



**UNIVERSIDAD AMERICANA DE ACAPULCO**

**“EXCELENCIA PARA EL DESARROLLO”**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
INCORPORADA A LA UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTONOMA DE MÉXICO**

**CLAVE DE INCORPORACIÓN 8852-25**

**“El enamoramiento, su magia y sus riesgos.  
Prevención de violencia en el noviazgo entre  
adolescentes”**

**TESINA**

**PARA OBTENER EL TITULO DE:**

**LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTA:**

**INDHIRA MONZERRAT FLORES DÍAZ**

**ASESORA DE TESINA**

**MTRA. LINA DE LA FUENTE LORA**



**ACAPULCO, GUERRERO ABRIL 2022**



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.

## **AGRADECIMIENTOS**

Dios, tu amor y tu bondad no tienen fin, sonreír ante todos mis logros que son resultado de tu ayuda, cuando caigo y me pones a prueba, aprendo de mis errores y me doy cuenta de lo que pones enfrente mío para que mejore como ser humano y, crezca de diversas maneras.

A mi familia, en especial a mis padres por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad; muchos de mis logros se los debo a ustedes y sin duda este es uno de ellos, ya que nunca dudaron de mi capacidad y me dieron siempre su apoyo incondicional para que me formara como profesional, me motivaron para culminar este sueño.

Agradezco en especial a mi esposo, por su infinito apoyo que me ha brindado. Por creer en mí y acompañarme en esta etapa de mi vida. Mil gracias por todos los momentos, por estar siempre a mi lado, por su paciencia, comprensión, tiempo, por el gran amor que me das, este logro también es tuyo.

Agradezco muy en especial a mi hija, que ha sido un motor muy grande para superarme. Gracias mi amor por haber llegado como una gran luz a mi vida, me has enseñado muchas cosas que jamás imagine que podría aprender.

Agradezco a mi asesora la Mtra. Lina por su apoyo incondicional, por acompañarme y darme esa seguridad para lograr culminar mi meta.

# ÍNDICE

<b>RESUMEN</b> .....	4
<b>ABSTRACT</b> .....	5
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	6
<b>CAPITULO I</b> .....	9
<b>ADOLESCENCIA</b> .....	9
Teorías sobre la adolescencia.....	11
1.2. Cambios físicos durante la adolescencia.....	16
1.3. Desarrollo cognitivo .....	20
1.4 Desarrollo social .....	24
1.4.1. Relaciones sociales .....	25
1.4.2 Relaciones interpersonales en la adolescencia .....	26
1.4.3 Búsqueda de identidad .....	28
1.4.4 La televisión, el internet y otros medios de comunicación masiva .....	29
1.4.5 Otras influencias sociales .....	33
1.5 Desarrollo psicoafectivo .....	36
1.5.1. Importancia de la imagen corporal. ....	37
1.5.2 Adolescencia precoz y tardía.....	37
1.5.4 Cambios en la personalidad y el carácter .....	40
1.5.5 Conductas de riesgo en la adolescencia.....	41
<b>CAPITULO II</b> .....	48
<b>PAREJA</b> .....	48
2.1 Elección de pareja .....	50
2.1.1 Modalidades de elección .....	55
2.1.2 Patrones de atracción.....	57

2.2 Ciclo Vital de la Pareja.....	58
2.3 Factores que influyen en la relación de pareja: .....	63
2.3.1 El amor .....	63
2.3.2 Los Vínculos.....	67
2.3.3. Roles de género.....	68
2.3.4 La Sexualidad .....	69
2.5 Historia evolución de la relación de pareja .....	71
2.5.1 La pareja en México actual.....	76
2.5.2 La pareja adolescente.....	78
2.6. El poder.....	82
2.7 Violencia en la pareja .....	84
3.1 Definición de violencia .....	89
3.2. Ciclo de la violencia .....	91
Fase 1. De acumulación de tensión: .....	93
Fase 2. Descarga de tensión: .....	94
Fase 3. Arrepentimiento.....	94
3.4 Violencia en la pareja.....	101
3.5 Modelos de atención y prevención en la violencia de pareja.....	105
Justificación.....	106
Propuesta de Intervención: Taller Vivencial para Adolescentes “El enamoramiento, su magia y sus riesgos” .....	109
Sesión 1: “Presentación” .....	111
Sesión 2: “La violencia y sus características” .....	111
Sesión 3: “Elección de pareja” .....	112
Sesión 4: “Noviazgo” .....	112
Sesión 5: “Autoestima” .....	113
Sesión 6: “Auto respeto” .....	113

Sesión 7: “Derechos” .....	113
Sesión 8: “Asertividad” .....	114
Sesión 9: “Comunicación” .....	115
Sesión 10: “Evaluación y cierre del taller” .....	116
CONCLUSIONES .....	117
REFERENCIAS .....	119
ANEXOS .....	128
Cartas Descriptivas.....	164

## RESUMEN

En base a que el ser humano está íntimamente ligado a establecer relaciones para satisfacer sus necesidades es importante enfocarnos en su estudio, una de ellas es la relación de noviazgo, en el presente trabajo se han retomado todos aquellos aspectos que conlleva a su elección y construcción, donde se destacan los papeles que han venido jugando el ser humano en nuestra cultura, y qué tanto repercuten éstos para que surjan conductas extrañas y desviadas, como para confundir el amor con el sufrimiento y los malos tratos, es decir la violencia, ocasionando llegar a relaciones destructivas. Cabe mencionar que cada vez con mayor frecuencia se observa la presencia de violencia en las relaciones de noviazgo en adolescentes en nuestro país. Recordemos que es una etapa de transición por lo que algunos es una etapa de vulnerabilidad, por ello puedan experimentar y por ende soportar, solapar o pasar desapercibida la violencia, o bien ejercerla. Se elaboró una propuesta de intervención a través de un taller que va dirigido a la población adolescente, con el objetivo de prevenir la violencia en el noviazgo, así como brindarles habilidades necesarias para sensibilizar y visibilizar las situaciones de violencia, que en su momento dado pudieran estar viviendo en una relación de noviazgo de este tipo y esto dar la pauta a prevenir o alejarse de la relación.

Palabras clave: Adolescencia, pareja, pareja adolescente, violencia y violencia en el noviazgo

## **ABSTRACT**

Base on the fact that the human being is intimately bound to establishing relationships to satisfy their needs, it is important to focus on their study, one of them is dating relationship, in the present dissertation have been taken up all those aspects that lead to their choice and construction and it has been highlighted the roles that human beings have played in our culture and how much they make an impact on strange and deviant behaviors, for example to confuse love with suffering and abuse, that is, violence, causing destructive relationships. It is worth mentioning that the presence of violence in dating relationships in adolescents is found with increasing frequency in our country. Let us remember that it is a transition stage, so, for some of them is a stage of vulnerability, therefore they may experience, endure, allow or unnoticed violence, or even exert it. It has been developed an proposal of intervention through a workshop that is aimed at the adolescent population, in order to prevent dating violence, as well as providing them with the necessary skills to raise awareness and make visible situations of violence, and if they happen to be in a violence dating relationship, this would be the guideline to prevent or move away from the relationship.

Keywords: Adolescence, couple, adolescent couple, violence and dating violence



## INTRODUCCIÓN

Los seres humanos somos seres sociales por naturaleza, una de las relaciones más comunes que suele establecer es la de pareja, en la que cada uno de los miembros realiza, el trabajo o función designada por parte de la sociedad, sin percatarse de que algunas de estas conductas podrían estar encubiertas de actitudes de violencia dirigida hacia algunos de los integrantes de la relación. Por lo tanto, la importancia de estudiar la violencia de pareja desde el noviazgo radica principalmente en que esta etapa es una escuela para un aprendizaje, en la cual los miembros de la pareja trataran de aprender a convivir cada uno con sus respectivas personalidades, a conocerse íntimamente a amarse mutuamente para ir poniendo los cimientos de un futuro en común.

La sociedad va conformando, de acuerdo con la cultura determinados papeles, a seguir. Estos comienzan a ser inculcados desde la infancia basándose en las características fisiológicas de los individuos. Dichos papeles van determinando las relaciones de poder y la subordinación de las mujeres ante los hombres en cualquier tipo de relación, entre la de la pareja.

La interiorización de estos roles se da desde la infancia, sin embargo es en la adolescencia cuando el individuo los despliega para definir su personalidad. Durante la etapa de la adolescencia las personas pasan por diferentes cambios fisiológicos, psicológicos y emocionales. Comienzan a vivir nuevas experiencias en cuanto a su desarrollo social, conforman grupos de amistades quienes se convierten en la mayor influencia para ellos (as), en este tipo de grupos se sienten apoyados, seguros y van validando sus conductas al ver que otros (as) actúan de la misma manera.

En esta etapa es cuando se van conformando su personalidad y los roles de género, que les corresponden; van acentuando la manera de socializar con los demás y comienzan a darse las primeras relaciones de pareja.

No solamente la cultura designa la forma de actuar de los individuos, sino también destina los parámetros y los estereotipos para las relaciones entre los individuos

como en el caso de los noviazgos y las ideas falsas sobre el amor que les han sido inculcadas de acuerdo con el género de las personas.

La violencia en la pareja no es únicamente de los matrimonios o de los que viven en unión libre, la violencia generalmente comienza en el noviazgo, sin embargo es menos visible ya que es sutil y principalmente emocional por lo que no deja huellas visibles.

El problema de la violencia en el noviazgo es común aunque no se ha profundizado en el tema porque se considera que es la etapa ideal de una relación de pareja; sin embargo, actualmente se está dando en las relaciones de adolescentes principalmente por los estereotipos o roles de género impuestos por la sociedad.

En nuestro país un gran número de mujeres jóvenes son golpeadas, amenazadas, humilladas por sus novios. La violencia en el noviazgo se manifiesta a través de diferentes formas de abuso, ya sea emocional, físico, económico o sexual. Sus efectos tienen un impacto destructivo en la salud física, mental y en la vida social de quien vive una situación de este tipo, así mismo la violencia en relaciones de noviazgo puede ser el inicio de una vida en pareja y posterior en familia, marcada por el maltrato.

Como sociedad y como individuos no hemos aprendido a reconocer los diferentes matices de la violencia. La conducta violenta no es ni percibida por la víctima, ni por quienes ejercen la violencia, sino que en las relaciones de pareja, sobre todo en el noviazgo, es común que sea confundida con una expresión de amor. Esta es una de las razones por las cuales, la violencia en el noviazgo pasa desapercibida.

En el primer capítulo, se abordan conceptos de la adolescencia y los principales cambios que se dan en ella, para poder entender, conocer mejor al adolescente y diferenciar a la violencia de las condiciones propias del desarrollo físico, psicológico y social de los individuos durante esta etapa.

En el segundo capítulo, se tocan aspectos relacionados a la pareja, como se conforman, la elección de pareja así mismo la diferencia que hay entre amor

romántico y enamoramiento, los vínculos que se establecen, así como la relación de pareja en la adolescencia.

En el tercer capítulo, se aborda todo lo relacionado a la violencia haciendo énfasis en la pareja y en el noviazgo. Como es el ciclo de esta, los diferentes tipos de violencia que existen, así como los modelos de atención y prevención.

En el capítulo cuarto, que es la base del trabajo se rige en la propuesta de intervención que es a través de un taller “El enamoramiento, su magia y sus riesgos”, el objetivo de brindar un taller es que el adolescente adquiera habilidades asertivas, de comunicación, interacción, mejora de autoestima. Así como lograr que visibilicen y no normalicen indicios de la violencia.

# **CAPITULO I**

## **ADOLESCENCIA**

La palabra adolescencia proviene del verbo en latín *adoleceré*, que significa crecer o crecer hacia la madurez Rice (2001). La adolescencia es un periodo de transición, una etapa del ciclo de crecimiento que marca el final de la niñez y anuncia la adultez, para muchos jóvenes la adolescencia es un periodo de incertidumbre e inclusive de desesperación; para otros, es una etapa de amistades internas, de aflojamiento de ligaduras con los padres, y de sueños del futuro.

De acuerdo con este mismo autor la adolescencia es una etapa de transición ya que es la línea divisoria entre la seguridad de la niñez y el mundo del adulto, en cierto sentido, la adolescencia ha venido a ser una etapa del desarrollo humano con naturaleza propia, distinta de las demás. Este periodo empieza con los cambios fisiológicos de la pubertad y termina cuando se llega al pleno estatus sociológico del adulto.

La adolescencia es ubicada como un periodo de transición en el desarrollo entre la niñez y la adultez. Por lo general, se considera que comienza alrededor de los 12 y 13 años y termina hasta los 19 o 20 años, durando casi una década. Comienza con la pubertad que es el proceso que conduce a la madurez sexual. (Papalia, Wendkos y Duskin, 2019).

