribuciones de segundo orden.

(Eguiluz, 2007) hace mención de que no es lo mismo desear tener pareja que necesitar desesperadamente una pareja. El hecho de no tener una pareja, no implica ser un carenciado. Los carenciados son personas dependientes, aquellos que no logran convivir consigo mismo y buscan en la pareja deferentes de retroalimentación.

La necesidad genera ansiedad y esto se traduce en arrebatos de acciones, manotazos de ahogado que, en muchas ocasiones, por miedo a la soledad, la falta de reconocimiento y la desvalorización, conducen a elegir un partenaire lejos de las verdaderas posibilidades de relación. (Eguiluz, 2007).

(Eguiluz, 2007) refiere la existencia de dos tipos de partenaires amorosos:

- a) Ideales, en donde solamente se observan las virtudes (que se atribuye, selecciona o construye en el otro).
- b) Reales, donde se contemplan tanto las virtudes como los elementos considerados defectos.

(Eguiluz, 2007) comenta que todo lo correspondiente a las relaciones de pareja se observa tempranamente, ya que la pareja de padres es el primer modelo que se incorpora a la cognición. Por lo tanto, esto describe a una pareja como una estructura de interacción de una profunda interacción de dos personas reales con dos pares de modelos internalizados que permanentemente intercambian en el aquí y ahora.

(Campuzano, 2002) expresa que el comportamiento humano es determinado por la interacción de dos grandes fuerzas; por un lado, las de la naturaleza, que dan lugar a la presión de las pulsiones individuales, tanto sexuales como agresivas, que buscan su expresión y descarga (nivel o dimensión pulsional, instintual o del deseo); y por el otro, una respuesta de presión social, que genera diversos temores, normas morales e ideales listos para interiorizarse, que buscan la regulación de las pulsiones de los individuos (nivel o dimensión institucional o social). Ambos niveles, el institucional y el pulsional, participan en la elección y el mantenimiento de la pareja, así como en la determinación de su ruptura cuando esto llega a ocurrir.

(Campuzano, 2002) explica que en la medida en que la relación de pareja se aferra más a una cierta intención de durar, más importa la reciprocidad de las relaciones y más se impone una

comprensión del carácter sistémico que acompaña a la conciencia de un “nosotros colectivo”. La reciprocidad implica el equilibrio de satisfacciones, donde ambos obtienen alguna ganancia psicológica.

Para que se establezca la pareja, y pueda perdurar por algún tiempo, es preciso que sus integrantes encuentren alguna ventaja psicológica en la relación que van a conformar, por consiguiente, no basta con que uno de ellos encuentre en el otro la representación de su Ideal del Yo; también es preciso que este otro, o bien encuentre también en el primero la representación de su propio Ideal del Yo, o las satisfacciones derivadas de que lo ame un compañero en quien busca la debilidad o falla. (Campuzano, 2002).

(Campuzano, 2002) menciona que cuando se habla de la función defensiva; se refiere a la contribución, al equilibrio personal que el sujeto espera de la persona a quien ama. Este equilibrio personal está íntimamente ligado a la organización defensiva del Yo frente a un conjunto pulsional que nunca se controla por completo, especialmente en relación con sus componentes parciales. Esta función defensiva se realiza mediante la satisfacción o prohibición a ciertas pulsiones por la pareja elegida.

La elección de pareja también se da, como lo señalara (Freud; 1905, 1914 citado en Campuzano, 2002), en función de dos modalidades de relación:

- ❖ La elección anaclítica que sigue los modelos parentales, la madre que alimenta o el padre que protege.
- ❖ La elección narcisista, que toma como modelo a la propia persona respecto a cómo fue, cómo es, o cómo le gustaría ser. Esta última siempre formará parte de la elección, en tanto define la participación imprescindible del ideal del Yo.

Lemaire señala que el estado amoroso permite al ser humano reconstruir su vitalidad afectiva y sus capacidades de adaptación, además de acompañarse de un estado agradable semejante al reposo, al sueño, al orgasmo, etcétera. (Campuzano, 2002).

(Campuzano, 2002) comenta que las ganancias obtenidas por las parejas en el estado amoroso del amar y ser amados son amplias, pero también tiene sus costos:

- ❖ El primero tiende a producir distorsión y alejamiento de la realidad que juega a contracorriente de las fuerzas biológicas y sociales de tipo progresivo que suelen ser las dominantes.
- ❖ El segundo implica para el individuo alguna forma de dependencia o de apropiación, donde pierde cierta parte de su autonomía y libertad.

(González Núñez & Padilla Velázquez, 2008) mencionan que en la vida afectiva de la pareja, para el hombre son importantes las siguientes cosas que constituyen el atractivo sexual: el arreglo personal, el olor, el aliento, el acto de acariciar, tocar suavemente, mimar, pues todos estos ingredientes parecen evocar una respuesta emocional más intensa y placentera.

Especialmente, el hombre se relaciona con la pareja de una manera que le permite satisfacer la búsqueda de alimento y protección, y una vez que lo obtiene, busca la diferenciación que le va a garantizar la manifestación de su propia individualidad, sin dejar la relación de dependencia que inevitablemente se da con la pareja. (González Núñez & Padilla Velázquez, 2008).

(Eguiluz, 2007) menciona que los individuos pueden en ocasiones caer en el juego de querer cambiar al otro, juego del cual es difícil zafarse más aún cuando están convencidos de que en verdad se hallan enamorados. Se entretejen entonces las características de cada partenaire. Se encuentran atrapados, presos, en un perímetro en el que sus modificaciones no cuestionan las reglas del juego, cuando es necesario el cambio de éstas para generar el crecimiento de una nueva estructura.

Cuando los miembros de la pareja quedan adheridos al juego de querer cambiar al otro, de acuerdo con los parámetros personales, se intenta a toda costa que el compañero se ajuste a esas expectativas. (Eguiluz, 2007).

Cuando uno de los partenaires, o ambos, quedan adheridos a la idealización que han depositado en el otro, el pasaje a recalificar se torna complejo. Es allí cuando aparecen las sensaciones de desencanto, palabra que tan significativamente expresa la desidealización del ser amado. El individuo boquiabierto tiende a connotar positivamente hasta aquellas cosas que más tarde repudiará, pero, a mayor encantamiento, mayor desazón cuando se inicia el período en donde se entrevén los aspectos que disgustan. (Eguiluz, 2007).

Parece que el juego de “Quién es el que manda”, es inherente a las relaciones humanas y excede el marco de las relaciones de pareja. Los juegos de poder a que se hace referencia, esa vieja y tan mentada dialéctica del “Amo y el esclavo” a la que alude Hegel (ambos se complementan y ambos se necesitan), es patrimonio de los juegos de interacción. Si existe un vencedor, existe un vencido. En este caso, lo que se pierde es el terreno personal: el vencido se llena de angustia que a veces se traduce en enojo, el que descargará inmediata o posteriormente en el afán de venganza o simplemente en duplicar la puesta competitiva. (Eguiluz, 2007).

Él se sumerge en un ensortijado mar de racionalizaciones, negaciones y proyecciones, que provocan una contaminación del vínculo donde el otro deja de ser el otro para convertirse en una prolongación, pantalla o blanco del primero. Así se conforma uno de los clásicos estereotipos de relación a que se someten los integrantes de la pareja. (Eguiluz, 2007).

Otro de los juegos que enfrenta una relación de pareja y la transformación en despareja es aquel en el cual los individuos se envuelven en suposiciones acerca del partenaire y no las cotejan con la realidad de lo que el otro sintió, pensó o actuó. Los supuestos son estructuras cognitivas que, como

categorías (Whitehead & Rusell, 1913 citados en Eguiluz, 2007), implican atribuciones de significado.

En los juegos del mal amor se supone y se avanza con el supuesto a cuestas, en la creencia de que lo que se supone es lo que el otro transmitió. Los supuestos son comunes en la comunicación y se construyen cotidianamente, Pero en las relaciones humanas, el liderazgo de atribuciones y suposiciones lo lleva la pareja. Por la creencia de que al otro se le conoce en profundidad, se da por sentado lo que el otro quiere expresar mediante un gesto, palabra o actitud. (Eguiluz, 2007).

(Eguiluz, 2007) menciona que el lenguaje analógico; aquel de la gestualidad, de las actitudes, del lenguaje corporal, hace que se transmita información tal como lo hace el lenguaje verbal. El problema parece centrarse en que los humanos están habituados a enfocarse en las palabras y pierden el registro de cómo expresarlas. De modo que muchas de las discusiones de una pareja tienen su raíz en una confusión de niveles lógicos.

Estas confusiones de niveles minan de manera cotidiana la estabilidad relacional y pueden estructurarse como una modalidad de interacción. Modalidades que son factibles se trasladen a las relaciones parentales, repitiendo los estilos de comunicación conyugal. (Eguiluz, 2007).

(Eguiluz, 2007) comenta que un ejemplo de lo antes mencionado son los partenaires dependientes de la valoración y el reconocimiento de la pareja. Son personas que buscan la calificación en el afuera, desarrollando acciones para satisfacer al otro y así obtener su reconocimiento, lo que genera carga y tensión en el partenaire que se siente observado y obligado a expresar valoración de manera permanente. La pareja se transforma en un partenaire descalificador y uno sometido que hace para lograr ser valorado por el mismo, hasta tensarse la relación en pares complementarios casi de sadomasoquismo.

En la polaridad de la dependencia, uno de los integrantes hacia el otro produce asfixia, fobias, malestar, fastidio, toma de distancia, etcétera. El demandante se convierte en una enredadera humana y es allí donde comienzan los intentos de soluciones fallidas: cuanto más se intenta acercar, se halla el efecto contrario y más serán las ganas de alejarse. (Eguiluz, 2007).

También la excesiva independencia, el abuso de las libertades individuales en alguno de los cónyuges, lleva a que uno de ellos, por ejemplo, intente retener mediante el control extremo, criticando, pidiendo explicaciones, desencadenando celos, entre otras conductas (a menos que la independencia sea parte del contrato marital y ambas personas acuerden tal estilo relacional). (Eguiluz, 2007).

(Eguiluz, 2007) explica que otro de los juegos que desarrolla una pareja y que poco clarifica la relación, es el juego de culpar al otro. Ante una situación determinada que genere conflicto, los integrantes lejos de aceptar su responsabilidad en el problema, tienden a depositar las culpas en el partenaire. Es decir, se expresa:

- ❖ “Tú has sido quien.....”
- ❖ “Tú deberías haber hecho.....”
- ❖ “Tú eres el que provocó.....”
- ❖ “Tú eres el culpable.....”

En pocas ocasiones una pareja habla de “nosotros” como una tentativa de distribuir las culpas entre ambos integrantes. Hablar de “nosotros” es hacer partícipe a la pareja como una entidad, de la cual cada integrante colabora en la reciprocidad relacional que implica. El sistema pareja es un sistema y como tal cada integrante tiene su responsabilidad en el juego. (Eguiluz, 2007).

(Eguiluz, 2007) expresa que muchas de las inculpaciones tienen su lógica en el reproche, anclando en el presente el pasado de la relación y haciendo pronósticos acerca del futuro de la pareja, es el resultado de su historia y la historia se construye en el presente que se transforma en pasado de manera inmediata, si se descuida el “aquí y ahora”, la historia será caótica y el proyecto de la pareja se verá interrumpido.