Al referirnos a la adolescencia nos situamos en una etapa, que se caracteriza por cambios profundos puberales, biológicos, sociales y psicológicos, es un proceso que su final no es tan claro, sin embargo, la OMS la sitúa de los diez a los diecinueve años. Según diversos autores como Predeira y Tomás (2001) donde expresa que la adolescencia es una etapa que está delimitada desde los finales de la infancia y hasta la futura próxima adultez, periodo denominado por todas las incertidumbres característico tanto del crecimiento social y emocional de la humanidad. Dorsch (2008) recalca que sobre todo se trata de un proceso psicológico y psicosocial. Periodo de edad consecutivo a la maduración sexual de la pubertad, en la que no está terminado el desarrollo psíquico. La adolescencia es un periodo de desarrollo humano que constituye la transición y donde ocurren diversos cambios: Biológicos (físicos, sexuales), Psicológicos (conductuales, cognitivos y emocionales) y Sociales (culturales y relaciones con otros) (Aguilar, Valencia y Sarmiento 2007).

Los seres humanos durante el proceso de la vida atraviesan por diferentes etapas, una muy significativa es la adolescencia, el pasar por dicha etapa en algunos adolescentes les genera confusión, ya que no tienen en claro si son niños o adultos, y en algunas ocasiones toman actitudes de niños o adultos. Actualmente la adolescencia se refiere a un periodo de la vida, que aproximadamente va de los 13 a los 19 años, pero este significado de la adolescencia y las edades varían de acuerdo a las diferentes partes del mundo, 31.4% son niñas, niños y adolescentes, de 0 a 17 años, uno de cada cinco mexicanos es una persona adolescente o joven. En el país, residen 126 millones 577 mil 691 habitantes, de los cuales los niños y las niñas de 0 a 17 años, representan 31.4 por ciento, de los cuales 50.9 por ciento son hombres y 49.1 por ciento, mujeres según datos de la (CONAPO 2019).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece tres tipos de adolescencia, adolescencia temprana, de los 10 a los 14 años en donde ocurren la mayoría de los cambios biológicos; adolescencia media, de los 15 a los 18 años, que se caracteriza por la interrelación sociológica; y adolescencia tardía, de los 18 a los 21 años, etapa donde se alcanza la identidad. (Cevorated, 2011).

## **Teorías sobre la adolescencia**

### **Perspectiva psicoanalítica, cognitivo-evolutiva y sociológica**

El psicólogo Stanley Hall es considerado como el precursor del estudio científico de la adolescencia, a partir de la publicación, en 1904, de dos volúmenes titulados *Adolescence*. Hall aplicó el punto de vista evolucionista de Darwin a la hora de conceptualizar el desarrollo adolescente. Así, el factor principal del desarrollo para él residía en factores fisiológicos genéticamente determinados, siendo el ambiente un factor secundario. Sin embargo, reconocía que en la adolescencia los factores ambientales jugaban un papel mayor que en periodos anteriores y que era necesario contemplar dinámicamente la interacción entre la herencia y las influencias ambientales para determinar el curso del desarrollo de los jóvenes en este periodo. La idea central de Hall fue la de identificar la adolescencia como un periodo turbulento dominado por los conflictos y los cambios anímicos (un periodo de "tormenta y estrés", expresión tomada de la literatura romántica alemana), claramente diferenciado de la infancia, y en que el adolescente experimenta como un nuevo nacimiento como ser biológico y social. Frente a esta visión biologicista y de crisis, autores como Margaret Mead contraponen, desde un punto de vista antropológico, una visión sociocultural donde los aspectos biológicos tienen una relevancia menor y en la que los aspectos críticos del curso adolescente son relativos a la cultura de una determinada sociedad. En la actualidad, las concepciones principales sobre la adolescencia se pueden resumir en tres tendencias dominantes Delval (2002) la perspectiva psicoanalítica, la cognitivo-evolutiva y la sociológica. Cada una de ellas resalta un aspecto particular del cambio adolescente partiendo de sus presupuestos teóricos.

Desde el psicoanálisis se parte de considerar la adolescencia el resultado del brote pulsional que se produce por la pubertad (etapa genital), que altera el equilibrio psíquico alcanzado durante la infancia (etapa de latencia). Este desequilibrio incrementa el grado de vulnerabilidad del individuo y puede dar lugar a procesos de desajuste y crisis, en los cuales están implicados mecanismos de defensa psicológicos (fundamentalmente la represión de impulsos amenazantes) en ocasiones inadaptativos. Con la pubertad se inicia la fase genital en el individuo,

que se prolonga hasta la edad adulta. En esta fase se produce una reactivación de los impulsos sexuales (reprimidos durante la fase de latencia anterior, correspondiente a la infancia a partir de los seis años) que conduce al individuo a buscar objetos amorosos fuera del ámbito familiar y a modificar los vínculos establecidos hasta ese momento con los padres. Este proceso se interpreta como una recapitulación de procesos libidinales previos, especialmente los referidos a la primera infancia, semejantes a un segundo proceso de individuación. Así, el adolescente está impulsado por una búsqueda de independencia, esta vez de índole afectiva, que supone romper los vínculos afectivos de dependencia anteriores. Durante el periodo de ruptura y sustitución de vínculos afectivos, el adolescente experimenta regresiones en el comportamiento, tales como: (1) identificación con personajes famosos, como artistas o deportistas, (2) fusión con ideales abstractos referidos a la belleza, la religión, la política o la filosofía, y también (3) estados de ambivalencia, manifestados en la inestabilidad emocional de las relaciones, las contradicciones en los deseos o pensamientos, las fluctuaciones en los estados de humor y comportamiento, la rebelión y el inconformismo. En conjunto, el individuo tiene que ir construyendo una noción de identidad personal que implica una unidad y continuidad del yo frente a los cambios del ambiente y del crecimiento individual. Debe integrar los cambios sufridos en los distintos aspectos del yo (por ejemplo, en el ámbito de su autoimagen y autoconcepto) y establecer procesos de identificación y compromiso respecto a valores, actitudes y proyectos de vida que guíen su tránsito a la vida adulta. En este proceso, el sujeto puede experimentar crisis de difusión de la identidad (expresadas en el esfuerzo de los adolescentes por definirse, sobredefinirse y redefinirse a sí mismos) con resultados inciertos. Por tanto, el psicoanálisis acentúa la importancia de los factores internos en el curso adolescente, que desencadenan en mayor o menor medida conflictos de integración social.

Piaget y Inhelder (2018) describen en su obra una serie de tareas experimentales y las formas de respuestas que ante dichas tareas exhiben sujetos con edades comprendidas entre 5 y 16 años de edad. Al describir el comportamiento y el

razonamiento aducido por los diferentes sujetos ante estas tareas, que implican básicamente problemas derivados de la física newtoniana, los autores pretendieron comprobar, experimentalmente, el pasaje del pensamiento concreto del niño al pensamiento formal del adolescente y demostrar que existen diferencias cualitativas entre los dos tipos de pensamiento. Los autores describen los diferentes estadios encontrados en cada uno de los problemas estudiados, para luego contrastar las formas lógicas de resolución asumidas en las diferentes edades. De este modo vemos que, tal como es típico en la mayoría de las proposiciones de la teoría piagetiana, se formaliza el modo de funcionamiento intelectual del sujeto mediante modelos lógicos.

Desde la perspectiva cognitivo-evolutiva (Jean Piaget como autor de referencia) la adolescencia es vista como un periodo en el que se producen importantes cambios en las capacidades cognitivas, y, por tanto, en el pensamiento de los jóvenes, asociados a procesos de inserción en la sociedad adulta. Durante esta etapa los jóvenes acceden en un grado u otro a formas de razonamiento propias de lo que se denomina pensamiento formal. Estas nuevas capacidades cognitivas les capacita para el desarrollo de un pensamiento autónomo, crítico, que aplicará en su perspectiva sobre la sociedad y en la elaboración de proyectos de vida. Desde esta perspectiva la adolescencia se produce, pues, por una interacción entre factores individuales y sociales.

De acuerdo con Piaget, los adolescentes entran al nivel más alto de desarrollo cognoscitivo, las operaciones formales, cuando desarrollan la capacidad para el pensamiento abstracto. Este desarrollo, por lo regular alrededor de los 11 años, les da una nueva y más flexible forma de manipular la información. Al no estar ya limitados al aquí y ahora, pueden entender el tiempo histórico y el espacio extraterrestre. Las personas en esta etapa pueden integrar lo que han aprendido en el pasado con los desafíos del presente y hacer planes para el futuro. En esta etapa, el pensamiento tiene una flexibilidad que no era posible en la etapa de las operaciones concretas.



Otro autor importante en la teoría cognitivo-evolutiva es Vygotsky L., (2013) al revisar las obras del autor ruso encontramos entre ellas Paidología del adolescente, donde el teórico refleja sus concepciones generales sobre el desarrollo en esta etapa de ciclo vital del individuo. Como se ve reflejado en el título de la obra, el interés del autor es primeramente de tipo educativo; de hecho, inicialmente es editada, en 1931, por el Instituto Central de Perfeccionamiento Pedagógico como un curso de enseñanza a distancia. Es posteriormente en sus Obras completas para maestros cuando Vygotsky recopila los capítulos que tratan, específicamente sobre el desarrollo psicológico en la etapa adolescente. Esta es denominada indistintamente por él de esa manera, o edad de transición, o período de maduración sexual, entendiendo estas categorizaciones como el paso de la infancia a la adultez.

Considera Vygotsky que el aspecto clave para caracterizar el pensamiento adolescente es la capacidad de asimilar (por primera vez) el proceso de formación de conceptos, lo cual permitirá al sujeto, de esta edad de transición, apropiarse del "pensamiento en conceptos" y su paso a una nueva y superior forma de actividad intelectual; es esa forma de pensamiento verbal lógico la única que permite al sujeto la expresión correcta del conocimiento científico. Según Vygotsky el aspecto clave para caracterizar el pensamiento adolescente es la capacidad de asimilar (por primera vez) el proceso de formación de conceptos, lo cual permitirá al sujeto, de esta edad de transición, apropiarse del "pensamiento en conceptos" y su paso a una nueva y superior forma de actividad intelectual; es esa forma de pensamiento verbal lógico la única que permite al sujeto la expresión correcta del conocimiento científico.

Para demostrar su tesis Vygotsky L., al estudiar el desarrollo del pensamiento, recurrió a un método por él llamado, de los cortes genéticos, donde estudia y describe las particularidades de la conducta en una sucesión de edades de las personas, comprendiendo estas ... como un momento determinado, orgánicamente imprescindible, en el complejo y continuo proceso del desarrollo.

Una vez expuestas las concepciones de Piaget y Inhelder y de Vygotsky, sobre el desarrollo intelectual en el período de la adolescencia, vale la pena intentar un breve análisis sobre ambas.

Vemos que existe un consenso entre estos autores al considerar, en contra de la corriente conductual que imperaba para la época en que escriben, que el pensamiento adolescente va a tomar características mentales de etapas anteriores, pero las combinará mediante nuevos procesos lógicos internos para constituirse en una nueva forma de pensamiento, que poseerá características diferentes y que será la que imperará en la persona de allí en adelante.

Por último, desde la perspectiva sociológica, la adolescencia es el periodo en el que los jóvenes tienen que consumir los procesos de socialización a través de la incorporación de valores, las creencias de la sociedad en la que viven y la adopción de determinados papeles o roles sociales.

Comenzando por los estudios históricos, la referencia inexcusable para quienes mantienen la tesis de la adolescencia como construcción socio histórica es el famoso estudio de Ariés (1998) sobre la infancia en la sociedad occidental durante el Antiguo Régimen. La tesis básica de Ariés consiste en que la sociedad tradicional no podía representarse bien al niño y menos al adolescente. La infancia duraba exclusiva y necesariamente el periodo de mayor vulnerabilidad, y en cuanto se lograba cierta autonomía el infante pasaba a ser considerado como un hombre joven, esto es, un «adulto en miniatura». Durante este periodo histórico persiste la ambigüedad entre infancia y adolescencia, por una parte, y entre la adolescencia y la juventud, por otra. No se tenía una idea clara de lo que denominamos adolescencia y esta tardará en forjarse al menos hasta el siglo XIX.

En una aproximación también antropológica, tenemos la concepción de la adolescencia de Feixa (2006), quien examina la evolución del concepto de

adolescencia en diferentes culturas y a lo largo de la historia. La adolescencia es más una construcción cultural, con evidente base biológica, que una etapa evolutiva natural, común y fija a todas las sociedades y épocas. El concepto de adolescencia, tal y como hoy lo conocemos, aparece en 1904 de la mano de Stanley Hall. Sin embargo, es la sociedad la que determina los valores para esta etapa de la evolución humana. Feixa (2006) distingue cinco grupos de culturas que establecen los valores para la adolescencia según las épocas, estos grupos se dividen de la siguiente manera: cultura- generación, cultura-etnicidad, cultura-clases, cultura-territorio, cultura juvenil y estilo. Así, en las sociedades primitivas resultaría más correcto hablar de púber. En esta etapa, el objetivo es asegurar la perpetuación de la especie y por ello la adolescencia se convierte en una preparación para la vida adulta.

En este caso la adolescencia es vista como el resultado individual de las tensiones que se generan en el ámbito social, cuando las generaciones de jóvenes reclaman un estatus de independencia en la sociedad. Desde esta perspectiva se enfatizan los procesos de integración en el mundo laboral, como soporte necesario de ese tránsito desde una situación general de dependencia a otra de independencia. La situación de segregación social de la que provienen y el alargamiento de los procesos de tránsito a la sociedad adulta les colocan en una situación de vulnerabilidad. Por tanto, aquí la adolescencia se atribuye principalmente a causas y factores sociales, externos al individuo.

## **1.2. Cambios físicos durante la adolescencia.**

La adolescencia es un periodo de vida de cambio biológico rápido, el adolescente experimenta placer y dolor de observar el proceso: contempla con sentimientos alternos de fascinación, deleite y horror el crecimiento de su cuerpo. Sorprendido, avergonzado e inseguro, se compara sin cesar con otros y revisa su autoimagen (Craig y Baucum, 2009).

Delval (2002) indica que durante la adolescencia el ser humano sufre una serie de cambios físicos, que, aunque no son los únicos, sí son los más evidentes y están estrechamente ligados con los cambios sociales, los cuales introducen a los

adolescentes en la sociedad adulta. Para este autor, el inicio de la adolescencia es la pubertad, en la que se lleva a cabo una serie de modificaciones físicas importantes y tiene una fuerte dependencia de factores del ambiente social.

Rice (2001) señala que la pubertad se refiere a los años en los que tienen lugar los cambios relativos a la maduración sexual; aquellos durante los cuales se desarrollan las características sexuales primarias y secundarias. Es el proceso en el que una persona es capaz de reproducirse. La pubertad tarda casi 4 años y comienza alrededor de 2 años antes en las mujeres que en los hombres. En promedio, las mujeres comienzan a mostrar el cambio de este periodo hacia los 9 o 10 años de edad y llegan a la madurez sexual hacia los 13 o 14 años. La edad promedio para que los hombres entren la pubertad es a los 12, alcanzando su madurez sexual a los 14 años.

Junto con el estiramiento ocurren una serie de cambios óseos y faciales que resultan muy notorios. Los rasgos faciales presentan proporciones ya muy parecidas a las de los adultos Shaffer (2007).

Además, estos cambios implican un aumento de grasa corporal en ciertas zonas del cuerpo, lo que genera que algunos adolescentes luzcan “regordetes” o “lilenitos” (Craig y Baucum, 2009).

Por otra parte, se presentan una serie de cambios físicos relacionados con la maduración sexual: los cambios sexuales primarios y secundarios. Los primarios se refieren al crecimiento y maduración de los órganos sexuales durante la pubertad, es decir, el inicio de la menstruación en las mujeres y producción de semen en los hombres, los secundarios son cambios en el sistema óseo, crecimiento de vello corporal, la voz en los varones, el crecimiento de los senos en la mujer, aparición de vello púbico, así como el ensanchamiento de la cadera. Por otra parte, ocurre el aumento de talla y peso (Papalia, Wendkos, y Duskin, 2019).

Delval (2002) señala que la forma y tamaño del cuerpo, así como el desarrollo de órganos sexuales son las características más importantes en esta etapa. La mayoría de estos cambios se dan debido a la producción hormonal, en la que cada hormona actúa sobre un receptor específico, por ejemplo, la testosterona tiene acción sobre las células del pene, etc.

Son las hormonas las que están fuertemente ligadas a las emociones, es decir, los cambios emocionales que surgen en los adolescentes, como la agresión y la depresión, etc., tienen una explicación fisiológica que al combinarse con lo social detona ciertas conductas características (Papalia, Wendkos y Duskin, 2019).

Existen regulaciones entre el sistema endocrino (hipófisis, tiroides, glándulas suprarrenales, gónadas -ovarios y testículos-), el sistema nervioso (principalmente el hipotálamo) y las hormonas sexuales y de crecimiento secretadas por estos órganos que actúan como responsables de estos cambios (Fierro, 2005)

En las mujeres, esta etapa se caracteriza por el inicio de la menstruación o menarquia y en los hombres por la primera emisión de semen. Algunos cambios se dan a la par en ambos sexos, en función del sexo (Craig y Baucum, 2009).

<b>Tabla 1. Secuencia habitual de los cambios físicos en la adolescencia Características femeninas</b>	<b>Edad de aparición</b>
<p>Crecimiento de los senos.</p> <p>Crecimiento del vello púbico.</p> <p>Crecimiento del cuerpo.</p> <p>Menarquia.</p> <p>Vello axilar.</p> <p>Aumento de la productividad de las glándulas sudoríparas y sebáceas que pueden llevar a la aparición del acné.</p>	<p>6-13.</p> <p>6-14.</p> <p>9.5-14.5 (promedio máximo 12).</p> <p>10-16.5 (Promedio 12.8).</p> <p>Casi dos años después de la aparición del vello púbico.</p> <p>Casi al mismo tiempo que la aparición del vello axilar.</p>
<b>Características masculinas</b>	<b>Edad de aparición</b>
<p>Crecimiento de los testículos y el saco escrotal.</p> <p>Crecimiento del vello púbico.</p> <p>Crecimiento del cuerpo.</p> <p>Crecimiento del pene y de la próstata y glándulas seminales.</p> <p>Cambio de la voz.</p> <p>Primera eyaculación de semen</p> <p>Vello facial y axilar</p>	<p>10-13.5.</p> <p>10-15.</p> <p>10.5-16 (Promedio máximo 14)</p> <p>11-14.5 (Promedio 12.5)</p> <p>Casi al mismo tiempo que el crecimiento del pene.</p> <p>Casi un año después del crecimiento del pene.</p> <p>Casi dos años después de la aparición del vello púbico.</p>

(Papalia, Wendkos y Duskin, 2019)

La maduración del ser humano se refiere al desarrollo de una secuencia de patrones determinados biológicamente y relacionados con la edad. Las conductas que dependen de la maduración sólo aparecen cuando el organismo está dispuesto, no antes ni después. Aunque la herencia genética tiene su propio programa, el medio ambiente afecta el ritmo en el cual la programación genética se desarrolla. El entorno afecta la construcción bio-psico-social del individuo, teniendo una gran influencia en la forma específica de sus estructuras inclusive de su funcionamiento (Papalia, Wendkos y Duskin, 2019)

### **1.3. Desarrollo cognitivo**

Cognición denota la forma en que pensamos, sobre las cosas y que las conocemos y esto se constituye en el significado que le damos a un objeto o a una idea o un conjunto de ideas. Los procesos cognoscitivos incluyen percepción, atención, sensación, identificación, asociación, condicionamiento, pensamiento, concepción de ideas, juicio, raciocinio, solucionar problemas, y comprender el mundo físico y social (Palacios, 2005)

La adolescencia es la etapa en la cual el sujeto se plantea pensamientos abstractos que le permiten emplear razonamientos lógicos inductivos y deductivos. En esta etapa, conocida como de operaciones formales, el adolescente puede analizar, comprobar hipótesis y ver posibilidades. Durante la adolescencia se da una expansión en la capacidad del pensamiento en el individuo, que aumenta su conciencia, imaginación, intuición y juicio. Estas habilidades lo dotan de conocimiento para resolver problemas que enriquecen y complican su vida. El adolescente tiende a considerar posibilidades y comparar la realidad con cosas que podrían ser o no, es decir, considera todo como una posibilidad de lo que podría ser (Craig y Baucum, 2009).

En este sentido, el cerebro es una parte fundamental, cumple con una función básica en el pensamiento, pues durante la adolescencia continúa desarrollándose. Existen registros de incrementos de actividad eléctrica entre los 9, 12 y 15 años y

más tarde entre los 18 y 20 años., que pueden indicar cambios en el desarrollo cognitivo.

Son dos áreas del cerebro en las que se producen cambios: La amígdala que controla el procesamiento de información sobre las emociones y la corteza prefrontal que controla el funcionamiento cognitivo superior, como la toma de decisiones. La amígdala madura antes que la corteza prefrontal. Esto explica por qué los adolescentes son tan viscerales, sobre todo al principio de la adolescencia. Conforme avanza el tiempo el córtex madura y esto propicia capacidades como la planificación, el establecimiento de prioridades, el control de los impulsos y la valoración de las consecuencias de las acciones.

Piaget menciona que la cognición se obtiene perfeccionando y cambiando las estructuras mentales, las cuales fundan la inteligencia, que son representaciones de la realidad. Estos esquemas van evolucionando desde el nacimiento. En esta etapa se da la madurez cognoscitiva, en la que se presentan las operaciones formales, que permiten al sujeto operar o manipular mejor la información. Esta etapa de operaciones formales se caracteriza por el razonamiento hipotético deductivo. El pensamiento formal de acuerdo con Piaget implica cuatro aspectos fundamentales: la introspección (pensar acerca del pensamiento), el pensamiento abstracto (ir más allá de lo real hacia lo que es posible), el pensamiento lógico (capacidad de considerar todos los hechos e ideas importantes y formular conclusiones correctas de causa y efecto) y el razonamiento hipotético (formular hipótesis y examinar la evidencia considerando varias alternativas) (Rice, 2001).

El razonamiento deductivo se basa en ir de lo general a lo particular, el pensamiento hipotético es abstracto, no requiere de referentes concretos, pues utiliza símbolos. Para resolver problemas, las personas utilizan un pensamiento de tipo científico, es decir, orientan sus estrategias para resolverlo y abandonan hipótesis cuando las evidencias lo sustentan (Papalia, Wendkos y Duskin, 2019)

Esto se logra cuando se da una maduración cerebral y mayores oportunidades en el entorno, por lo tanto, la escolaridad y la cultura juegan un papel importante.



Craig y Baucum (2009).menciona que esta modalidad de pensamiento es abstracta, especulativa e independiente del ambiente y los hechos inmediatos. Manifiestan además una capacidad para planear y prever.

Según Kail (2011) en el procesamiento de la información intervienen la memoria de trabajo y la rapidez, se manifiestan una memoria parecida a la de los adultos, que les permite procesar la información eficazmente, adquirir conocimiento, retienen y comprenden mejor el mundo, identifican hábilmente estrategias para realizar una tarea y evalúan su eficacia.

En esta etapa el individuo aprende a examinar y modificar conscientemente los procesos de pensamiento, debido a que perfecciona la capacidad de pensamiento, formulación de estrategias y planeación (Craig y Baucum, 2009).

Sintetizando, las características del desarrollo cognitivo son:

- a) Empleo más eficiente de componentes del procesamiento de información, como la memoria, retención, transferencia de información.
- b) Estrategias más complejas para la resolución de problemas.
- c) Medios más eficaces para obtener información y almacenarla.
- d) Funciones ejecutivas de orden superior: planeación, toma de decisiones, etc.

En cuanto al desarrollo del lenguaje, el adolescente continúa ampliando su vocabulario, alrededor de los 18 años el adolescente conoce en promedio 80 mil palabras, dependiendo del entorno y escolaridad en la que se desarrolle. Son capaces de definir y comentar sobre conceptos abstractos como el amor, el odio, etc., y emplean más frecuentemente expresiones como, sin embargo, por lo tanto, etc. También adoptan capacidades para entender puntos de vista de otros, el nivel de conocimiento de otra persona, y así adaptarlo a su propio lenguaje (Papalia, Wendkos y Duskin, 2019).

Para Vigotsky el funcionamiento cognitivo tiene un fundamento social, en su teoría cognitiva sociocultural estudió que el lenguaje es una herramienta para entender cualquier aspecto del funcionamiento adolescente, que le favorece para planificar actividades y resolver problemas (Santrock J. 2006).

A pesar de que el adolescente es capaz de formular pensamientos abstractos, se han encontrado algunas características inmaduras en su pensamiento. Esta inmadurez se manifiesta en seis formas características (Papalia, Wendkos y Duskin, 2019).