Las rupturas de homeodinamia relacional, aluden principalmente a los cambios que una pareja realiza, ya sea en sus dos miembros o en uno, así como en situaciones críticas que deben afrontar y que desbalancean el equilibrio alcanzado. Esta polaridad estabilidad-cambio-estabilidad constituye las diferencias de todo sistema. El tema parece enfocarse en los recursos, en este caso del sistema de pareja, que le permite alcanzar un nuevo estatus de equilibrio. (Eguiluz, 2007).

(Eguiluz, 2007) menciona que en muchas parejas, el crecimiento desproporcionado de uno de sus miembros hace que se desequilibre la relación y no pueda ser recuperable la estabilidad. Esta ruptura del equilibrio genera los odios más intensos y el desenvolvimiento de un intercambio de agresiones que generalmente, son la base de escaladas progresivas.

(Eguiluz, 2007) comenta que sostener una relación de pareja durante años implica, sin duda, un trabajo cotidiano. Trabajo que implica redefiniciones parciales, para dejar estables algunos perfiles de la relación. El pasaje de años hace variar los estilos relacionales amorosos, las formas de expresión afectiva, las necesidades, expectativas de respuesta, actividades, gustos y preferencias, entre otros elementos.

3.4 La relación de pareja homosexual:

En dicho apartado se verá lo correspondiente a, primeramente, el concepto de relación de pareja homosexual y, posteriormente, lo referente a sus tipos de vida, entre otras cuestiones.

De acuerdo a (Caudillo Herrera & Cerna Trujillo, 2007), la pareja homosexual se refiere a la unión de dos personas del mismo sexo que forman una unidad en el marco de una relación diádica y que resulta de la combinación de las experiencias y la historia de cada uno de los miembros, los cuales se desenvuelven en un entorno determinado.

(Campuzano, 2002) considera que lo primero que hay que decir es que las parejas homosexuales masculinas son escasas en relación con el número de individuos gay, ya que prefieren las relaciones transitorias fincadas sólo en la sexualidad. Entre las lesbianas, en cambio, son más frecuentes las parejas estables. La educación sexista, con orientación de la mujer hacia el hogar, la pareja y la familia, es visible en el mundo homosexual.

Como muchos de los hombres y algunas de las mujeres tienen un fuerte apego y dependencia a las madres, suelen permanecer en el hogar de la familia de origen, con las consecuentes dificultades prácticas para establecer una pareja y con un profundo temor al compromiso amoroso que implique la separación del objeto original. (Campuzano, 2002).

Entre varones suelen abundar las parejas con importantes diferencias de edad: un hombre joven (frecuentemente con elección de tipo anaclítico: madre que cuida, padre que protege) con un hombre maduro (frecuentemente con elección de tipo narcisista: el joven que fui o que hubiera querido ser). Aun sin diferencia de edad son frecuentes las formas de vínculo tipo padre-hijo. (Campuzano, 2002).

En las parejas masculinas de larga duración (y en algunas de las femeninas) suele darse un abandono de la sexualidad, con predominio de la corriente tierna sobre la sensual. Esto puede deberse a predominio del amor anaclítico, a inhibiciones derivadas de temores incestuosos o a escisiones idealizadoras. (Campuzano, 2002).

(Weinberg & Bell, 1978 citados en Navarro, 2000) identificaron los siguientes tipos de vida homosexual:

- 1) Homosexuales en pareja cerrada: Su relación es muy parecida al de un matrimonio convencional, rara vez buscan compañeros fuera de la pareja, no suelen presentar problemas sexuales, poseen buen ajuste social y pocos problemas personales, aceptan mejor su identidad y son más felices.
- 2) Homosexuales en pareja abierta: No están del todo satisfechos, por lo que buscan otras relaciones y no aceptan del todo su identidad. Esta forma de vida es habitual en los hombres, ya que las mujeres tienden a vivir por lo general en parejas cerradas.
- 3) Homosexuales funcionales: No tienen pareja, se consideran muy atractivos en lo sexual, escasamente presentan problemas de este tipo, no lamentan su condición, son en su mayoría más jóvenes que los grupos antes descritos y tienen mayormente problemas sociales (arrestos o discusiones), debido a la búsqueda de nuevos compañeros.
- 4) Homosexuales disfuncionales: Su vida no les es tan gratificante, tienden a presentar muchos problemas sexuales, se lamentan de su condición, suelen ser víctimas de extorsiones sociales y conflictos de toda clase, en especial las laborales y frecuentemente acuden a psicoterapia.
- 5) Asexuales: Son muy reservados, siendo su patrón de vida la soledad, tanto en lo social como en lo sexual.
- 6) Homosexuales casados: Como se recordará el matrimonio religioso es imposible para estas parejas y por el civil es limitado. Se ve muy común en las mujeres una tendencia a casarse más pronto, quizás en un intento de finalizar la situación conflictiva que les genera su orientación sexual. Suelen elegir un cónyuge de tipo pasivo y poco agresivo. (Navarro, 2000).

Otro tipo de vida homosexual a considerar es la incidental, aquella en la cual se convive con miembros del mismo sexo por un lapso de tiempo determinado, retomando posteriormente la vida

heterosexual. Esta puede darse mientras se cumple una condena (cárcel), se realiza el servicio militar (milicia) o se estudia lejos de casa (internado). Cabe aclarar que puede ocurrir o no. (Navarro, 2000).

(Ramos, 2011), en su artículo titulado “Parejas del mismo sexo y su ciclo evolutivo”, propone que las parejas homosexuales se eligen tomando en cuenta factores psicológicos, sociales y culturales. Así mismo, propone que las parejas homosexuales se estructuran en función de criterios que se diferencian de aquellos que estructuran las relaciones de pareja heterosexuales. A decir, dichos criterios son:

- a) En función de roles de género (masculino y femenino): Estos roles son tomados como modelo de las relaciones de pareja heterosexuales y hacen referencia al rol activo (masculino) y pasivo (femenino).
- b) En función de las diferencias de edades entre sus miembros (joven – adulto): En este criterio casi siempre el miembro de mayor edad es el que tiene mayor jerarquía y autoridad y, por lo general, suele asumir el rol activo en la relación, no obstante, encontramos lo contrario.
- c) En función de su grupo de pares: Este criterio se basa en el deseo entre jóvenes de compartir y formar una relación equitativa en términos de status, poder y respeto. Por lo general, ambos se encuentran en condiciones similares de edad y entorno sociocultural.

El mismo autor refiere que el homosexual atraviesa por varias etapas en el proceso de descubrimiento de su orientación homosexual y en la estructuración de la relación de pareja. A decir, las etapas son:

- a) Etapa de sensibilización: Los miembros de la pareja comienzan a reconocer que sienten algo diferente.
- b) Toma de conciencia de deseos hacia el mismo sexo: Cada miembro de la pareja asume su propia orientación sexual, pero no se acepta el concepto de “homosexual”.

- c) Reconocimiento y Autodefinition como homosexual: En esta etapa, el homosexual siente la necesidad de estar en contacto con personas de su misma preferencia sexual, no obstante, mantiene un marcado ocultamiento de sus preferencias ante su entorno próximo.
- d) Aceptación de la propia homosexualidad: En esta etapa, se concede un significado muy positivo al hecho de ser homosexual.
- e) Integración de la homosexualidad como parte de la identidad personal y social: En esta etapa se concede a la homosexualidad únicamente un significado sexual.

Por último, este autor sostiene que la pareja homosexual cumple con varias funciones. Algunas de ellas son:

- 1) Comunicación: Dicha comunicación debe ser clara, directa y congruente.
- 2) Adjudicación y asunción de roles: La pareja debe asumir de forma congruente, flexible y satisfactoria los roles que determinan la dinámica de interacción entre sus miembros.
- 3) Satisfacción sexual: La pareja debe obtener gratificación en el aspecto sexual en un marco de respeto mutuo, satisfacción y frecuencia en la actividad sexual.
- 4) Toma de decisiones: La pareja debe tomar decisiones de manera conjunta y también respetar las decisiones individuales que cada uno de sus miembros tome.

El amor en las parejas homosexuales es un tema complicado, ya que no cuentan con modelos establecidos. (Parejashomosexuales.com, 2015).

Los homosexuales, contrario a la creencia popular, son capaces de entablar relaciones duraderas basadas en la honestidad, pero no es adecuado el reproducir el modelo de la pareja heterosexual, ya que la realidad y necesidades son otras. (Parejashomosexuales.com, 2015).

Una relación de pareja de dos hombres, no puede jamás seguir cánones de la relación entre hombre y mujer, no es lógico que uno de los miembros de la pareja adopte el rol de mujer. Dos hombres que recibieron educaciones similares, donde están orientados a conquistar, tener una vida social activa, incluso a mandar, no se adaptarán a tomar un rol que no les corresponde. Por tanto, es

necesario crear la relación con base a las personas que la integran, sin ajustarse a modelos preexistentes. (Parejashomosexuales.com, 2015).

Muchas veces, los prejuicios de la familia o los propios, interfieren con la relación de pareja, llegando a ocultar al otro de las miradas de conocidos, esto genera una degradación en la relación, que a la larga tendrá consecuencias. (Parejashomosexuales.com, 2015).

Las parejas homosexuales deben tomar en cuenta las interferencias que puedan producirse por parte de las familias que prefieren culpar de la homosexualidad de su hijo a la pareja y por lo tanto, tratarán de “rescatarlo”. (Parejashomosexuales.com, 2015).

CAPÍTULO 4.

INVESTIGACIÓN RELACIONADA

Con la finalidad de desarrollar este capítulo, se han buscado investigaciones respecto a la asertividad en los hombres homosexuales, así como la influencia de estos factores en la formación y mantenimiento de la relación de pareja, sin embargo, no se han encontrado investigaciones que intenten relacionar el total de las variables antes mencionadas. Por otra parte, existen documentos que abordan el tema de la asertividad en el género masculino, la homosexualidad desde varias perspectivas o posturas teóricas, así como la formación y mantenimiento de las relaciones de pareja. A continuación, un resumen de los hallazgos más relevantes para fines del presente trabajo:

Egozcue Romero (1997) realizó una investigación en México, en la cual buscó determinar las posibles diferencias en la asertividad que presentan los hombres y las mujeres. Para tal fin, utilizó una versión anterior del instrumento utilizado en la presente investigación, denominado como Escala Multidimensional de Asertividad elaborada por Flores Galaz en 1994. Sus resultados se orientan a descartar la existencia de diferencias significativas entre hombres y mujeres en cuanto al nivel de

asertividad que manejan, es decir, tanto hombres como mujeres son igualmente asertivos, no obstante detalló algunas diferencias producto de un análisis más minucioso. Uno de los hallazgos más relevantes se refiere a que los mexicanos evaluados mostraron un mayor nivel de asertividad hacia familiares, compañeros y amigos. En segundo lugar, la asertividad en situaciones cotidianas y, en último lugar, la asertividad hacia figuras de autoridad (como padres y maestros).

Romo Aguirre (1995) se propuso investigar cómo influyen las actitudes inconscientes de los padres hacia los hijos, en cuanto a preferencia sexual. Para lo cual, evaluó un grupo de hombres homosexuales mediante la aplicación del Test de Figuras Incompletas de Sacks. Los resultados revelaron que el grupo de hombres homosexuales suelen desarrollar un trastorno narcisista, tristeza, sentimientos de culpa, temor, autodevaluación y tendencias autodestructivas como parte de la dinámica de interacción frente a ambos padres.