1. Idealismo y actitud crítica. Creen saber mejor que los adultos como gobernar el mundo y atacan lo que les parece equivocado.
2. Actitud polémica. Buscan oportunidad de probar su capacidad de razonamiento recién descubierto.
3. Indecisión. Consideran varias opciones al mismo tiempo, pero carecen de estrategias para elegir una de ellas.
4. Hipocresía aparente. No reconocen la idea entre expresar un ideal y luchar para vivir de acuerdo con él.
5. Auto-conciencia. Creen que los demás piensan en ellos y en sus pensamientos, es decir, crean una audiencia imaginaria.
6. Sinceridad e invulnerabilidad. Se creen que son especiales (fábula personal), ese egocentrismo los hace tener comportamientos arriesgados y destructivos.

Los adolescentes no son una tabula rasa, tienen miles de ideas sobre el mundo físico y natural, están ávidos de conocimientos, la mejor manera de fomentar motivación por conocer es dejarlos interactuar espontáneamente con su entorno, por lo que la educación es muy importante para complementar un sano y brillante desarrollo cognitivo.

El procesamiento de la información en la adolescencia cambia sobre todo en la cuestión de atención y memoria. La atención es la concentración y la focalización del esfuerzo mental, la cual no es sólo selectiva, puede ser cambiante, en el adolescente la atención puede cambiar de un tema a otro. En cuanto a la memoria, que es la retención de información a lo largo del tiempo, existe más memoria a corto plazo que a largo plazo Santrock J., (2006) el adolescente utiliza la información procesada y retenida para diferentes actividades cognitivas, como la toma de decisiones, pensar crítica y creativamente.

## 1.4 Desarrollo social

Los principales retos a los que se enfrenta el adolescente en esta etapa de cambios son: autonomía e independencia de los padres y formar una identidad (Craig y Baucum, 2009).

Por otra parte, la familia, los amigos y compañeros son relevantes como modelos del rol y agentes sociales, el adolescente entra en un proceso en el que la maduración psicológica consiste en dar sentido al mundo social y encontrar un lugar que lo conforte. Además, como parte del entorno, está expuesto a una serie de riesgos que lo hacen vulnerable a enfrentar de manera óptima su entrada a la adultez (Coleman y Hendry, 2017).

La cultura influye sobre los estereotipos de género que son creencias sociales que buscan determinar cómo se deben comportar las personas de acuerdo con su sexo, estos se transmiten por la sociedad y familias de generación en generación, forman parte del sistema de creencias y valores que guían las interacciones personales, estas creencias se aprenden e interiorizan por la presión social y por buscar ser aceptados socialmente (Aguilar, Valdez, González-Arrantia y González, 2013; Cruz, 2018; Rey y Martínez, 2018).

Algunas creencias sobre los estereotipos de género son sobre la superioridad del hombre, que se le adjudican características como proveedores, fuertes, independientes, autosuficientes, maltratadores, violentos, agresivos, rudos, ejercen el poder, toman decisiones importantes de la familia y son profesionistas; en cambio a las mujeres se les ha etiquetado como el sexo débil y se les caracteriza como inseguras, pasivas, afectivas, con esencia a la maternidad, deben de cuidar a los hijos o familiares, realizar labores domésticas y se encargan de la familia (Aguilar, et al., 2013; Rodríguez et al., 2018; García, Hernández y Monter, 2019).

Rey y Martínez (2018) y Delgado, et al. (2012), mencionan que estas creencias pueden tener un papel en la perpetración y victimización de las agresiones, al entender que así es la personalidad y características de las personas de acuerdo con su género. Por ello Pacheco y Castañeda (2013), mencionan que la sociedad

reproduce y difunde las conductas violentas y estereotipos, porque se presentan como rígidos y no cambiantes.

González y Fernández (2010) señalan que la violencia es un problema social, por la relación de desigualdad entre mujeres y hombres al esperar que las creencias se cumplan, estas pueden afectar tanto a la víctima como al victimario sin importar el sexo, por ejemplo los hombres tienen restricciones para expresar sus sentimientos, emociones para no parecer “débiles”, se piensa que no pueden ser víctimas de agresiones por su pareja, y por ella reprimen sus pensamientos y sentimientos, los cuales se pueden convertir en ira y hostilidad hacia ellos mismo o la pareja (Pacheco y Castañeda, 2013; García et al., 2019).

En el caso en que la víctima sea una mujer se puede llegar a justificar y aceptar la violencia por los estereotipos y creencias machistas que se han aprendido y se consideren normales (Rodríguez et al., 2018; Rey, 2008), por ello se deben de dejar de perpetrar los estereotipos, ya que pueden ser un justificante de la violencia hacia las mujeres, lo cual impide que sea visible la problemática y se pueda actuar para terminar las agresiones.

#### **1.4.1. Relaciones sociales**

Para entender cómo se da el desarrollo social en los adolescentes, es importante conocer su entorno, es decir, la relación con la familia, con otros adolescentes, su rol en un grupo, etc.

Los adolescentes se ven obligados a juzgar sus valores y conductas en relación con su familia. El rol de los padres es fundamental para el desarrollo independiente dentro de la sociedad, ya que la interacción con los padres influye de forma decisiva para el paso a la adultez. Los sistemas familiares son dinámicos, es decir, las conductas de uno de los miembros influyen en las conductas de los demás.

En algunas familias pueden darse conflictos familiares como consecuencia del comportamiento del adolescente, o bien, conflictos familiares que afectan de

manera directa el desarrollo del adolescente, de aquí que situaciones como el divorcio o la desintegración familiar tengan una relación directa con el comportamiento y pensamiento de los chicos. Padres y madres influyen de manera distinta en sus hijos adolescentes, mientras que los padres estimulan el desarrollo intelectual y la solución de problemas, la relación con las madres suele ser más compleja, en aspectos como responsabilidades, actividades familiares, y la disciplina familiar, sin embargo, la relación entre estos favorece más su intimidad (Craig y Baucum, 2009).

Por otra parte, los adolescentes buscan compararse con otros adolescentes para evaluar sus capacidades y conducta, necesitan estar solos algunas veces. Ya al final de la adolescencia buscan amigos, regularmente del mismo sexo, con quienes comparten características similares. Sus amistades suelen ser estables por lo menos un año. Escogen a sus amistades basándose en actividades comunes e intereses similares y suelen mostrar compromiso y lealtad. Conforme sus amistades son más íntimas, recurren más a éstas que a sus padres. En el establecimiento de amistades con el sexo opuesto, también surgen las relaciones en grupo, es cuando ocurre el noviazgo. Les importa mucho ser aceptados en el grupo al cual se integran (Craig y Baucum, 2009).

### **1.4.2 Relaciones interpersonales en la adolescencia**

Para comenzar, se parte de considerar que la afectividad en el grupo de pares se manifiesta en un amplio rango, que va desde el compañerismo cotidiano hasta el amor más formalizado e intenso, dibujándose un amplio registro de formas entre los adolescentes. En este sentido, lo amoroso no se circunscribe exclusivamente a las relaciones de noviazgo por lo que se manifiesta en diferentes tipos de relación en la adolescencia comprendiendo así la afectividad entre amigos y enseguida con las parejas.

Una de las principales necesidades en los adolescentes es desarrollar relaciones interpersonales, sociales, redes de amistades, compañía e intimidad; los jóvenes

valoran la libertad y la diversidad de actividades, las amistades, tema que trataremos a continuación.

La amistad como una relación interpersonal íntima surgida principalmente en la atracción interpersonal, la reciprocidad, en trato frecuente y la ayuda mutua. La amistad (del latín *amicitas*) es una relación para compartir, también significa pacto y amigo (*amicus*), puede decirse de alguien que trata amistosamente a otra persona. Los amigos forman las principales redes de apoyo social durante la juventud, supone un elemento clave de forma, con frecuencia, inconsciente para el comportamiento. El adolescente necesita y requiere de las relaciones sociales con sus pares de edades similares, porque ello permite un nivel de maduración relevante para su crecimiento. La inteligencia emocional, juega un papel fundamental, el adolescente busca la socialización con personas con sus mismos intereses, como el deporte o la música, y en la mayoría de las ocasiones con sus mismas características, de esa forma el adolescente quiere sentirse adaptado e incluido en micro sociedad.

La búsqueda de un amigo es entonces un proceso que comprende una serie de filtros o pasos Bee, (1987):

1.- Proximidad: Solo se puede escoger entre las personas que conocen y ven cierta regularidad, pero entre los que conocemos no se selecciona al azar.

2.- Familiaridad percibida: Este es un principio de importancia en el sistema de las relaciones, es un principio básico de atracción, no sólo entre las parejas sino entre los amigos, en sí es conocido como el principio de hologamia, se traduce como la tendencia a asociarse con personas similares.

3.- Atracción física: Tendemos a ser atraídos por personas que consideramos semejantes a nosotros en intereses o capacidades y por personas a quienes vemos del mismo nivel de atracción física en términos generales.

Una vez consolidados estos filtros dentro de una relación de amistad, esta puede mantenerse de esta forma, logrando un grado importante de intimidad, entendida

como la capacidad de generar relaciones abiertas, sin temor de perder la propia identidad en el proceso de la creciente cercanía, Coleman y Hendry (2017) sugiere la capacidad para entregarse y compartir sentimientos y pensamientos en mutua empatía. Esto da pie a desistir del aislamiento e independencia completa y generar la disposición de desarrollar ciertos vínculos emocionales de dependencia.

### **1.4.3 Búsqueda de identidad**

La adolescencia es una etapa en la que el individuo lucha para determinar el yo y consolidar elecciones que constituyan su persona, distinta a la de los padres y otras influencias. Sin esta lucha por la individualidad estaría expuesto a la despersonalización (Coleman y Hendry, 2017).

La difusión de la identidad para Erickson 1968, (citado en Coleman y Hendry, 2017) se da como la resolución de una crisis de identidad, en la que en primer lugar está el reto de la intimidad, en el que el individuo puede temer al compromiso por miedo a la pérdida de su propia identidad, en segundo lugar, está la difusión de la expectativa temporal, en la que encuentra imposible hacer planes a futuro. Después aparece la difusión de la laboriosidad, en que ve complicado usar los recursos en la escuela o trabajo, por último, Erickson habla de una identidad negativa, es decir, selecciona una identidad opuesta a la deseada por sus padres.

La identidad se forma cuando los jóvenes resuelven la elección de una ocupación, la adopción de valores y el desarrollo de la identidad sexual satisfactoria Papalia, Wendkos y Duskin (2019). Los adolescentes que resuelven de manera satisfactoria su crisis desarrollan la virtud de la fidelidad, que es la lealtad sostenida hacia amigos o compañeros.

Coleman y Hendry (2017) La crisis es un período de toma consciente de decisiones y de compromiso como ideología. Existen 4 niveles de identidad: logro de identidad, exclusión, aplazamiento y difusión de la identidad. En el logro de identidad (crisis que lleva al compromiso), el compromiso se establece dadas las elecciones tomadas después de la crisis. En la exclusión (compromiso de identidad), la persona

que no ha estado en crisis compromete su vida a los planes de otro individuo. En el aplazamiento (crisis aun sin compromiso), la persona se encuentra en crisis y parece a punto de establecer un compromiso y, por último, la difusión de identidad (sin compromiso, sin crisis) que es la ausencia de compromiso y consideración seria de opciones

#### **1.4.4 La televisión, el internet y otros medios de comunicación masiva**

Tanto la televisión como el internet tienen un alto impacto en el adolescente, además que los utilizan en gran medida. Cabe mencionar que tienen una gran influencia y esta puede ser positiva o negativa, ya que incluso algunos adolescentes tienen cambios en su conducta debido a que imitan personajes.

En otros casos presenta ideas erróneas o fuera de la realidad, como problemas que se resuelven fácilmente y que todo acaba bien, toda pasa rápidamente, Santrock (2006) comenta que los adolescentes tempranos entre 13 y 14 años tienden a ver más televisión que realizar actividades como la lectura o el ejercicio. Sin embargo, en estas edades comienza a incrementarse el interés por otros medios de comunicación como la radio, los videoclips, los CD, incluso el cine. La mayoría pasan mucho tiempo escuchando música. Durante la adolescencia temprana hay una tendencia a escuchar la música más popular de las listas de éxitos.

La música controla sus estados de ánimo y les acompaña en su soledad. También existen relaciones de la música con los comportamientos de los adolescentes, ya sea por la música en sí o por las letras, por ejemplo, el Heavy Metal se asocia a comportamientos antisociales, incitación a prácticas sexuales, drogas y suicidio. El Rock, señala Santrock (2006) en algún momento se ha asociado con letras que influyen peligrosamente en temas como la sexualidad, la violencia, el consumo de drogas y actos satánicos. Sin embargo, aclara que una investigación comprobó que los preadolescentes y los adolescentes no perciben contenidos sexuales en las letras de las canciones.