Romo Aguirre (1995), reunió algunas investigaciones dentro de su marco teórico, las cuales sostienen que el hombre homosexual ha tenido una relación con la madre de mayor apego en comparación a la establecida con el padre. La primera, se caracterizó por ser una relación íntima y apegada hacia el hijo que devino homosexual, mientras que la segunda se caracterizó por ser una relación desapegada, desafectivizada y en la cual predominó el abandono e incluso la violencia hacia el hijo (Bieber, 1967, citado por Romo Aguirre, 1995).

La importancia de la investigación expuesta por Urtiz López (2008) se centra en ofrecer de manera detallada y objetiva una explicación de los posibles factores relacionados con el maltrato entre las parejas homosexuales, debido a la raquítica y errónea información con que se cuenta, la cual ha complicado la propuesta para nuevas alternativas que faciliten solucionar dicha problemática.

En su investigación, Urtiz López (2008) empleó como instrumentos de evaluación un cuestionario sociodemográfico; en el que se recababa datos como vida en pareja, patrones de salud enfatizando en drogas y o alcohol y violencia bajo los efectos de los mismos.

Otro instrumento empleado fue un cuestionario de factores de alto riesgo presentes en las relaciones destructivas (Ramírez & Vásquez, 2002, citado en Urtiz López, 2008); el cual mide baja autoestima, familia de origen, influencia familiar, influencia social, posesividad, celos, violencia/agresión, egoísmo, infidelidad, reconciliaciones rápidas, satisfacción de carencias, concepto de pareja y patrones aprendidos.

Los resultados que se obtuvieron revelaron que la violencia que se da en parejas homosexuales es tanto física como psicológica; no habiendo diferencias significativas entre ambos grupos, aunque las mujeres lo reportan levemente en mayor medida en ambos tipos de violencia, los hombres por su lado resultaron ser mayormente egoístas que las mujeres (Urtiz López, 2008).

Garnica Ojeda (2006), lleva a cabo una comparación en la intensidad de la culpa y la vergüenza entre hombres y mujeres, dependientemente de la preferencia sexual; para lo cual utilizó cuestionarios abiertos donde se les pedía a los participantes que describieran situaciones en las que hayan sentido culpa y vergüenza.

En el análisis del cuestionario respecto a culpa se conoció que dicha emoción no se encuentra aludida a la preferencia sexual, por lo cual no se procedió a una mayor investigación. Con base a las respuestas en el cuestionario de vergüenza, se generaron siete aseveraciones que se consideraron asociadas a la preferencia sexual, la cual fue sometida a evaluación interjueces. Posterior a la evaluación se procedió a la realización de un instrumento que se refiriera específicamente a sentimientos de vergüenza asociados a la preferencia sexual.

Como un control extra, y adaptada para fines de la investigación, se aplicó la Escala de Autoestima (Reidl, 2002, citado en Garnica Ojeda, 2006), que se encuentra conformada por 17 reactivos tipo Likert, con cuatro opciones de respuesta, que van desde totalmente de acuerdo a totalmente en desacuerdo.

Los resultados obtenidos en la investigación de Garnica Ojeda (2006) fue que no existían diferencias en la intensidad de la culpa y la vergüenza entre hombres y mujeres hacia su preferencia sexual. La importancia de la investigación llevada a cabo, fue explorar si la población de preferencia homosexual frente a la heterosexual expresa significativamente estas emociones, las cuales podrían repercutirles en la autoestima, en la manera de verse a sí mismos, así como también en su conducta frente a la sociedad conjuntamente.

La investigación realizada por Ávalos Paniagua (2007), tiene como punto medular la identidad gay, bajo la previa hipótesis de que para su consolidación, es prescindible que el homosexual se sirva de los recursos que el ghetto gay, como subcultura pone a su disposición.

Esta investigación basada en un estudio de caso, consistió en entrevistar a una sola persona; la cual se enfocó en el proceso de construcción de su identidad gay, con la finalidad de estudiar su desarrollo identitario de manera mayor detallada y completa posible, para lo cual se empleó una guía de entrevista semiestructurada.

En lo correspondiente a la identidad individual, Ávalos Paniagua (2007) refiere haber analizado los mecanismos mediante los cuales el entrevistado menciona haber hecho consciente su homoerotismo; el autoconcepto y definición de sí mismo; los valores internalizados en la socialización primaria; el duelo elaborado por el estilo de vida heterosexual y sus expectativas de vida. En lo referente a la identidad relacional; lo que el mismo autor analizó fueron referencias hechas por sus relaciones interpersonales, primeras experiencias homosexuales, la manera en que sus

relaciones interpersonales lo introdujeron al ghetto, la socialización de su sexualidad, temores al rechazo y relaciones de pareja. Por último; en la identidad colectiva, se analizó la búsqueda por la integración a la colectividad gay, sentido de pertenencia, percepción y crítica hacia el ghetto, estereotipos y actitudes y el pensamiento prosocial.

Ávalos Paniagua (2007) concluye que el individuo emplea los recursos que le son aportados por una colectividad, para así construir la percepción y definición de sí mismo. Antes de la vinculación con personas similares, el homosexual sufre de aislamiento social, con frecuencia autoinflingido por dejar de identificarse con el prototipo de su grupo de origen. La identidad homoerótica comienza su estructuración en lo individual, al asumirse aislado el individuo; prosigue en lo relacional, al construir vínculos con otros homosexuales de identidad mayormente estructurada; y alcanza un nivel de mayor consolidación al entrar en lo colectivo, en donde a través de previos vínculos, el individuo se integra a un grupo social. Cabe mencionar, que los tres elementos en la identidad mantienen interacción dentro de una sinergia equilibrada.

CAPÍTULO 5.

MÉTODO

5.1 JUSTIFICACIÓN:

La homosexualidad es un tema muy controvertido y se ha llevado a cabo diversas investigaciones en torno a ella. La asertividad, aunque no tan controversial, también ha sido partícipe de varias investigaciones. En esta investigación, se unen estas variables al llevar a cabo la comparación del tipo de asertividad que manejan los hombres homosexuales con y sin pareja. La presente investigación, tiene el propósito de contribuir a conformar células sociales sanas.

5.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN:

¿Existen diferencias en el tipo de asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja y los hombres homosexuales con pareja?

5.3 OBJETIVOS:

GENERAL:

Comparar la asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja y los hombres homosexuales con pareja.

ESPECÍFICOS:

- 1.- Conocer el tipo de asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja.
- 2.- Conocer el tipo de asertividad que manejan los hombres homosexuales con pareja.
- 3.- Analizar la asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja y los hombres homosexuales con pareja.

5.4 HIPÓTESIS:

Hi: Si existen diferencias en el tipo de asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja y los hombres homosexuales con pareja.

H0: No existen diferencias en el tipo de asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja y los hombres homosexuales con pareja.

5.5 VARIABLES:

V.I. Relación de pareja.

V.D. Asertividad.

5.6 DEFINICIONES CONCEPTUALES:

V.I. Relación de pareja: Se refiere a la unión de dos personas del mismo sexo o del sexo opuesto, que forman una unidad en el marco de una relación diádica y que resulta de la combinación de las

experiencias y la historia de cada uno de los miembros, los cuales se desenvuelven en un entorno determinado. (Caudillo, 2007).

V.D. Asertividad: Habilidad social que permite expresar los pensamientos, sentimientos, aceptar las críticas, dar y recibir cumplidos, iniciar conversaciones y defender los derechos de cada uno, de manera directa, honesta y oportuna, respetándose a sí mismo y a los demás. (Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2002).

5.7 DEFINICIÓN OPERACIONAL DE LAS VARIABLES:

VI. Relación de pareja: Se conoció dicha variable por medio de la ficha de identificación previa a la aplicación del instrumento. (Anexo 1).

V.D. Asertividad: Se conoció dicha variable, por medio de la aplicación de la Escala Multidimensional de Asertividad (EMA).

La escala está compuesta por tres dimensiones:

1.- Asertividad: Es la habilidad del individuo para expresar sus limitaciones, sentimientos, opiniones, deseos, derechos, para dar y recibir alabanzas, hacer peticiones y manejar la crítica de los demás. (Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2004).

2.- Asertividad indirecta: Es la inhabilidad del individuo para tener enfrentamientos directos, cara a cara, con otras personas en situaciones cotidianas o de trabajo, ya sea con familiares, amigos, jefes o compañeros de trabajo; llevándolo por tanto a expresar sus opiniones, deseos, sentimientos,

peticiones, limitaciones personales, realizar peticiones, decir no, dar y recibir alabanzas y manejar crítica, a través de cartas, teléfono u otros medios. (Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2004).

3.- No asertividad: Es la inhabilidad del individuo para expresar sus deseos, opiniones, sentimientos, limitaciones, alabanzas, iniciar la interacción con otras personas y manejar la crítica. (Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2004).

Cada una de estas dimensiones ha sido evaluada mediante 15 reactivos.

1.- Asertividad: 1, 7, 8, 11, 12, 14, 15, 17, 19, 21, 22, 26, 27, 33 y 38.

2.- Asertividad indirecta: 4, 16, 18, 20, 23, 24, 25, 28, 29, 32, 35, 36, 37, 40 y 44.

3.- No asertividad: 2, 3, 5, 6, 9, 10, 13, 30, 31, 34, 39, 41, 42, 43 y 45.

5.8 MUESTRA:

100 hombres homosexuales, de los cuales 50 tienen pareja y 50 no tienen pareja.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- ❖ Hombres que tengan una preferencia sexual homosexual.
- ❖ Edad entre 20 y 40 años.
- ❖ Homosexuales sin pareja.
- ❖ Homosexuales con pareja.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:

- ❖ Hombres que tengan una preferencia sexual heterosexual y/o bisexual.
- ❖ Edad menor de 20 y mayor de 40 años.

5.9 MUESTREO:

No probabilístico: Refiere un procedimiento de selección Orientado por las características de la investigación. En este muestreo se seleccionan Individuos o casos “típicos” sin la intención de que sean representativos estadísticamente de una determinada población.

De tipo intencional, es decir, se trabajó con dos segmentos. (Hernández Sampieri, 2013).

5.10 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN:

No experimental de tipo transeccional o transversal: Son investigaciones, las cuales recopilan datos en un único momento. (Hernández Sampieri, 2013).

5.11 TIPO DE ESTUDIO:

Descriptivo y comparativo: Es empleado cuando el tema a examinar es poco estudiado o novedoso. Rara vez constituyen un fin en sí mismos, se caracterizan por ser más flexibles en su método, y poseen mayor amplitud y dispersión. Implican un mayor “riesgo” y requieren mayor paciencia, serenidad y receptividad por Parte del investigador. (Hernández Sampieri, 2013).

5.12 INSTRUMENTO:

El instrumento EMA (Escala Multidimensional de Asertividad), es un test estandarizado, realizado por (Flores Galaz Mirta Margarita & Rolando Díaz – Loving en el año 2002).

Objetivo: Evaluar el tipo y grado de asertividad que presente el individuo.

Características: El EMA, desde una perspectiva etnopsicológica, aborda tres dimensiones: Asertividad indirecta, No asertividad y Asertividad, las cuales expresan la habilidad o inhabilidad que tenga la persona para autoafirmarse en diversas situaciones en su entorno social.

Confiabilidad: 95 %.

Validez: De contenido y de constructo.