El internet es otro medio de comunicación de trascendencia e influencia y además el más recurrido por los adolescentes. A través de Internet se pueden hacer una diversidad de actividades como leer el periódico, comprar casi cualquier producto, jugar con personas de todo el mundo, charlar (*chatear*), trabajar desde el propio domicilio, entre otras. Permite investigar y obtener información actualizada de todo tipo. Algunas investigaciones señalan que los niños y los jóvenes son los más asiduos usuarios de internet, debido a su curiosidad y porque se adaptan más a la tecnología. De los jóvenes mexicanos, de entre los 12 y 19 años, 48% utilizan la red en un promedio de 2 horas 41 minutos diarios. Actualmente 55% de las computadoras están instaladas en los hogares y 45% en empresas (asociación mexicana de internet, 2007 citada en Seguridad Padres, SEP)

El INEGI en colaboración con la Secretaría de Comunicaciones y Transportes (SCT) y el Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT), da continuidad a la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2017. La ENDUTIH constituye la fuente principal de estadísticas sobre disponibilidad de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) en los hogares y de su uso, y se realiza con entrevistas a miembros del hogar seleccionado de manera aleatoria, de quienes se capta directamente su experiencia sobre el uso de las tecnologías de la información y comunicaciones. La información generada por la ENDUTIH es comparable con los datos levantados en 2015 y 2016. Los principales resultados de la edición 2017, son:

**Internet:** En México hay 71.3 millones de usuarios de Internet, que representan el 63.9 por ciento de la población de seis años o más. El 50.8% son mujeres y el 49.2% son hombres. El aumento total de usuarios respecto a 2016 es de 4.4 puntos porcentuales. El grupo de población con mayor proporción de usuarios de internet es el de los hombres de 18 a 34 años de edad, casi el 85% de la población de este grupo usa este servicio, mientras que el grupo de edad con menor uso son las mujeres de 55 años y más. Las principales actividades de los usuarios de Internet en 2017, son: obtener información (96.9%), entretenimiento (91.4%), comunicación (90.0%), acceso a contenidos audiovisuales (78.1%) y acceso a redes sociales (76.6

por ciento). Ya sea mediante conexión fija o móvil, 17.4 millones de hogares disponen de Internet (50.9 por ciento del total nacional), lo que significa un incremento de 3.9% respecto al año anterior. El análisis geográfico muestra que el uso del internet es un fenómeno urbano, puesto que el 86% de los usuarios de este servicio se concentran en estas zonas.

Sin embargo, es preciso tener cuidado con el uso de internet pues existen riesgos, no toda la información es adecuada o fidedigna, hay información falsa y peligrosa. Además, estar conectados al internet por varias horas puede provocar comportamientos antisociales y de aislamiento.

Dentro de los peligros están: el robo de identidad, robo de datos (Phishing), fraudes, ventas de armas, amenazas, pornografía infantil, comercio sexual infantil, maltrato infantil, abuso sexual, narcomenudeo. Los niños y adolescentes están expuestos a ver videos “snuff” que contienen muertes reales, violaciones y torturas, o chatear con personas desconocidas y peligrosas como pederastas, pueden ser víctimas de pornografía infantil, prostitución infantil, tráfico de órganos, entre otras (Santrock, 2006)

**Telefonía celular:** En 2017, el 72.2% de la población de seis años o más utiliza el teléfono celular. Ocho de cada diez, disponen de celular inteligente, con lo cual tienen la posibilidad de conectarse a Internet.

El número total de usuarios que sólo disponen de un celular inteligente creció de 60.6 millones de personas a 64.7 millones de 2016 a 2017. También se incrementó de 89.0% en 2016 a 92.0% Cabe mencionar que es otra forma de comunicación entre adolescentes para mantenerse en contacto. Principalmente se comunican mediante mensajes de texto y esto constituye un uso continuo durante todo el día, además de sustituir la comunicación verbal. Principalmente, se comunican con los amigos que con la familia. Aún es poca la investigación sobre los usos de celulares, sin embargo al igual que los demás medios de comunicación favorecen las relaciones con su medio social formado por sus iguales. (Arnett, 2008)

**Computadora:** Los usuarios de computadora de seis años o más alcanzan en 2017 los 50.6 millones, equivalentes al 45.3% del total de la población en este rango de edad. Este universo es menor en 1.7 puntos porcentuales respecto al registrado en 2016, el cual alcanzó el 47.0 por ciento. La proporción de hogares que disponen de computadora registró un descenso de (-) 0.2 puntos porcentuales, al pasar de 45.6% en 2016, a 45.4% en 2017.

**Televisión digital:** La ENDUTIH 2017 revela que el 93.2% de los hogares del país cuenta con televisor, ratificando a este bien TIC como el de mayor penetración. Así mismo, la encuesta denota que el 70.5% de los hogares dispone de al menos un televisor de tipo digital. En los hogares que sólo disponen de televisor analógico, el 13.9% cuenta con señal de televisión de paga que lo habilita para recibir señales digitales y 5.9% utilizan un decodificador de señal digital. De esta manera, el 94.3% de los hogares del país reciben la señal de televisión digital a partir de alguno de los tres medios mencionados anteriormente: televisor digital, señal de televisión de paga o televisor analógico con decodificador. Los resultados de la ENDUTIH 2017 fueron comentados por Julio A. Santaella, Presidente del INEGI; Gabriel Oswaldo Contreras Saldívar, Comisionado Presidente del Instituto Federal de Telecomunicaciones, y Édgar Olvera Jiménez, Subsecretario de Comunicaciones de la Secretaría de Comunicaciones y Transportes.

El **Facebook** es una red social en Internet utilizada por millones de personas en todo el mundo, en la actualidad es la red social más grande del mundo, y el lugar que ocupa no es un hecho accidental, se debe a los múltiples beneficios que aporta. Gracias a ella vivimos en un mundo más abierto, accesible y en contacto con los demás. Cada día muchas personas establecen relación con otra a través de este medio, compartiendo fotografías, enlaces en Internet, videos o publicando comentarios. Es un sitio utilizado por adultos, empresas, organizaciones y gobiernos. Este sitio sirve para platicar, compartir fotos, subir videos, mantenerse en contacto, compartir noticias, enviar felicitaciones, hacer negocios, encontrar amigos, entre otras cosas más. Aunque debe ser usado por adultos, muchos adolescentes utilizan este medio. La edad mínima para pertenecer a Facebook es

de 13 años. La mayoría de ellos utiliza la red para socializar, mantenerse al día sobre lo que hacen sus amigos y parientes., buscar apoyo emocional, principalmente. Sin embargo, también existen riesgos: El más común es el acoso u hostigamiento en línea (cyberbullyng) por parte de sus conocidos, pueden dañar su reputación por los comentarios que hacen, pues generalmente lo que escriben y cuentan es un reflejo de lo que son. Cualquier cosa que se diga o escriba bajo el enojo u otro estado emocional queda escrito y es muy difícil de retirar; su información puede ser usada para conocer su ubicación física o para molestarlos; pasar demasiado tiempo “en línea” la aparta de su vida diaria y pueden entrar en contacto con adultos que puedan manipularlos o dañarlos. (Guía Face Book, sf).

**WhatsApp:** Es una aplicación de mensajería instantánea que puede ser utilizado en diferentes sistemas operativos de Smartphone, desarrollado y fundado en la empresa Silicon Valley, su nombre se deriva del juego de palabras en inglés What's Up (¿Qué pasa?). WhatsApp (2016) permite enviar y recibir mensajes sin pagar, permitiendo además crear grupos y poder intercambiar imágenes, videos, mensajes de audios y documentos.

Telefonía celular y mensajes de texto son otra forma de comunicación entre adolescentes para mantenerse en contacto. Principalmente se comunican mediante mensajes de texto y esto constituye un uso continuo durante todo el día, además de sustituir la comunicación verbal. Principalmente, se comunican con los amigos que con la familia. Aún es poca la investigación sobre los usos de celulares, sin embargo, al igual que los demás medios de comunicación favorecen las relaciones con su medio social formado por sus iguales (Arnett, 2008).

#### **1.4.5 Otras influencias sociales**

El lugar donde los adolescentes tienen la mayor oportunidad de interactuar con los amigos, los iguales, los grupos o pandillas, donde pueden establecer relaciones de noviazgo, es la escuela. El lugar donde además enfrentan otros eventos y situaciones que son importantes de mencionar. Por ejemplo, algunos adolescentes pasan por el proceso de la primaria a la secundaria que puede resultar estresante

pues como ya se ha mencionado, coincide con diversos cambios: la pubertad y preocupaciones con la imagen corporal, cambios en el pensamiento formal, mayor responsabilidad y el inicio de la independencia.

Los investigadores han encontrado que el primer año de secundaria puede ser muy difícil para muchos estudiantes. Algunos presentan un descenso en su rendimiento académico, puede ser que les desagrada tanto el lugar como los profesores y que se sientan poco motivados en las actividades del centro escolar.

Pueden encontrar aspectos positivos: sentirse más mayores o maduros, pueden pasar más tiempo con compañeros de grupo, tener amigos, pueden disfrutar de una mayor independencia y algunas materias pueden ser motivadoras e interesantes (Santrock, 2006).

El círculo de amigos y conocidos es importante, porque pueden influir en la concepción que las personas desarrollan sobre una relación de pareja, ya que al conocer y ver las relaciones de otras personas se pueden crear ideales y normalizar algunas conductas como por ejemplo las agresiones, ya sea como víctima o victimario (Rey, 2008; Rojas-Solís y Flores, 2013).

Rodríguez et. al (2018), mencionan que en la juventud las personas suelen orientarse, buscar apoyo, retroalimentación, confianza y consejos en sus iguales, esto puede ser inadecuado cuando los iguales aceptan las agresiones, mantienen o han mantenido una relación con violencia, ya que se pueden minimizar o ignorar cualquier tipo de agresiones.

El adolescente donde tiene mayor interacción es en el ámbito escolar ya que es un punto de encuentro entre directivos, maestros, estudiantes, en ocasiones se viven situaciones de violencia la cual se ejerce en distintas formas: entre alumnos (bullying), de autoridades a alumnos, o inclusive de alumnos a autoridad. Voy hacer mención en relación al bullying la palabra es un anglicismo el cual es conocido como “acoso escolar” u “hostigamiento escolar”. Se compone por la voz bully que quiere decir “maton” o “peleon”, más la terminación ing que indica la acción o el resultado de una acción. Actualmente se usa para definir la violencia que se da entre estudiantes. Se caracteriza por ser intencional, personal y persistente. El bullying se compone de tres figuras: acosador, acosado y testigos. Los primeros dos,

desarrollan una relación de poder donde el acosador se coloca por encima del acosado, ya sea física o intelectualmente, para ejercer abuso y control sobre él. Por su parte, los testigos pueden ser: consecuentes con el acosador (burlándose o molestándolo también); neutros (indiferentes ante el abuso); o empáticos con el acosador (temiendo que ellos sean los próximos agredidos).

Psicológicamente, los adolescentes de 11 y 12 años pueden mostrarse adaptables y disciplinados, pero conforme avanzan en edad, se van mostrando más inquietos, menos disciplinados, y más reactivos a la autoridad del profesor. Hacia los 13 y 14 años aun cuando se muestran activos y juguetones, suelen ser más equilibrados, pero no les agrada la autoridad. Se muestran más autónomos. Tienen mayor capacidad de concentración. Se interesan más por materias que perciben como prácticas y útiles del mismo modo que rechazan aquellas que no tienen aplicación, según su punto de vista.

En cuanto a la actitud hacia los profesores, se muestran reactivos a su autoridad, del mismo modo que con sus padres. De hecho, la imagen de los profesores ha menguado. Ya no son aquellas figuras de respeto y autoridad. Incluso, se les exige demasiado para que puedan ser considerados como capaces e interesantes. Sobre el rendimiento académico y problemas de aprendizaje Santrock (2006) señala que los adolescentes que tienen un trastorno de aprendizaje presentan dificultades en al menos un área académica. Aclara que no representa un retraso mental y que incluso tienen una inteligencia normal o superior. Más bien, presentan problemas con los procesos de atención, pensamiento y lenguaje. Las áreas en las que suelen tener más problemas son en las matemáticas, la lectura y el lenguaje escrito. Añade que es importante aplicar una mayor eficacia tanto de los profesores, como del centro educativo e incluso la intervención de los padres para lograr mejorar el rendimiento académico.

Es así como los desarrollos de estas capacidades preparan al adolescente para el establecimiento de otro tipo de relaciones interpersonales de las cuales hablaremos en el siguiente apartado, estas son las concernientes a las parejas.

## 1.5 Desarrollo psicoafectivo

En la adolescencia, los intereses afectivos de los jóvenes abandonan masivamente el ámbito familiar, estableciendo nuevas elecciones de objetos afectivos extrafamiliares, como es propio de todo adulto. El problema reside en que la afectividad va más allá de la familia a partir de este momento, el conflicto se desplaza desde la ambivalencia afectiva a la reivindicación de ciertos derechos personales, entre los que destacan las exigencias de libertad e independencia, la libre elección de amistades, aficiones etc. (Papalia , Wendkos, y Duskin, 2019).

Para el momento que los niños alcanzan la adolescencia ya exhiben patrones bien desarrollados de respuestas emocionales a los hechos y a las personas pueden ser descritos como cálidos, afectuosos o amigables o como fríos poco responsivos y distantes. El patrón de respuesta emocional que se muestra durante la adolescencia es solo una continuación del que ha ido apareciendo lentamente durante la niñez. Los adolescentes que se convierten en gente cálida, amistosa tienen algunas claras ventajas no solo obtienen mucha mayor satisfacción potencial de las relaciones humanas, sino que también emprenden relaciones sociales más armoniosas. El amor fomenta en los demás una respuesta positiva, reduce al mínimo la conducta agresiva de los individuos, actúa con fuerza terapéutica y es un poder creativo en el logro individual y los movimientos sociales, además forma parte importante hacia la identidad que se ve reflejada en el ser amado y le ayuda a clarificar el yo (Rice, 2001).

De forma contraria se encuentra los estadios hostiles en los adolescentes, que se caracterizan principalmente por sentimientos de mala voluntad, pueden manifestarse como ira, aborrecimiento, disgusto o celos. En los ataques de furia, los adolescentes desahogan su enojo atacando los muebles de su casa, propiedades de la escuela, maestros o alguna victima indefensa. Esta ira puede tener muchas causas, pueden enfurecer cuando se les restringe los movimientos físicos o actividades sociales; se muestran resentidos cuando se les niegan oportunidades para la vida social, les enoja cualquier ataque a su ego estatus o posición (Rice, 2001).

Según Craig y Baucum (2009). ante estos cambios, el adolescente experimenta placer y dolor al ver o no los cambios de su cuerpo, así como sentimientos de inseguridad, vergüenza, etc. Además, es muy común que se compare con otros, o bien, con los ideales predominantes de su sexo, es decir, constantemente está en revisión de su autoimagen.

### **1.5.1. Importancia de la imagen corporal.**

El adolescente evalúa constantemente su cuerpo cambiante y puede mostrarse resistente ante la desviación, ya sea corporal (delgada u obesa) o la maduración (precoz o tardía). Suelen ser sensibles respecto a su aspecto físico lo que les puede generar inseguridad o ansiedad (Craig y Baucum, 2009).

La imagen corporal por lo tanto es algo que les preocupa mucho más que a los niños o adultos, constantemente se observan para notar sus cambios y como esas transformaciones los favorecen o no, en general son las mujeres quienes se preocupan más por su imagen en esta etapa, y tienen una tendencia a estar insatisfechas a causa de la misma (Kail y Cavanaugh, 2011).

Los medios masivos de comunicación se encargan de crear un ideal de imagen corporal y los adolescentes están más sujetos a seguirlos, provocando que sigan dietas rigurosas o programas de ejercicios. Los varones se preocupan más por la fuerza física, es decir, quieren parecer atléticos o musculosos, mientras que las mujeres se preocupan por parecer altas o gordas, por esta razón es que algunas adolescentes normales o delgadas, viven con la idea de parecer gordas, aunque no lo sean (Craig y Baucum, 2009).

### **1.5.2 Adolescencia precoz y tardía.**

Otro aspecto psicológico importante es la maduración precoz o tardía. Ante la maduración tardía el adolescente puede presentar un problema de adaptación social, ya que suelen sentirse en desventaja para los deportes y la socialización, los adultos los siguen tratando como niños, tienen menos estatus social ante sus pares



y son menos competentes para los adultos. En cambio, los adolescentes que maduran precozmente, aunque puede manifestarse como una ventaja hacia los otros, en ocasiones se aíslan, ya que no pueden compartir los cambios, o bien, en el caso de las mujeres no encuentran afinidad con los hombres, ya que estos maduran después que ellas.

De acuerdo con Papalia, Wendkos, y Duskin (2019), se ha encontrado que los hombres que maduran más rápido son más equilibrados, amables, calmados, populares, con tendencias a liderazgo y menos impulsivos que aquellos que maduran después. Además, menciona que los muchachos que se desarrollan más pronto tienen ventajas en autoestima, están más satisfechos de su imagen corporal y toman ventajas de los otros, quienes no están en las mismas condiciones.

Regularmente a las muchachas no les gusta madurar pronto, suelen ser menos sociables, expresivas, equilibradas, son más introvertidas, tímidas, y tienen actitud negativa frente a la menarquía. Además, tienden más a tener una imagen deficiente de su cuerpo y autoestima más baja que otras muchachas que maduran después. Por otro lado, están expuestas a reaccionar al interés por la sexualidad, además por las características de su figura, los adultos y otros chicos suelen empujarlas a situaciones o comentarios para las que no están preparadas (Papalia, Wendkos y Duskin, 2019).

Es complicado concluir si una condición u otra es mejor, ya que en ambas situaciones se muestran ventajas y desventajas, esto depende de la interpretación que el adolescente le dé a los cambios y del impacto que el ambiente tenga sobre él.

Para las adolescentes la aparición de la menarquía es un cambio físico que trae importantes implicaciones psicológicas, pues esto las convierte en mujeres y están listas para la reproducción sexual; a algunas les agrada, pero a otras les disgusta por la sensación de incomodidad y suciedad de la menstruación (Kail y Cavanaugh, 2011).

### **1.5.3 Control emocional**

Uno de los aspectos más comunes a los que se enfrenta el adolescente es a controlar sus emociones, entenderlas y vivir con ellas. Según Hurlock (1991) muchos investigadores de las emociones en los adolescentes determinaron que la adolescencia es un periodo de emotividad intensificada, es decir, es un estado emocional por encima de lo normal. Esta emotividad intensificada nunca está oculta. Se manifiesta en cierta clase de conducta, las expresiones más comunes de esta emotividad son mecanismos de escape, hábitos nerviosos, estallidos emocionales, peleas, gustos melindrosos y depresión.

En la adolescencia ocurren cambios tanto en los estímulos que provocan las emociones, como en las respuestas ante estos. Los factores sociales son en parte responsables del cómo se expresan las emociones, y de los estímulos que las originan. También determinan ante cuál hecho el adolescente va a responder. Algunas de las emociones que se presentan son: miedo, preocupación, ansiedad, disgusto, frustraciones, celos, envidia, curiosidad, afecto, pesar, felicidad.

El control emocional es enfrentar una situación con una actitud racional, responder con la mente, además de enfrentar el desborde o la expresión de las emociones. Las emociones deben controlarse para obtener aprobación social. Es importante liberarse de las emociones indeseadas, adquirir las deseadas y mantener otros valores (Hurlock, 1991).

### **1.5.4 Cambios en la personalidad y el carácter**

Hurlock (1991) Afirma que muy pocos adolescentes están conformes con el cambio en los rasgos de su personalidad. Esta autora señala que estos cambios pueden ser cuantitativos, debilitar o fortalecer un rasgo ya existente, o bien, cualitativos, un rasgo socialmente indeseable se convierte en uno deseable o viceversa.

Algunos aspectos para mejorar la personalidad durante la adolescencia son: mejora de la condición física, cambios ambientales, presiones sociales, visión de sí mismo. La personalidad ideal inicialmente está muy relacionada con el culto a un héroe, casi siempre del mundo del espectáculo, después, tienen un concepto más realista, y se centran en alguien más con quien se sienten identificados.

El carácter es el conjunto de disposiciones congénitas (temperamento) o adquiridas (personalidad) que forman a una persona psicológicamente, el cual lo diferencia de otros. Existen varios rasgos del comportamiento que nos permiten destacar algunos tipos de carácter: el adolescente intransigente, el que está en constante oposición, el inestable, el impulsivo, y el tímido (Branconnier, 2001).

No existe un límite entre lo normal y lo patológico hablando de carácter, sin embargo, los padres deben evaluar las repercusiones de los rasgos en todos los medios que el adolescente interactúe. Cuando estos están correctamente localizados forman parte de su identificación como persona sin patología alguna.

### **1.5.5 Conductas de riesgo en la adolescencia**

Durante su desarrollo, los adolescentes experimentan una serie de actitudes y comportamientos debido a su deseo de independencia, por salir del control de sus padres, y en la búsqueda de identidad. Aunque son procesos que tienen como objetivo llegar a la adultez, en el inter pueden convertirse en tendencias enfermizas que les hagan vivenciar situaciones de riesgo como: consumir drogas, adquirir enfermedades y cometer actos delictivos. Principalmente en la adolescencia temprana es en donde se presenta una mayor tendencia a aceptar riesgos, pues los adolescentes buscan experiencias intensas, excitantes y emocionantes, Por ejemplo, les atraen los videos musicales impresionantes, la música que aturde sus oídos, las películas de terror, los juegos mecánicos extremos, el sexo, las drogas. Es un periodo de gusto por las aventuras, el riesgo y el deseo de vivir nuevas experiencias (Santrock, 2006).

Estas conductas de riesgo, se deben a diversas causas: Pueden meterse en problemas por ignorancia o porque no se dan cuenta de los peligros; en ocasiones no se les da la información adecuada en cuanto a las advertencias y si las reciben, no las toman en cuenta. La mayoría de las veces, piensan que a ellos no les puede ocurrir algo negativo, por su sentimiento de invulnerabilidad (fábula personal), piensan que nunca sufrirán daños, que no se enfermarán o que no se pueden embarazar, por ejemplo. (Craig y Baucum, 2009).

Villar, Luengo y Gómez (2003), señalan que varias investigaciones, han encontrado que los adolescentes están en riesgo de involucrarse tanto en conductas delictivas como en consumo de drogas, cuando viven en hogares donde hay problemas entre los padres, o las relaciones entre padres e hijos son conflictivas, con poco o nulo afecto y la comunicación en la familia es deficiente. Barcelata, Durán y Lucio (2004) señalan que existen diversos aspectos tanto familiares como escolares y con los amigos que están asociados con la presencia de conductas de riesgo. Comentan sobre un estudio en el que se comprobó que un bajo nivel de involucramiento familiar, un bajo nivel sociocultural y la influencia negativa de los amigos, junto con

conductas de riesgo como consumo de alcohol o drogas dentro de la escuela, a su vez provocan un bajo rendimiento académico.

La mayoría de los adolescentes consumen drogas en algún momento de su desarrollo, ya sea alcohol, cafeína, tabaco, marihuana, cocaína u otras drogas. Algunas de las razones del consumo obedecen al estrés, al deseo de huir de responsabilidades y de tomar ciertas decisiones.

Santrock J. (2006), señala que la mayoría de los investigadores han descubierto que el consumo de drogas durante la infancia y la adolescencia temprana tiene efectos más negativos a largo plazo en lo que respecta a acciones responsables, a diferencia de quienes lo hacen en adolescencia tardía.

Además de que asumen roles de adultos sin haber resuelto su desarrollo socioemocional. Algunos se casan o empiezan a trabajar de manera prematura. Comenta también que un estudio reveló que el consumo de drogas en la adolescencia temprana se relaciona con ciertos factores presentes durante la niñez temprana tales como ser varón, tener padres adictos, o padres con un bajo nivel verbal y pocas habilidades para resolver problemas.

En México, quienes más consumen drogas son los adolescentes, situados en edades de 10 a 25 años; la mayoría son hombres. Las drogas de mayor consumo son alcohol y tabaco. Les siguen primeramente la marihuana, luego la cocaína, los inhalables (tinner, pegamentos, lacas, gasolina, pinturas, productos en aerosol, PVC activo y cemento). Estos últimos son los más utilizados por adolescentes de escasos recursos, (ENSAUT 2006; Díaz-Barriga; 2003; Consejo nacional de población, CONAPO, 2010)

Las cifras que aportan tanto ENSANUT, como CONAPO, sitúan edades de entre 10 y 19 años, de los adolescentes que consumen drogas.