Forma de calificación: La puntuación de la escala se realiza asignando un número a Cada una de las respuestas de los reactivos de cada factor con base en un rango de 1 – 5, en donde:

1 = Completamente en desacuerdo.

2 = En desacuerdo.

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

4 = De acuerdo.

5 = Completamente de acuerdo.

Para la calificación del EMA, se debe:

- ❖ Verificar que todos los reactivos estén resueltos.
- ❖ Colocar la plantilla (Asertividad indirecta) sobre la hoja de respuestas.
- ❖ Sumar las puntuaciones que aparezcan a través de los cuadros para obtener la Puntuación cruda.
- ❖ Colocar el total en la Hoja de respuestas y Perfil. Proceder de la misma manera con las otras plantillas.

Atención: Al utilizar la plantilla (Asertividad), en los reactivos **15, 22 y 33**, se invierte la calificación.

- ❖ Identificar las puntuaciones crudas en la tabla de puntuaciones T Lineales, correspondiente a la muestra por sexo.
- ❖ Graficar el perfil según las normas empleadas.

- ❖ Interpretar los resultados con base en los baremos respectivos e indicar si las puntuaciones obtenidas por cada sujeto caen por arriba o por debajo de 40-60. Si se tienen puntuaciones fuera del rango, significa que predomina un estilo de respuesta en sus relaciones interpersonales.

5.13 MATERIAL:

- ❖ Cuestionario.
- ❖ Hoja de respuesta.
- ❖ Bolígrafos.

5.14 PROCEDIMIENTO:

Se identificaron posibles candidatos a participar en la investigación, dando a conocer a cada uno de ellos los criterios de inclusión y exclusión para la realización del muestreo.

Se solicitó a cada candidato que proporcionara una relación de referencias personales que cumplieran con los criterios de inclusión y exclusión y aceptaran participar en la investigación.

A partir de lo anterior, se obtuvo la información de contacto de cada uno de los posibles candidatos para invitarlos en forma directa a participar en la investigación.

Una vez seleccionados los candidatos, se agradeció su participación y explicó a cada uno de ellos las instrucciones respecto al llenado de la ficha de identificación y a la aplicación del instrumento EMA.

Se aplicó el instrumento EMA, se agradeció a los participantes su colaboración y se realizó el cierre. Se calificaron las pruebas, analizaron e interpretaron los resultados obtenidos.

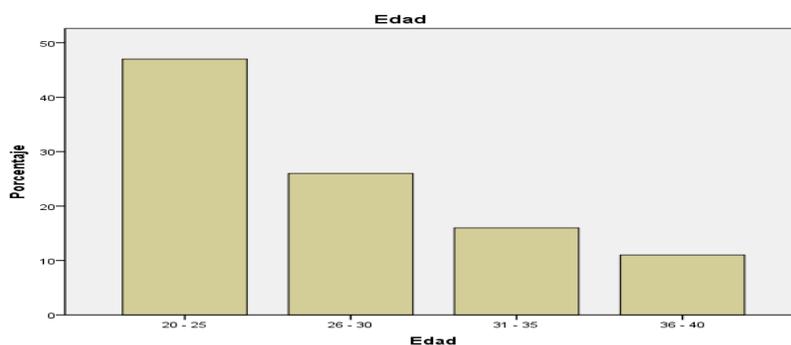
CAPÍTULO 6.

RESULTADOS

A continuación, se describen los resultados obtenidos de la población respecto a los siguientes elementos: Edad, escolaridad, ocupación y tiempo de relación (Este último, únicamente para el grupo de hombres homosexuales con pareja).

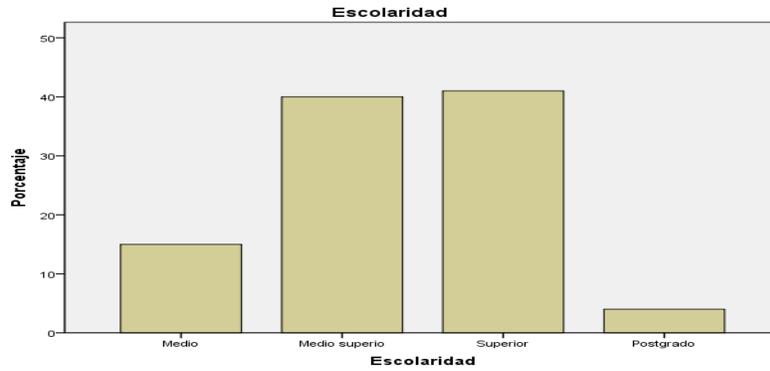
Así mismo, se describen las puntuaciones obtenidas en ambos grupos por cada categoría: Asertividad, Asertividad indirecta y No Asertividad.

Figura 1: Edad de la población.



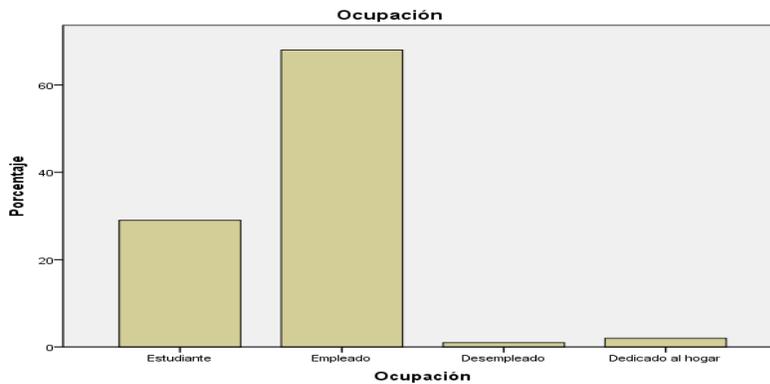
En la figura 1 se muestra la distribución de edades que presentó la población: El 47% de la población cuenta entre 20-25 años, 26% entre 26-30 años, 16% entre 31-35 años y el 11% entre 36-40 años.

Figura 2: Escolaridad de la población.



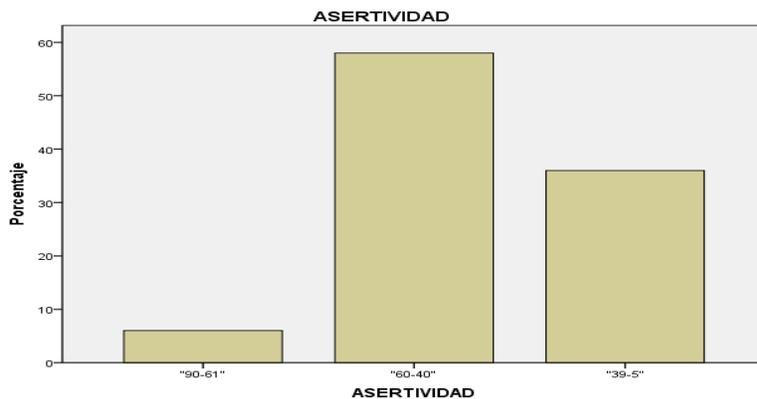
La figura 2 adquiere la siguiente distribución: Del 15% de la población su escolaridad es media, 40% media superior, 41% superior y sólo un 4% tiene posgrado.

Figura 3: Ocupación de la población.



En la figura 3 la información se despliega de la siguiente manera: El 29% de la población es estudiante, 68% empleado, 1% desempleado y 2% se dedica al hogar.

Figura 4: Asertividad de la población.



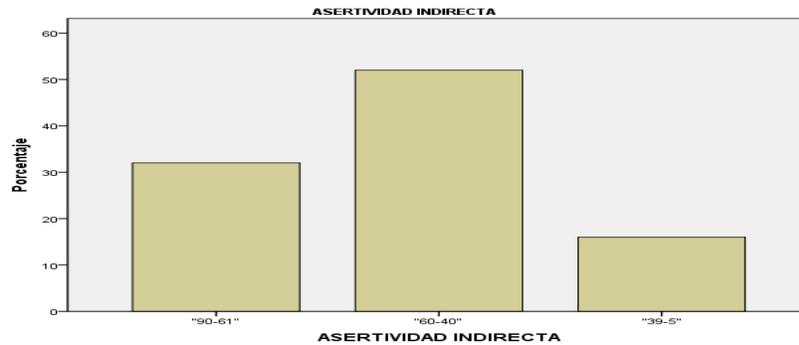
En la figura 4 se visualiza la información siguiente: 6% de la población maneja la Asertividad por arriba de la media, 58% en la media y 36% por debajo de la media.

Figura 5: No Asertividad de la población.



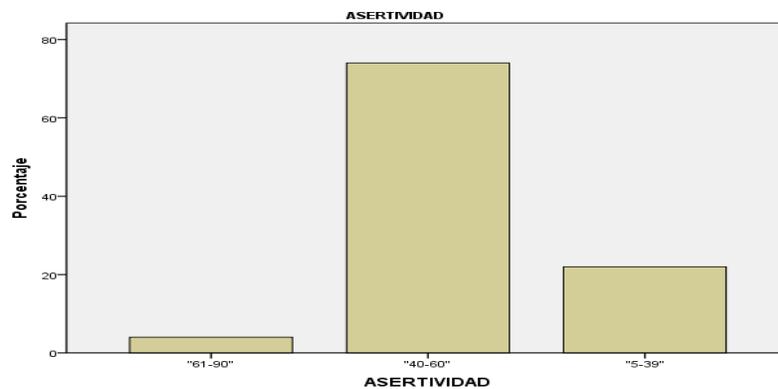
La figura 5 contiene la siguiente información: El 15% de la población maneja por arriba de la media la No Asertividad, 68% en la media y 17% por debajo de la media.

Figura 6: Asertividad Indirecta de la población.



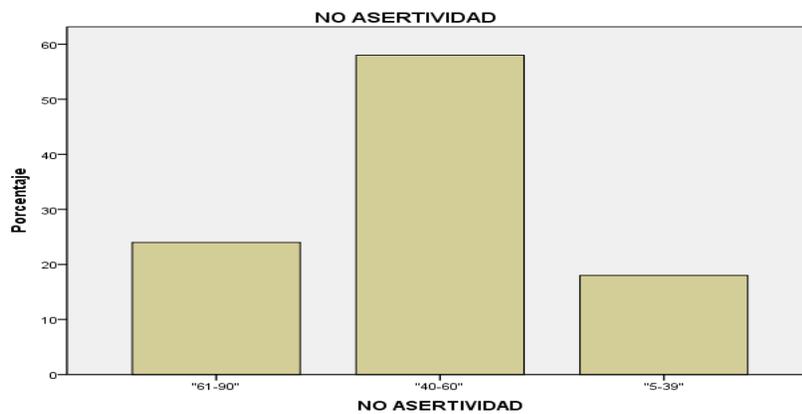
En la figura 6 la información se distribuye de la siguiente manera: 32% de la población maneja la Asertividad Indirecta por arriba de la media, 52% en la media y el 16% por debajo de la media.

Figura 7: Asertividad de la muestra de homosexuales sin pareja.