CONAPO (2010) expresa que: El inicio de los jóvenes en el consumo de tabaco y alcohol puede obedecer a diversas causas, entre ellas la búsqueda de experiencias nuevas, la necesidad de identificarse y obtener la aprobación de los pares, el uso que se le asigna como vehículo de socialización —particularmente en los mensajes de los medios de comunicación—, e incluso, conforme se hace más frecuente su

uso, la satisfacción de una adicción. La ingesta de estas sustancias representa un riesgo severo a la salud, tanto de forma directa como indirecta, particularmente en el caso del alcohol, el cual disminuye la capacidad de las personas para dimensionar de manera adecuada su exposición a situaciones que ponen en peligro su vida o la de los demás.

Otras conductas de riesgo muy recurrentes en los adolescentes son la delincuencia y violencia, en relación con este tema, Barcelata, Durán y Lucio (2004) realizaron un estudio en adolescentes mexicanos en edades de 13 a 18 años, ambos sexos, que presentaban problemas de conducta y asistían a consulta psicológica. Con el propósito de encontrar indicadores de malestar psicológico en éstos; mediante la exploración de áreas como familiar, personal, escolar, salud, social, y sexual desde la perspectiva del propio adolescente. Encontraron algunos indicadores de problemas emocionales en todas las áreas en particular la familiar y la de salud, relacionados específicamente con la interacción con los padres, la autoimagen, y conductas de consumo de cigarro y alcohol; algunos de estos indicadores se presentaron con mayor frecuencia en hombres que en mujeres y viceversa. Por ejemplo, en el área familiar destacan problemas como: falta de comunicación con los padres, constantes pleitos con padres y hermanos, presión por parte de los padres, tendencia a quererse fugar de casa (principalmente las mujeres). En general, las mujeres reportaron tener más problemas que los hombres.

En el área personal; aproximadamente el 50% del grupo clínico que se estudió no está satisfecho con su imagen corporal, las mujeres son las que más presentan problemas con su imagen, Se perciben temerosas y con dificultades de concentración, se sienten más impopulares, También en mayor proporción que los hombres La mayoría (ambos sexos) se describen como irritables y con pensamientos repetitivos. Manifestaron tener poco apetito. Los hombres, por su parte, se perciben más inteligentes y con habilidades.

Respecto al área escolar, la mayoría reporta problemas escolares con bajo rendimiento y materias reprobadas, se presenta más en los hombres que en las mujeres. Asimismo, mayor número de chicas reportan tener dificultades de relación con los maestros.

En el área salud se detectaron algunos indicadores que plantean el riesgo en el abuso de alcohol y sustancias tóxicas en el caso de las mujeres, alcohol y tabaco en hombres.

En relación con el área Sexual, se encontró que un alto porcentaje de los adolescentes reciben información en primer término de la escuela, en segundo lugar, de los medios de comunicación masivos como la televisión, y en tercer lugar de sus padres y de sus amigos.

En el área social no se encontraron indicadores de problemas relevantes; sin embargo, las mujeres suelen apoyarse en las amigas, en particular una amiga inseparable, mientras que la tendencia de los hombres es juntarse en grupos.

Existen otras conductas de riesgo tales como delincuencia y violencia. Específicamente delincuencia Juvenil es el término que se usa para describir un acto de violación o infringimiento de la ley realizado por una persona joven.

Los actos delictivos abarcan desde hurtos, actos de vandalismo, robo, violación y asesinato, riñas, golpear personas, dañar o golpear objetos.

Son varias las causas de la delincuencia y actos violentos: la herencia genética, los problemas de identidad, (necesidad de buscar con quien sentirse aceptados, o quien le de fuerza a su imagen); el deseo de estatus y atención (por eso se arriesgan al meterse en problemas pues ganan prestigio al salir triunfantes); las influencias del entorno (principalmente el grupo de amigos con quien se identifica), las relaciones familiares, pero quizás una explicación más convincente es que el adolescente no quiere o no puede adaptarse a la sociedad y no ha adquirido maneras adecuadas para desahogar su ira y frustración. Les gusta ser rudos y mostrar superioridad a través de cometer actos antisociales. Generalmente son los varones quienes más presentan conductas delictivas.

Puede decirse que la actitud desafiante es característica de la adolescencia, pero cuando se conjugan todos los factores, genéticos, psicológicos y socio ambientales con características negativas, da como resultado una conducta delictiva (Craig, 2009; Palacios, 2005; Pedagogía y Psicología, 2001; Santrock, 2006).

No se puede dejar de lado la influencia de los medios de comunicación masiva que ejercen una gran influencia en conductas delictivas y violentas; al presentar programas con contenido violento y con personajes que incitan a la imitación de ataques, agresiones y actos violentos, robos, consumo y venta de drogas. (Craig y Baucum 2009).

Sin embargo, pese a las dificultades y conflictos que se presentan en la adolescencia, es importante resaltar que adolescencia no es sinónimo de tragedia y problemas sin solución. Hay que recordar que la mayoría de los conflictos son inherentes a la adolescencia, son parte del proceso en el camino de la niñez a la adultez y que, además, tienen una función positiva dentro del desarrollo pues las discusiones y negociaciones favorecen el desarrollo de la autonomía y el desarrollo de la identidad. Craig y Baucum (2009); Santrock, (2006). Sobre todo, es importante destacar que la mayoría de los estudios realizados por lo menos en los últimos 25 años, indican que, aunque en la adolescencia temprana aparecen problemas y conflictos entre padres e hijos, en la mayoría de los casos, todo fluye positivamente, se mantienen las familias unidas, sobrepasan las dificultades y el afecto permanece. La realidad es que sólo un mínimo de casos tendrá problemas graves, sobre todo aquellos que tuvieron una niñez problemática. Y como se mencionó anteriormente, solo un mínimo porcentaje (5 a 25 %) de las familias que viven en un clima positivo en la infancia, experimentarán problemas serios en la adolescencia (Craig y Baucum, 2009; Oliva, 2006; Santrock, 2006)

Respecto a esto, Bameveld y Robles (2011) realizaron un estudio sobre límites y rebeldía en adolescentes mexicanos. Aplicaron una escala para medir la actitud de límites sociales. Eligieron adolescentes de ambos sexos de 12 a 19 años, estudiantes de secundaria y preparatoria. Encontraron que los jóvenes de ambos sexos, tienen una mayor preferencia de ajustarse a los límites, acatar las reglas establecidas y a no transgredir los límites. La única diferencia significativa que encontraron fue que las mujeres prefieren y conocen más la negociación. Concluyen Bameveld y Robles (2011) que sus resultados coinciden con los de otros países y



plantean que se debe revisar y corregir la imagen popular que se tiene de los adolescentes, como personas problemáticas, conflictivas y “rebeldes sin causa”.

Conocer sobre el mundo adolescente, permite entender lo que sienten, piensan y experimentan esos niños que se van transformando en adultos. A los padres principalmente les corresponde la tarea de aprender sobre sus hijos adolescentes para poder ayudarles a crecer, madurar y, sobre todo, entender que solo es un proceso en el que ellos y sus hijos están aprendiendo en medio de conflictos y contradicciones que a su vez enriquecen su relación. Por ello es importante establecer un vínculo entre padres y adolescentes, ya que como vemos existen conductas de riesgo a las que se enfrenta el adolescente y se ve expuesto al consumo de alcohol y otras sustancias como cannabis, cocaína, estimulantes, etc., que pueden afectar a la víctima como al victimario, porque aumenta la probabilidad que se generen agresiones, porque actúan como precipitadores, disminuyen la inhibición de impulsos, emociones y conductas de autoprotección porque afecta el sistema nervioso central, deteriora de manera negativa el comportamiento y percepción de la realidad, se tiene una escasa capacidad para solucionar conflictos, se altera la comunicación con otros, en algunas ocasiones se puede obligar a la pareja a que consuma o realice actividades que no quiera, como consecuencia se pueden generar consecuencias legales, sociales, personales, laborales, en salud física entre otros (Saldivia y Vizcarra, 2012; Vizcarra y Póo, 2011; Rey-Anacona, 2013; Llopis, Rodríguez y Hernández, 2014; Redondo y Graña, 2015; Vargas, Galicia y Garduño, 2016).

El consumo de alcohol o drogas no justifican las conductas agresivas es un factor de riesgo no causa directa de la violencia, ya que intervienen diversos factores como ser agresivo, no controlar impulsos, etc., además estas sustancias pueden aumentar la probabilidad de agredir a alguien o el consumo puede incrementar como consecuencia de sufrir agresiones.

González (2008, como se citó en Saldivia y Vizcarra, 2012), menciona un meta-análisis de investigaciones internacionales, donde se encontró que si existe una relación significativa entre el consumo de alcohol y la presencia de violencia del

noviazgo, porque se incrementa la probabilidad de agredir a alguien o el consumo puede incrementar como consecuencia de sufrir agresiones.

Cabe destacar que el haber experimentado y observado agresiones en la familia, con amistades o parejas previas, pueden predecir la aceptación y normalización de las agresiones posteriormente por el aprendizaje que se tuvo, esto no cambia de forma espontánea por voluntad o por promesas, ya que las personas pueden no reconocer sus como violencia (Rey 2008).

Rey y Martínez (2018), han encontrado en diversas investigaciones con adolescentes que hay mayor probabilidad en repetir conductas violentas si tuvieron previamente noviazgos con malos tratos, ya que pueden justificarse o pensar que es lo esperable.

El victimario por lo regular tiene actitudes a favor de la violencia ya que piensa que es necesaria, por lo tanto, llegan a inhibir la empatía por la víctima, pueden considerarse las agresiones como bromas o juegos, aunque poco a poco aumentan en frecuencia, magnitud y se consideran patrones de comportamiento comunes.

Por otra parte, las víctimas aceptan las agresiones por tener poca experiencia en relaciones de noviazgo, por la influencia de sus iguales y los modelos familiares que observo en casa que llevan a normalizar la violencia en el noviazgo.

## **CAPITULO II**

### **PAREJA**

La relación de pareja ha sido uno de los temas que se ha tratado con más frecuencia a lo largo de la historia humana. Cada sociedad y cada cultura han hablado de ella en todos los tiempos. Todo esto debido a que pocas experiencias inspiran una diversidad de emociones como las que acompañan al crecimiento y desarrollo de la intimidad. Estas relaciones son reconocidas como una de las fuentes de principal satisfacción, de tensión y desafío en la vida (Rage, 2002)

Díaz y Loving (1998) mencionan que

...una pareja es aquella interacción o intercambio de dar y recibir entre dos personas de diferente género, en donde cada persona puede obtener satisfacción o insatisfacción mutua de dicha relación y en cuyo momento ambas personas se encuentran en una exploración y conocimiento mutuo, con posibilidades de llegar a decidir tener una vida de pareja en común, dentro y fuera del matrimonio como institución legal y/o sacramental.

Ramírez y Vázquez (2002) definen a la pareja como la interacción de dos personas sea del sexo opuesto o bien del mismo sexo, las cuales comparten lazos afectivos distintos a los que se observan en las relaciones parentales, fraternales o amistosas, a su vez intercambian algunas amistades con el propósito de conocer diversos aspectos del otro que permitan identificar la conveniencia de permanecer o no juntos a mediano y/o a largo plazo, donde se busca la satisfacción mutua de necesidades emocionales, sexuales, económicas, sociales e intelectuales. Sin embargo, cabe mencionar que una relación de pareja lleva implícita la posibilidad de romper con la relación por voluntad de una o ambas partes, si el mutuo trato hace llegar a la conclusión de que la unión definitiva no resulta o resultará funcional.

Sánchez y Aragón (1995) definen a la pareja como una institución social constituida con base en un sistema de normas y reglas de conducta. Donde tales normas son parte de la cultura y herencia social, derivadas del pensamiento común, colectivo, religioso y filosófico de un pueblo que lo transmite de generación en generación a través del proceso de socialización.

Alberoni (2017) menciona que la conformación de una pareja inicia por la unión de dos personas, además de que crea un vínculo afectivo. Es así que la elección de pareja es probablemente una de las decisiones más importantes de la vida de todo ser humano.

Se puede definir a la pareja como una unión voluntaria entre dos personas que se vinculan por lazos afectivos, en la gran mayoría de los casos también legales, se trata de relaciones más intensas y prolongadas Cáceres y Valentín (2004). Por lo tanto, la relación de pareja se puede considerar como la unión social, psicológica y emocional que existe entre dos personas que en ocasiones está orientada al matrimonio, donde ambas partes expresan una actitud de amor y respeto mutuo con el fin de conseguir objetivos determinados para tener un buen desarrollo de pareja.