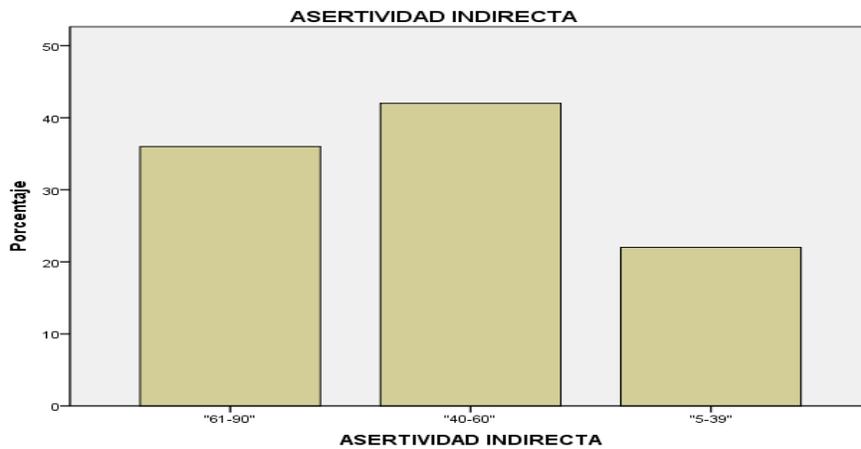
En la figura 7 se presenta la siguiente distribución: El 4% de la muestra de homosexuales sin pareja muestran Asertividad por arriba de la media, 74% en la media y 22% por debajo de la media.

Figura 8: No Asertividad de la muestra de homosexuales sin pareja.



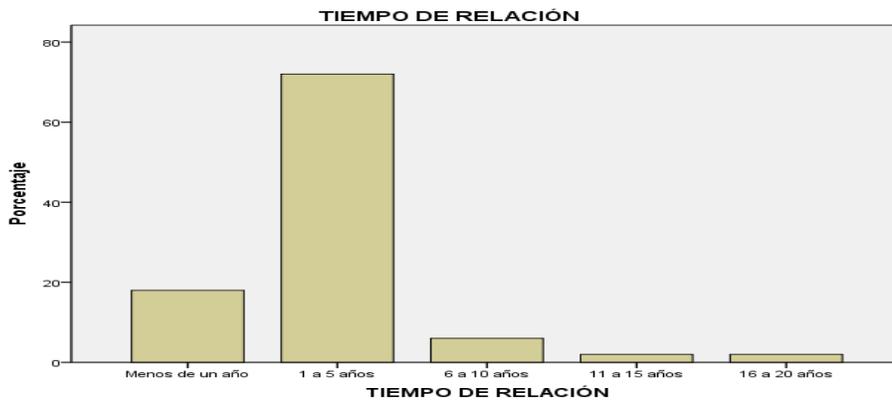
La información de la figura 8 se despliega de la siguiente manera: 24% de la muestra de homosexuales sin pareja muestran No Asertividad por arriba de la media, 58% en la media y 18% por debajo de la media.

Figura 9: Asertividad Indirecta de la muestra de homosexuales sin pareja.



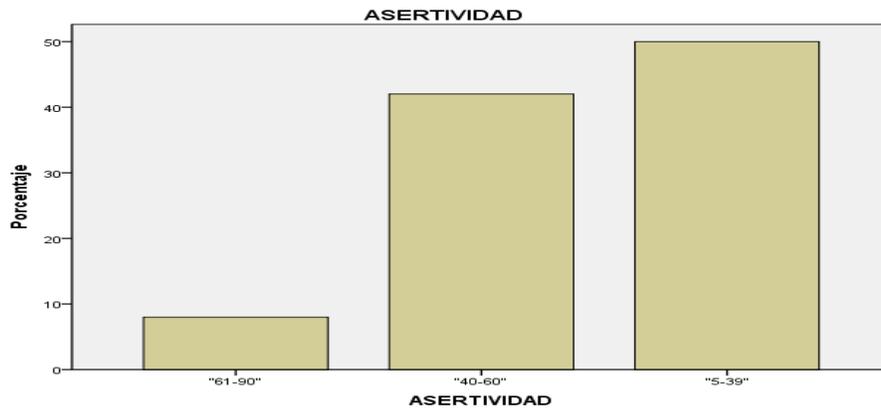
En la figura 9 se proporciona la siguiente información: El 36% de la muestra de homosexuales sin pareja muestra Asertividad Indirecta por arriba de la media, 42% en la media y 22% por debajo de la media.

Figura 10: Tiempo de relación de la muestra de homosexuales con pareja.



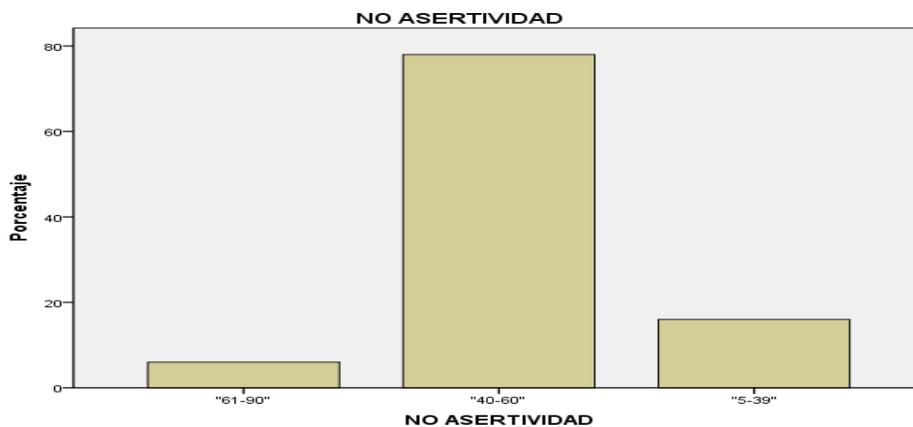
La figura 10 poseen el siguiente despliegue de información: 18% de la muestra de homosexuales con pareja cuentan con menos de 1 año de relación, 72% tienen de 1-5 años, 6% de 6-10 años, 2% 11-15 años y 2% 16-20 años.

Figura 11: Asertividad de la muestra de homosexuales con pareja.



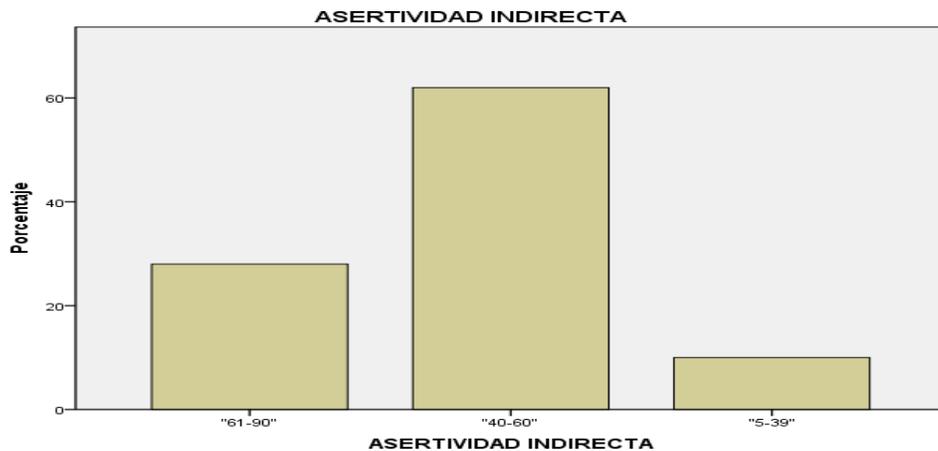
En la figura 11 se presentan los siguientes datos: El 8% de la muestra de homosexuales con pareja presentan Asertividad por arriba de la media, 42% en la media y 50% por debajo de la media.

Figura 12: No Asertividad de la muestra de homosexuales con pareja.



La figura 12 muestra la siguiente distribución de datos: 6% de la muestra de homosexuales con pareja presenta No Asertividad por arriba de la media, 78% en la media y 16% por debajo de la media.

Figura 13: Asertividad Indirecta de la muestra de homosexuales con pareja.



En la figura 13 se encuentra vertida la siguiente información: El 28% de la muestra de homosexuales con pareja presenta Asertividad Indirecta por arriba de la media, 62% en la media y 10% por debajo de la media.

TRATAMIENTO ESTADÍSTICO DE LOS DATOS OBTENIDOS:

Con el propósito de identificar si existen diferencias en la escala de asertividad entre hombres homosexuales sin pareja y hombres homosexuales con pareja, se realizó un análisis comparativo mediante la prueba *t de Student* para muestras independientes. Los cuales se muestran en la siguiente tabla:

Tabla 14: Resultados de la prueba *t de Student* para muestras independientes.

FACTOR:	ESTADO CIVIL:	MEDIAS:	t:	gl:	p:

Asertividad.	Sin pareja.	54.7000	2.705	98	.008
	Con pareja.	49.9200			
Asertividad Indirecta.	Sin pareja.	39.1600	-.831	98	.408
	Con pareja.	40.9400			
No asertividad.	Sin pareja.	40.0200	.762	98	.448
	Con pareja.	38.4400			

La tabla 14 nos muestra que, en ambos grupos, el factor predominante es el de **Asertividad**, lo cual nos indica que, tanto el grupo de hombres homosexuales con pareja como el grupo de hombres homosexuales sin pareja, manejan el tipo de asertividad denominado en nuestro marco teórico como: **Asertividad**. Lo anterior significa que, en ambos grupos, sobresale la habilidad social que les permite expresar los pensamientos, sentimientos, aceptar las críticas, dar y recibir cumplidos, iniciar conversaciones y defender los derechos de cada uno de manera directa, honesta y oportuna, respetándose a sí mismos y a los demás.

Como se puede apreciar en la tabla 14, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre el grupo de hombres homosexuales con pareja y el grupo de hombres homosexuales sin pareja

en el factor **Asertividad**, siendo el grupo de hombres homosexuales sin pareja el que maneja un mayor grado de asertividad.

En lo que respecta al factor **Asertividad Indirecta**, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas entre el grupo de hombres homosexuales con pareja y el grupo de hombres homosexuales sin pareja. Lo anterior implica que entre ambos grupos no se destaca el tipo de asertividad referente a la inhabilidad social parcial de comunicar lo que se piensa y siente de manera indirecta; es decir, por medio de cartas, teléfono, un tercero o cualquier otro medio que no implique el enfrentamiento cara a cara.

En cuanto al factor **No Asertividad**, tampoco se aprecian diferencias estadísticamente significativas entre el grupo de hombres homosexuales con pareja y el grupo de hombres homosexuales sin pareja. Lo anterior se refiere a que no existe predominio entre ambos grupos en cuanto al tipo de asertividad que se refiere a la completa inhabilidad social que les impide comunicarse de manera segura y amable con los demás.

CAPÍTULO 7.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Es particularmente interesante el hecho de que ambos grupos manejen la Asertividad como factor predominante, ya que esto indica que, en ambos grupos, sobresale la habilidad social que les permite expresar los pensamientos, sentimientos, aceptar las críticas, dar y recibir cumplidos, iniciar conversaciones y defender los derechos de cada uno de manera directa, honesta y oportuna, respetándose a sí mismos y a los demás. Así mismo, se ha encontrado que los hombres homosexuales sin pareja presentan un grado de asertividad ligeramente mayor que los hombres homosexuales con pareja, lo cual sugiere que muchos hombres homosexuales tienen un nivel de asertividad inferior cuando se encuentran en una relación de pareja que cuando no la tienen.

Dado que ambos grupos tienen, en promedio, el mismo rango de edad, no podemos atribuir las diferencias en el nivel de asertividad a este factor, sin embargo, debemos explicarnos cuáles son las

posibles variables que determinan tales diferencias, ya que de ello dependen todas las afirmaciones que se puedan sostener para explicar lo arriba citado.

Debemos por ahora enfocar nuestra atención en el hecho de que el grupo menos asertivo es el que corresponde a los hombres homosexuales que sí tienen pareja. Para tal fin, se retomará algunas de las afirmaciones publicadas en el marco teórico de esta investigación, sin embargo, no se puede afirmar por ahora que los hombres homosexuales disminuyen el nivel de asertividad al iniciar una relación de pareja, ya que para tal fin, se debe establecer un método de investigación distinto al establecido en este documento.

Se debe intentar entonces describir las características de los hombres homosexuales que no tienen pareja y aquellos que si la tienen. Los hombres homosexuales que no tienen pareja poseen una mayor habilidad de expresar sus pensamientos, sentimientos y percepciones, así como de elegir la forma de reaccionar y de hablar por los derechos propios de manera adecuada, con la finalidad de elevar la estimación propia y desarrollar la confianza en sí mismo para expresar lo que se cree que es importante para ellos mismos (Elizondo, 1999).

Así mismo, podríamos afirmar que este grupo de hombres homosexuales posee una mejor habilidad para expresar en forma congruente sus deseos, derechos, necesidades y decisiones, mediante el aprendizaje que les permite actuar responsablemente, tener una vivencia personal y única, respetando también la vivencia de los demás.

Por otra parte, el grupo de hombres homosexuales que si tienen pareja presenta un nivel ligeramente más bajo de asertividad, lo cual se relaciona con la habilidad para emplear el lenguaje en forma clara, apropiada y respetuosa (Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M., 2002). A partir de lo anterior, se puede sostener que los hombres homosexuales con pareja son menos persistentes, tienden a disminuir su autoestima, confunden fácilmente entre lo que se piensa y se siente y, en determinadas

ocasiones, podrían comenzar a transgredir los derechos básicos de los demás, así como también los derechos de sí mismos.

(Eguiluz, 2007) hace referencia a las características presentes en una relación conformada por individuos que viven situaciones muy polarizadas, es decir, extremas o excesivas. Tal es el caso de los individuos que se tornan excesivamente dependientes de su pareja, otros se tornan excesivamente independientes y existen otros quienes se tornan culpígenas, es decir, que culpan constantemente al otro sin aceptar su propia responsabilidad. Lo anterior refleja que la relación de pareja requiere de un nivel de asertividad elevado, ya que los extremos pueden conducir al fracaso de la relación misma.

El autor menciona que las personas excesivamente dependientes suelen asfixiar a su pareja e incluso producir malestar, fastidio y distanciamiento, por lo que provoca el rechazo y las ganas de alejarse por parte del otro miembro de la relación. Por otra parte, existen personas demasiado independientes, abusando de la libertad individual, lo cual puede provocar que el otro miembro de la relación intente retener a su pareja mediante conductas poco asertivas. Así mismo, existen personas culpígenas, es decir, que evitan o niegan su responsabilidad en los problemas, depositando las culpas en su pareja.

El mismo autor hace referencia al proceso que siguen todas las relaciones de pareja estables para mantener el equilibrio en la relación. Dicho proceso atraviesa por la fase de estabilidad, seguido de un cambio y, por último, recobra de nuevo la estabilidad, alcanzando de nuevo el estado de equilibrio. Existe un sin número de motivos por los cuales una pareja puede desequilibrarse, no obstante, se requiere de un nivel superior de asertividad para lograr que la pareja logre de nuevo el equilibrio necesario para seguir funcionando de forma adecuada, sin embargo, existen muchas relaciones de pareja que no pueden recobrar de nuevo el equilibrio o estabilidad después de haber enfrentado un cambio o situación de reto.

Desde la perspectiva de la Psicología del Yo, citada en (González Núñez & Rodríguez Cortés, 2002), se puede inferir que los hombres homosexuales con pareja podrían enfrentar un debilitamiento del Yo, en específico, de aquellas funciones relacionadas con las pautas habituales de adaptación a través de conductas asertivas, tales como el principio de realidad, las relaciones objetales y la función dominio-competencia. En relación a la prueba de realidad, podemos advertir que los hombres homosexuales con pareja podrían enfrentar la situación en la que existen cada vez mayores retos para mantener una clara diferencia entre los acontecimientos del mundo interno y aquellos que corresponden al mundo externo, por lo que existe mayor probabilidad de que uno o ambos miembros de la relación de pareja se confundan o interpreten inadecuadamente los estímulos que provienen de la realidad externa.

Así mismo, se podría advertir un debilitamiento del juicio de realidad, el cual podría suponer mayores retos para anticiparse a las consecuencias de sus actos en el grupo de hombres homosexuales con pareja. Este mismo grupo podría enfrentar la situación de sufrir un debilitamiento del sentido de realidad, el cual es el responsable de mantener una noción estable acerca de sí mismo, ya que constituye la base para la formación y estabilidad de lo que conocemos como autoestima.

En este sentido, el grupo de hombres homosexuales con pareja puede disminuir su capacidad para mantener un sentido de independencia, así como para lograr diferenciar claramente entre sus intereses y los intereses ajenos.

Con respecto al control y regulación de impulsos y afectos, los hombres homosexuales con pareja podrían enfrentar una disminución de la capacidad para controlar sus impulsos y contener los afectos, lo cual conduciría a mayores dificultades para relacionarse entre ellos y resolver los conflictos, dudas o situaciones problemáticas propias de la relación en forma asertiva.

(Castanyer, 2004) sostiene que muchas parejas enfrentan serios problemas de funcionamiento porque uno o ambos miembros se comportan en forma agresiva o sumisa, arrojando respuestas inadecuadas y provocando así un mayor desajuste personal y emocional. Lo anterior sería, en tal caso, un indicativo de disminución en el nivel de asertividad. De acuerdo a la misma autora, la comunicación es un aspecto fundamental en la estabilidad de la relación de cualquier pareja. Si tomamos como base los resultados de la presente investigación, podríamos advertir una posible disminución presente en el grupo de hombres homosexuales con pareja en relación a la habilidad para comunicarse en forma efectiva con su pareja, obviando o “dando por hecho” lo que el otro piensa, siente y quiere.

Es importante señalar que existe un factor que debe analizarse con meticulosidad y consiste en el tipo de personalidad que tienen ambos miembros de la relación de pareja, sin embargo, en la presente investigación este aspecto no forma parte de los objetivos planteados en el método.

(Castanyer, 2004) establece algunos principios básicos que suelen seguir las personas asertivas para lograr una comunicación afectiva con su pareja. Si tomamos en cuenta los resultados de esta investigación, podría observarse que el grupo de hombres homosexuales que tienen pareja no cumplen en su totalidad con estos principios básicos, por lo que se pueden presentar las siguientes conductas:

- a) Podría comenzar a demandar antes que hacer una petición.
- b) Podría hacer acusaciones antes que preguntas.
- c) Podría tornarse crítico de lo que son los demás, no de lo que hacen.

- d) Podría acumular progresivamente sus emociones negativas sin comunicarlas a su pareja.
- e) Podría intentar discutir varios problemas a la vez y no de uno en uno.
- f) Podría expresarse ante su pareja con excesiva sinceridad, diciendo las cosas antes que pensarlas.
- g) Comenzar a expresar en forma incongruente los mensajes que se transmiten mediante el lenguaje verbal y el no verbal.

Así mismo, podría suceder que uno o ambos miembros de la pareja adopten las siguientes conductas poco asertivas:

1. Dejar de gratificar a su pareja mediante manifestaciones verbales o materiales, perdiendo la capacidad de reconocer gradualmente la forma idónea en la que puede recompensar u obsequiar algo que simbolice lo que uno o ambos miembros de la relación sienten.
- 2.- Perder la capacidad de mostrar gratitud y, sobretodo, de mostrarse alegre frente al otro cuando éste último actúa correctamente o hace algo bien.
- 3.- Dejar de pedir gratificaciones a la pareja, esperando que el otro obvie lo que no se puede obviar o esperando que el otro sepa exactamente lo que se desea.
- 4.- Dejar de expresar en forma equilibrada los sentimientos negativos de enojo, tristeza, malestar o frustración. Lo anterior puede tomar dos direcciones: dejar de expresar los sentimientos negativos completamente o comenzar a expresarlos en forma desproporcionada. En este punto, es importante recordar que cualquier relación entre personas asertivas exige que ambos miembros aborden las situaciones de conflicto en forma equilibrada, sin embargo, basándonos en los resultados de esta investigación, podemos sugerir que los hombres homosexuales que tienen pareja, podrían disminuir su capacidad para hablar de los temas que les generan conflicto en forma directa, incurriendo en “sobrentendidos”, es decir:

- ❖ Expresando en forma extemporánea, cuando ya no es pertinente y cuando ya ha pasado el tiempo para abordar la situación de conflicto.
- ❖ Expresando el contenido que genera conflicto y adoptando el papel de víctima y no de responsable.
- ❖ Describiendo las conductas de la pareja en forma acusatoria.

5.- Disminuir o perder la capacidad de empatía, es decir, la capacidad de ponerse en el lugar del otro.

6.- Disminuir o perder la expresión física del afecto.

7.- Disminuir o perder la capacidad para enfrentarse al mal humor de su pareja. Lo anterior implica una mayor dificultad para empatizar y adoptar una postura firme frente a las situaciones que generan conflicto.

De acuerdo a lo señalado por (Eguiluz, 2007), uno o ambos miembros de la relación de pareja podrían sumergirse en un ensortijado mar de racionalizaciones, negaciones y proyecciones que provocan una contaminación del vínculo. Así mismo, un peligro que se corre cuando uno o ambos miembros de la pareja se muestra poco asertivo consiste en dar por hecho verdadero alguna suposición sin cotejarla con la realidad o mediante la empatía con el otro, por lo que es fácil que se inicien conflictos y situaciones problemáticas por lo anteriormente mencionado.

El mismo autor hace referencia al hecho de que uno o ambos miembros en una relación de pareja se pueden tornar dependientes de la valoración y reconocimiento del otro, buscando la aprobación o calificación en el afuera y llevando a cabo acciones para satisfacer al otro y obtener su reconocimiento, con lo cual se genera mayor carga y tensión hacia un miembro de la relación, quien a su vez tiene el control, ya que puede decidir si expresa o no valoración hacia su pareja, la cual

depende de ésta para seguir funcionando de manera estable y equilibrada. De no hacerlo, el miembro dependiente en la relación de pareja se torna inestable, inseguro, sometido y devaluado.

CAPÍTULO 8.

CONCLUSIONES

De acuerdo a lo establecido en los objetivos específicos, los cuales buscan conocer el tipo de asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja y los hombres homosexuales con pareja, así como las posibles diferencias entre ambos, se ha encontrado que en ambos grupos aparece como factor predominante el denominado **Asertividad**, lo cual nos indica que en ambos grupos sobresale la habilidad social que les permite expresar los pensamientos, sentimientos, aceptar las críticas, dar y recibir cumplidos, iniciar conversaciones y defender los derechos de cada uno de manera directa, honesta y oportuna, respetándose a sí mismos y a los demás.

Se encontraron diferencias entre el grupo de hombres homosexuales con pareja y el grupo de hombres homosexuales sin pareja en el factor **Asertividad**.

El grupo de hombres homosexuales que sí tiene pareja presenta un nivel ligeramente más bajo de asertividad, es decir, este grupo tiende a ser menos persistente, así como a disminuir su autoestima, confunde fácilmente entre lo que se piensa y se siente y, en determinadas ocasiones, puede comenzar a transgredir los derechos básicos de los demás, así como también los derechos de sí mismos.

En lo que respecta al factor **Asertividad Indirecta**, no se hallaron diferencias entre el grupo de hombres homosexuales con pareja y el grupo de hombres homosexuales sin pareja.

En cuanto al factor **No Asertividad**, tampoco se aprecian diferencias entre el grupo de hombres homosexuales con pareja y el grupo de hombres homosexuales sin pareja.

De acuerdo a lo obtenido en esta investigación, se confirma la hipótesis de trabajo (HI), la cual establece que “Si existen diferencias en el tipo de asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja y los hombres homosexuales con pareja”. En tanto se refuta la hipótesis nula (H0).

Con base a lo establecido en el objetivo general, el cual busca “Comparar la asertividad que manejan los hombres homosexuales sin pareja y los hombres homosexuales con pareja”, se ha encontrado que en ambos grupos de hombres homosexuales aparece un nivel predominante del factor denominado **Asertividad**.

Una de las limitaciones a las que se hizo frente es la escasa literatura que se encontró entorno a las relaciones de pareja entre hombres homosexuales, lo cual hubiese podido aportar mayores argumentos para explicar y sostener los hallazgos en esta investigación, ya que pudiese ser que existan características únicas en este tipo de relaciones que puedan explicar un nivel de asertividad inferior en hombres homosexuales con una relación de pareja en comparación con los hombres homosexuales que no tienen pareja.

Otra limitación que se encontró está relacionada a los criterios de inclusión en la conformación de la muestra de hombres homosexuales con pareja y sin pareja, ya que no se establecieron criterios específicos para determinar el lapso de tiempo que debe transcurrir para considerar la existencia de

una relación de pareja o la no relación de pareja. Es decir, ¿debe considerarse como relación de pareja desde el momento en que se da el acuerdo entre ambos, independientemente de que dicho acuerdo se mantenga durante un lapso de tiempo muy corto? o bien, ¿debería considerarse la existencia de la relación de pareja una vez transcurrido un lapso de tiempo determinado en el que hayan tenido lugar las primeras fases de la relación? Del mismo modo, no se establecieron criterios de inclusión para conformar la muestra de hombres homosexuales sin pareja, por lo que surge la siguiente interrogante: ¿debe considerarse como no relación si el participante afirma no tener una relación de pareja en el momento mismo de la investigación, independientemente de que dicha relación haya concluido momentos antes?

Otra limitación se refiere a los resultados arrojados por el instrumento EMA (Escala multidimensional de asertividad), ya que un mismo sujeto puede obtener puntuaciones elevadas en diversos tipos de asertividad que deberían ser excluyentes, es decir, es difícil de integrar el hecho de que un mismo sujeto obtenga puntuaciones elevadas en asertividad y no asertividad, por lo que se esperaría que la elevación en una suponga la disminución en la otra.

Otra limitación se refiere al muestreo que se utilizó en esta investigación, ya que el investigador se basó en la declaración del participante para determinar su orientación sexual, dejando lugar a posibles sesgos.

Por último, se reconoce la importancia de ampliar el número de participantes que conforman la muestra para obtener mayor volumen de datos para ser procesados estadísticamente y obtener resultados más consistentes.

La presente investigación permitió el surgimiento de varias interrogantes, las cuales deben ser analizadas dentro de los objetivos de futuras investigaciones, aplicando para ello, el método más apropiado.

La primera interrogante que surgió es: ¿Por qué los hombres homosexuales que no tienen pareja tienen un nivel de asertividad mayor en relación a los que sí la tienen? O al contrario, ¿Por qué los hombres homosexuales que tienen pareja obtuvieron un nivel ligeramente inferior de asertividad que aquellos que no la tienen?

Así mismo, surgió paralelamente otra interrogante: ¿el nivel de asertividad de los hombres homosexuales disminuye cuando establecen una relación de pareja?, es decir, ¿podrá disminuir su capacidad para expresar lo que piensan, lo que sienten, así como estar abiertos a aceptar las críticas de los demás y, sobretodo, para defender sus derechos en forma directa, honesta y oportuna? Y, de ser así, dicha disminución ¿obedece al hecho de conformar una relación de pareja o se debe a otros factores o variables intervinientes?

La presente investigación se basó en el estudio de los hombres homosexuales únicamente, sin embargo, no formó parte del objetivo general u objetivos específicos el estudio comparativo entre los hombres homosexuales y los heterosexuales. Sería de gran utilidad realizar una investigación que suponga el análisis comparativo entre ambos grupos para determinar si existen diferencias en el nivel de asertividad. Así mismo, podría realizarse una investigación entre grupos conformados por hombres y mujeres homosexuales y grupos conformados entre hombres y mujeres heterosexuales.

No obstante, se pretendió analizar las diferencias en términos de la relación de pareja en la muestra de hombres homosexuales únicamente, por lo cual, no se puede afirmar con argumentos sólidos que los hallazgos publicados en los resultados de esta investigación correspondan única y exclusivamente a los hombres, ni tampoco a los hombres homosexuales, pues para ello debe establecerse otro método de investigación.

Otra sugerencia está orientada al hecho de no tener certeza aún de cuáles son todas las posibles variables que determinan las diferencias halladas en el presente trabajo, ya que de ello dependen las afirmaciones que se puedan sostener para explicar por qué el grupo de hombres homosexuales con pareja es menos asertivo que el grupo que no la tiene. Dicho en otras palabras, se debe conocer con precisión qué otras causas pueden existir que expliquen por qué la muestra de hombres homosexuales con pareja es menos asertiva. Lo anterior sería de gran utilidad, ya que nos permitiría saber si este hallazgo obedece exclusivamente al hecho de tener una relación de pareja. Por lo cual, se recomienda la realización de nuevas investigaciones que confirmen o descarten la influencia de diversas variables independientes sobre la variable dependiente establecida en el método de este trabajo.

REFERENCIAS

- Aguilar Kubli, E. (1987). *Asertividad: Cómo ser tú mismo sin sentirte culpable*. México: PAX.
- Alatriste García, J.; González Núñez, J. de J.; Nahoul Serio, V.; Rizo Morales, P.; Rodríguez Cortés, M. del P. & Zarco Villavicencio, S. (2004). *Relaciones interpersonales*. México: El Manual Moderno.
- Álvarez-Gayou, J. L.; Del Río Ch., C.; McCary, J. L.; McCary, S. P. & Suárez, J. L. (2000). *Sexualidad humana de McCary*. México: Editorial El Manual Moderno.
- Álvarez-Gayou, J. L. y Camacho & López, S. M. (2013). *Los rostros de la homosexualidad: Una mirada desde el escenario*. México: Editorial El Manual Moderno.
- Ávalos Paniagua, N.H. (2007). *Proceso de construcción de la identidad gay*. México: Tesis Universidad Nacional Autónoma de México.

- Campuzano Montoya, M. (2002). *La pareja humana: Su Psicología, sus conflictos, su tratamiento*. México: Editorial Plaza y Valdéz.
- Casares, D. (1993). *Planeación de vida y carrera*. México: Editorial Limusa.
- Castanyer Mayer-Spiess, O. (2004). *La asertividad: Expresión de una sana autoestima*. España: Editorial Desclée de Brouwer.
- Castañeda, M. (2011). *La experiencia homosexual: Para comprender la homosexualidad desde dentro y desde fuera*. México: Editorial Paidós.
- Caudillo Herrera, C. & Cerna Trujillo, M. A. (2007). *Sexualidad y vida humana*. México: Editorial Universidad Iberoamericana.
- CONASIDA. <http://www.conasida.org.sv>. Recuperado en noviembre del 2014.
- Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M. (2002). *Asertividad: Una alternativa para el óptimo manejo de las relaciones interpersonales*. México: Editorial Universidad Autónoma de Yucatán.
- Díaz Loving, R. & Flores Galaz, M. M. (2004). *Escala Multidimensional de Asertividad*. México: Editorial El manual moderno.
- Eguiluz, L. de L. (2007). *El baile de la pareja: Trabajo terapéutico con parejas*. México: Editorial Pax.
- Egozcue Romero, M. M. (1997). *La asertividad y el género en jóvenes estudiantes de Ciudad Universitaria*. México: Tesis Universidad Nacional Autónoma de México.
- Elizondo, M. (1999). *Asertividad y escucha activa en el ámbito académico*. México: Editorial Trillas.
- Galimberti, U. (2009). *Diccionario de Psicología*. México: Editorial Siglo XXI.

- Gálvez, J. A. (2004). *Diccionario español – inglés*. México: Editorial Larousse.
- Garnica Ojeda, E.R. (2006). *Culpa y vergüenza hacia la propia sexualidad: Un estudio comparativo homosexuales vs. Heterosexuales*. México: Tesis Universidad Nacional Autónoma de México.
- Gil Adi, D (2000). *Inteligencia emocional en práctica: Manual para el éxito personal y organizacional*: México: Editorial McGraw-Hill.
- González Núñez, J. de J. (2001). *Psicopatología de la adolescencia*. México: Editorial El Manual Moderno.
- González Núñez, J. de J. & Rodríguez Cortés, M. del P. (2002). *Teoría y técnica de la psicoterapia Psicoanalítica*. México: Editorial Plaza y Valdés.
- González Núñez, J. de J. & Padilla Velázquez, M. T. (2008). *Psicoterapia de pareja*. México: IIPCS.
- Hernández Sampieri, R. (2013). *Metodología de la Investigación*. México: Editorial McGraw-Hill.
- Maggi, R. & otros (2000). *Desarrollo humano y calidad: Valores y actitudes en la vida social y profesional*. México: Editorial Limusa.
- Mc Cary, J. (2000). *Sexualidad Humana*. México: Editorial El Manual moderno.
- Melgoza Magaña, M.E. (2002). *Adolescencia: Espejo de la sociedad actual*. Argentina: Editorial Lumen.
- Navarro, J. (2000). *Enciclopedia de la sexualidad*. España: Editorial Océano.
- Parejashomosexuales.com www.parejashomosexuales.com/relaciones/el-amor-en-las-parejas-homosexuales.php. Recuperado en enero del 2015.

- Pérez Camacho, M. & Rangel Pérez, M. (2005). *La familia y los factores que influyen en la elección de la pareja*. México: Tesis Universidad Insurgentes.
- Ramos, R. (Octubre 2011). *Ciclo evolutivo en parejas homosexuales*.
<http://es.slideshare.net/KALINRA/ciclo-evolutivo-en-parejas-homosexuales> Recuperado en octubre del 2015.
- Riesenfeld, R.R. (2010). *Papá, mamá, soy gay*. México: Editorial Raya en el Agua.
- Romo Aguirre, I. G. (1995). *Homosexualidad y familia*. México: Tesis Universidad Nacional Autónoma de México.
- Satir, V. (1988). *Nuevas relaciones en el núcleo familiar*. México: Editorial PAX.
- Shaffer, D. (2000). *Psicología del desarrollo: Infancia y adolescencia*. México: Editorial International Thomson.
- Secretaría de Educación Pública (SEP) (2000). *Sexualidad infantil y juvenil: Nociones introductorias para maestras y maestros de educación básica*. México: Editorial SEP.
- SON TUS HIJOS. ORG. www.sontushijos.org/consultas/materiales/material53.pdf Recuperado en enero del 2015.
- Urtiz López, C. (2008). *Factores de riesgo asociados a la violencia en parejas homosexuales*. México: Tesis Universidad Nacional Autónoma de México.
- Vidal, G. (2001). *Sexualmente hablando*. Barcelona, España: Editorial Grijalbo – Mondadori.
- Warren, H. (1989). *Diccionario de Psicología*. México: Editorial Fondo de Cultura Económica.

Zepeda Herrera, F. (2003). Introducción a la psicología: Una visión científico humanista. México:

Editorial Pearson Educación.

ANEXOS:

Anexo 1: Ficha de identificación:

Sexo: -----Edad: -----Escolaridad: -----

Ocupación: -----Estado Civil: -----

Anexo 2: Cuestionario:

EMA

INSTRUCCIONES:

A continuación hay una lista de afirmaciones. Anote en la hoja de respuestas el número correspondiente al grado en que está de acuerdo o en desacuerdo con cada una de ellas. Hay 5 respuestas posibles:

=Completamente en desacuerdo, =En desacuerdo, =Ni de acuerdo ni en desacuerdo,

=De acuerdo y =Completamente de acuerdo.

Por favor conteste sinceramente. Gracias.

NO MARQUE ESTE CUADERNILLO

1. Puedo reconocer públicamente que cometí un error.
2. No soy capaz de expresar abiertamente lo que realmente pienso.
3. Me cuesta trabajo expresar lo que pienso en presencia de otros.
4. Me es más fácil decirle a alguien que acepto su crítica a mi persona, por teléfono que personalmente.
5. Me es difícil expresar mis deseos.
6. Me es difícil expresar abiertamente mis sentimientos.
7. Puedo decirle a alguien directamente que actuó de manera injusta.

8. Cuando discuto con una persona acerca del lugar donde vamos a comer, yo expreso mi preferencia.
9. Me cuesta trabajo hacer nuevos(as) amigos(as).
10. No soy capaz de expresar abiertamente lo que deseo.
11. Puedo agradecer un halago hecho acerca de mi apariencia personal.
12. Si tengo alguna duda, pido que se me aclare.
13. Cuando conozco a una persona, usualmente tengo poco que decirle.
14. Solicito ayuda cuando la necesito.
15. Cuando me doy cuenta de que me están cobrando de más, no digo nada.

16. Me es más fácil pedir que me devuelvan las cosas que he prestado, por teléfono que personalmente.
17. Me es fácil aceptar una crítica.
18. Me es más fácil pedir prestado algo, por teléfono que personalmente.
19. Puedo pedir favores.
20. Expreso con mayor facilidad mi desagrado por teléfono que personalmente.
21. Expreso amor y afecto a la gente que quiero.
22. Me molesta que me digan los errores que he cometido.
23. Puedo expresar mi amor más fácilmente por medio de una carta que personalmente.

24. Puedo decirle a las personas que actuaron injustamente, más fácilmente por teléfono que personalmente.
25. Prefiero decirle a alguien que deseo estar solo(a), por teléfono que personalmente.
26. Platico abiertamente con una persona las críticas hechas a mi conducta.
27. Puedo pedir que me enseñen como hacer algo que no sé cómo realizar.
28. Puedo expresar mi cariño con mayor facilidad por medio de tarjetas o cartas que personalmente.
29. Me es más fácil hacer un cumplido, por medio de una tarjeta o carta que personalmente.
30. Es difícil para mí alabar a otros.
31. Me es difícil iniciar una conversación.
32. Es más fácil rehusarme ir a un lugar al que no deseo ir, por teléfono que personalmente.
33. Encuentro difícil admitir que estoy equivocado(a).
34. Me da pena participar en las pláticas por temor a la opinión de los demás.
35. Me es más fácil decir que no deseo ir a una fiesta, por teléfono que personalmente.
36. Puedo expresar mis sentimientos más fácilmente por teléfono que personalmente.
37. Puedo admitir que cometí un error, con mayor facilidad por teléfono que personalmente.
38. Acepto sin temor una crítica.
39. Me da pena hablar frente a un grupo por temor a la crítica.
40. Prefiero decirle a alguien sobre lo que deseo en la vida, por escrito que personalmente.
41. Me es difícil disculparme cuando tengo la culpa.

42. Me cuesta trabajo decirle a otros lo que me molesta.

43. Me da pena preguntar cuando tengo dudas.

44. Me es más fácil expresar mi opinión por medio de una carta que personalmente.

45. Me es difícil empezar una relación con personas que acabo de conocer.

Anexo 3: Hoja de respuestas:



EMA

ESCALA MULTIDIMENSIONAL DE ASERTIVIDAD HOJA DE RESPUESTAS

Nombre: _____ Sexo: _____ Edad: _____

Escolaridad: _____ Ocupación: _____ Estado civil: _____

Instrucciones:

Coloque dentro del cuadro correspondiente el número que indique qué tanto está usted de acuerdo o en desacuerdo con cada una de las afirmaciones que se presentan en el Cuestionario, con base en la siguiente escala:

- 1= Completamente en desacuerdo
- 2= En desacuerdo
- 3= Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- 4= De acuerdo
- 5= Completamente de acuerdo

No marque el cuadernillo

1. <input type="checkbox"/>	16. <input type="checkbox"/>	31. <input type="checkbox"/>
2. <input type="checkbox"/>	17. <input type="checkbox"/>	32. <input type="checkbox"/>
3. <input type="checkbox"/>	18. <input type="checkbox"/>	33. <input type="checkbox"/>
4. <input type="checkbox"/>	19. <input type="checkbox"/>	34. <input type="checkbox"/>
5. <input type="checkbox"/>	20. <input type="checkbox"/>	35. <input type="checkbox"/>
6. <input type="checkbox"/>	21. <input type="checkbox"/>	36. <input type="checkbox"/>
7. <input type="checkbox"/>	22. <input type="checkbox"/>	37. <input type="checkbox"/>
8. <input type="checkbox"/>	23. <input type="checkbox"/>	38. <input type="checkbox"/>
9. <input type="checkbox"/>	24. <input type="checkbox"/>	39. <input type="checkbox"/>
10. <input type="checkbox"/>	25. <input type="checkbox"/>	40. <input type="checkbox"/>
11. <input type="checkbox"/>	26. <input type="checkbox"/>	41. <input type="checkbox"/>
12. <input type="checkbox"/>	27. <input type="checkbox"/>	42. <input type="checkbox"/>
13. <input type="checkbox"/>	28. <input type="checkbox"/>	43. <input type="checkbox"/>
14. <input type="checkbox"/>	29. <input type="checkbox"/>	44. <input type="checkbox"/>
15. <input type="checkbox"/>	30. <input type="checkbox"/>	45. <input type="checkbox"/>

Puntuaciones crudas

Asertividad indirecta _____

No asertividad _____

Asertividad _____

Flores Galaz, M. y Díaz-Loving, R.

Nota: Este material está impreso en VERDE y NEGRO. No lo acepte si es de un solo color.



D.R. © 2004 por Editorial El Manual Moderno, S.A. de C.V.
Av. Sonora núm. 206, Col. Hipódromo, Deleg. Cuauhtémoc, 06100 México, D.F.
Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida o transmitida por ningún medio electrónico o mecánico, incluyendo la fotocopia, grabación o cualquier sistema de almacenamiento o recuperación, sin permiso previo y escrito de la Editorial.



COTOLUJIA 217438923M DAD12727M



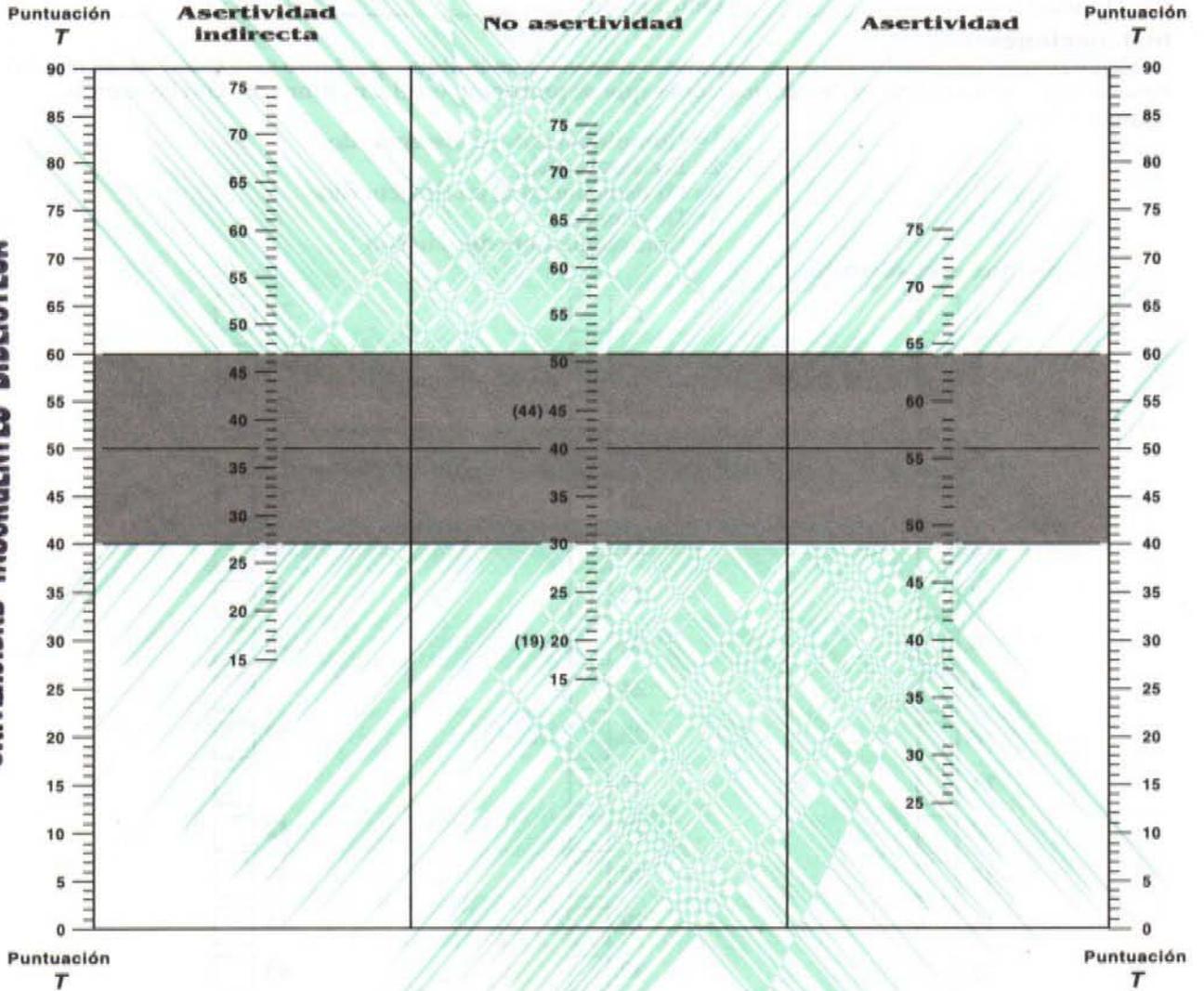
EMA

ESCALA MULTIDIMENSIONAL DE ASERTIVIDAD

PERFIL



UNIVERSIDAD INSURGENTES BIBLIOTECA



Puntuación cruda _____

Puntuación T _____

Nota: Este material está impreso en VERDE y NEGRO. No lo acepte si es de un solo color.

1012