Desde un punto de vista lógico se entiende que una “pareja” debe ser equilibrada y armoniosa para poder llamarse así. Para lograr un paralelismo constante y fuerte deben los “canales” ir en la misma dirección. Aquí cabe aclarar que siempre debe haber una pequeña distancia entre ambas líneas de vida, la suficiente para sentirse libre (Hernández, 1988)

Para Magaña, Pérez y Romero (2000) la pareja es la unión de dos personas que mutuamente se han elegido para compartir sus valores, sentimientos, cuerpos, forma de vida, aspiraciones, tristezas, éxitos y fracasos. Al unirse en una relación amorosa, probablemente compartan también la ilusión de formar una familia. La pareja va adquiriendo diferentes formas según la edad en que se encuentren sus integrantes: mientras son jóvenes comparten el gusto y el placer por la diversión y por estar juntos; más adelante, cuando se quiere una relación más estable, se

comparte el deseo de unirse formalmente y crear una familia; si se tiene hijos, compartir el interés y la preocupación por la seguridad y el bienestar de todos.

## **2.1 Elección de pareja**

El hecho de poder elegir a la persona con la que se desea compartir la vida, o por lo menos parte de ella, es un proceso que ha ido ocurriendo a través del desarrollo de distintas culturas y sociedades. En la antigüedad se elegía con base en los recursos económicos, étnicos o el interés político de las familias; mientras que, la relación de pareja como es en la actualidad es por complementariedad o afinidad, se escoge a la pareja con base en los gustos, metas, habilidades u objetivos que se comparten, tanto varón como la mujer a quien desean como compañero Garrido et al (2008) . Aunque esta es la forma más común de elegir la pareja, todavía se sigue manteniendo algunas otras variantes de formación de pareja sobre todo dependiendo de la zona del país del que se está hablando.

El ser humano, al elegir una pareja, busca una persona que satisfaga sus necesidades, que lo hagan sentir bien y sean afín en interés y valores culturales. La atracción inicial se produce debido a diversas causas como son: la religión, la clase social, la localización de residencia, el nivel de educación entre otros.

La familia juega un papel muy importante en la elección de pareja, ya que ésta es un sistema activo que se autogobierna mediante reglas que se han desarrollado y modificado en el tiempo a través de ensayo y error, que permite a los diferentes miembros experimentar lo que está permitido en una relación y lo que no lo está.

Sin embargo, la elección de pareja está considerada como una de las dos grandes decisiones que se lleva a cabo en la juventud, además de la elección de carrera o de trabajo Rage (2002). La sociedad actual crea y fomenta la idea de que el amor es el motivo principal para la elección de pareja y el posterior matrimonio. De este modo la sociedad y sus preceptos conducen a los individuos a elegir pareja de modo

voluntario y libre, pero con la idea de que el amor es lo más importante, que no hay más interrogantes.

La elección de pareja es un proceso complejo, donde los individuos no se dan cuenta de que existen miles de factores que intervienen al momento de elegir a alguien con quien compartir una gran parte de la vida, en muchas ocasiones no es consciente de dichos factores, debido a que desde que nace, empieza a vincularse socialmente con otras personas, desarrollando habilidades que le servirán para adaptarse a su medio ambiente y es a partir de la adolescencia, cuando el hombre y la mujer inician búsqueda de una pareja cuyas características sean las más adecuadas para mejorar las propias (Casado, 2012).

De esta manera, cuando una persona comienza a sentir la necesidad de pareja, busca un individuo con el que se origina el proceso de definición de la relación de pareja, que inicia cuando ambas partes deciden estar juntas, cada uno llega a la relación con sus propias dudas, temores, expectativas y herencia psicológica, tratan de que la relación sea estable, con expectativas hacia el futuro y el deseo de ambos de crear una vida en común Sarguis (1995). La pareja sustituirá la familia de origen, donde se establece una relación interpersonal adulta muy profunda, porque cada uno de los integrantes tomará un rol determinado (Casado, 2012).

Para Sarguis (1995), la elección conlleva dos rasgos importantes: el primero habla de la reciprocidad entre una pareja donde el objeto de afecto es un ser humano y ambos buscan satisfacciones parecidas o complementarias, porque los dos juegan los mismos papeles de elector y elegido, por lo tanto, ambos tienen que obtener una ventaja psicológica de la relación. El segundo, toma a cada uno de los individuos como objeto elegido, razón por la cual, lo que se espera de este es sinónimo de la relación y sobre todo que exista un equilibrio personal. La proyección a largo plazo hará que permanezca cierta seguridad interior y satisfacción inmediata.

A fin de que las evaluaciones se efectúen antes, se requiere un detonante que le permita al individuo obtener la motivación necesaria para interesarse por otra persona a nivel más profundo Casado (2012), quien afirma que para que se dé la atracción erótica es primordial el impulso inicial, cuya parte fundamental en la primera percepción es el aspecto físico, la voz y el aroma apropiado, en cuanto a la atracción señala que se basa en el guion que cada individuo ha seguido desde niño, porque la forma en la que vivimos las relaciones familiares infantiles se reflejará en la relación actual, donde el individuo soporta situaciones en el aquí y el ahora que tal vez no sean tan positivas, con la única finalidad de mantener el propio guion. Así para este autor, las parejas que basan el matrimonio en la complementariedad lo hacen a través de sus guiones, sin que el adulto sea consciente de ello, debido a que la unión la realizan precisamente los niños.

Para que se logre la atracción el lenguaje es un elemento crucial, porque el proceso de comunicación se inicia desde el momento de atracción y seducción, que es cuando se intercambian mensajes en los que comunican como son y lo que esperan uno del otro, este tipo de mensajes pueden ser verbales o no. Los últimos son más importantes que el aspecto físico determinado por la moda, porque a lo largo de los años las exigencias físicas van cambiando y el deseo de intimar surge precisamente de los mensajes no verbales que se dan en el galanteo, esto forma parte de una señal donde las personas se permiten una mayor familiaridad (Casado, 2012).

En la etapa de galanteo existen dos fases, en la 1) los sujetos demuestran ante todo su sexualidad, ya sea femineidad o masculinidad; y en la 2) se vuelven menos agresivos, adoptando otro tipo de conductas más infantiles y blandas, con la finalidad de serenar al otro. Casado (2012) propone estudiar el proceso de atracción por medio del análisis de las transacciones, debido a que la persona utilizará los estados del yo que tiene más desarrollados y sus favoritos. Si ambos son complementarios con los de otra persona el nivel de atracción pasará a un nivel más avanzado, porque no solo será una atracción física.

Dicho autor hace referencia a la comunicación, que será limitada por los roles sexuales, a fin de percibir si el otro es complementario o no para comenzar los

juegos de protección. El vínculo se hace más fuerte cuando la otra persona participa en dichos juegos, caso contrario, las expectativas no se cumplen cuando la pareja no progresa.

Al hablar de los procesos de atracción y todos los elementos que están presentes al comienzo de una relación, un aspecto trascendental es la idealización que se produce en el vínculo inicial, por medio de las primeras expectativas se contribuirá a que las características del cónyuge que permitieron su elección se mantengan durante la relación para conservar el vínculo que los une. De esta manera, en el enamoramiento las diferencias entre cada uno de los individuos que conforman la pareja no se toman en cuenta, porque los atributos de la otra persona que son similares a las dualidades del yo se resaltan. Esta idealización se presenta en todas las relaciones, permitiendo que los vínculos iniciales se consoliden. El mecanismo de idealización se utiliza primordialmente en la adolescencia, etapa conformada por relaciones donde la idealización es todo, cuando se termina, el rechazo y la descalificación se hacen presentes, lo que provoca que la relación se rompa. Lo anterior les permite a los adolescentes adquirir experiencias en los aspectos afectivo y social, proporcionándoles seguridad. A lo largo del tiempo los adultos idealizan, pero poco a poco aceptan las imperfecciones y aspectos positivos del otro. Este proceso es muy parecido al duelo y da señal de madurez. Si un adulto se queda en la etapa de la idealización no podrá tener una estabilidad emocional (Sarguis, 1995)

Casado (2012) habla de otro aspecto importante en la elección de pareja, es acerca del rol que cada uno de los individuos que la conforman toma, porque va a desempeñar un papel trascendental del que debe apropiarse y aprender a ejecutar, afirma que desde el primer día de nacimiento de las personas, el papel masculino y femenino se les impone y se les refuerza socialmente; donde el hombre es el racional, el que produce y que no muestra sus sentimientos, en cambio la mujer es irracional, le proporciona al hombre la parte sensible y emocional que le hace falta.

A medida que una relación avanza, los acuerdos se transforman en normas que rigen a la pareja, la aceptación de la dinámica de la relación genera que dichas normas se vuelven implícitas, lo que se refleja en cierta estabilidad de la misma. El



establecimiento de normas explícitas se presenta cuando la relación está lista para la unión de dos vidas distintas en una misma, ya sea a través del matrimonio o de la unión libre, entonces las normas se crean ante aspectos como: tareas domésticas, economía, número de hijos, administración, etcétera. Otro tipo de pactos son inconscientes y se establecen desde el día en que se conocieron. A través de la convivencia diaria de cada miembro definirá el rol que va a ocupar en la relación (Casado, 2012).

Berne (2012) Distingue tres tipos de contrato que suceden en la pareja:

- 1) El contrato formal: dos adultos contemplan en su relación los aspectos legales.
- 2) El contrato de relación: es psicológico y se caracteriza por una relación Padre-Niño, que puede ser negativa o positiva de acuerdo con el papel que cada uno desempeña.
- 3) El contrato de guion: consiste en escoger a la pareja de acuerdo a los guiones que ambos individuos han vivido desde niños.

Lo anterior influye en la decisión inicial de empezar una relación y con la convivencia el individuo evalúa si desea que ésta sobreviva a lo largo del tiempo. Hay algunos autores que proponen algunos postulados donde intentan explicar cuáles son las consideraciones que las personas hacen para continuar o terminar.

La capacidad del individuo para comunicarse, resolver conflictos, aceptar diferencias, negociar y tomar decisiones es parte de la madurez interpersonal, que junto con la emocional le permiten comprender los puntos de vista del otro, cambiar decisiones, lograr acuerdos, explicar sus propios puntos de vista expresar sentimientos y molestias. Sin lo anterior y mucho menos sin el deseo de entender y hacer entender difícilmente una pareja podrá mantener su intimidad (Sarguis, 1995)

### **2.1.1 Modalidades de elección**

Todo lo expuesto anteriormente influye directamente en la decisión de escoger a una persona como pareja, no obstante, existen algunas modalidades que también intervienen en la elección, relacionadas con identificaciones que se hacen mutuamente los individuos que la conforman.

Con base en Sarguis (1995) se creó una clasificación, donde se ordenan aspectos mediante los cuales se puede seleccionar a una pareja, los que pueden combinarse en algunos casos.

#### **Elección relacionada con las imágenes parentales.**

Una referencia fundamental para la elección de objeto futuro son los primeros objetos amorosos, principalmente los padres. Esto provoca la búsqueda con base en la repetición de modelos de relación, reflejando en el cónyuge que se elige, características de algunos de ambos padres.

Con respecto a esta forma de elección existen varios tipos: a) positiva o por desplazamiento, b) negativa o por contraste y c) encaminada a los roles. En la primera al elegir un compañero que presenta las características deseadas, el individuo desplaza las expectativas que ha tenido de sus padres al cónyuge, quien debe satisfacer las funciones sobre todo de protección, afecto y otras que le proporcionaban las figuras parentales. En la segunda, el individuo se identifica con una persona que posee características completamente diferentes a las que considera negativas en las figuras parentales. En el último tipo, la persona va a buscar a alguien que compense las expectativas no satisfechas por sus padres o que cumplan los roles deseados.

#### **Elección en relación con el fortalecimiento defensivo.**

Para que una pareja dure a través del tiempo es necesario que la elección se base en el fortalecimiento defensivo, aunque hay ocasiones en que este tiene que ver con un aspecto personal que puede resultar amenazante y la perspectiva del tiempo

no siempre se presenta, es aquí donde la decisión se basa en defensas contra posiciones o aspectos de la personalidad mal integrados.

Algunos aspectos de la personalidad por los que se eligen a una pareja son los siguientes:

**Elección contra la depresión:** Los individuos que muestran tendencia a la depresión y su equilibrio se basan en objetos positivos y gratificantes, tienden a elegir una persona activa, dinámica e incontrolada.

**Elección por idealización:** La persona hace uso del mecanismo de disociación, separa los aspectos negativos para idealizar los positivos y así percibir la perfección del objeto amoroso, del amor y la relación. Como ya se había mencionado, la idealización es fundamental para el establecimiento del vínculo al inicio de la relación, pero cuando pasa el tiempo de la idealización sigue, tiene repercusiones negativas en la pareja, porque la limita y la rige, lo que conlleva a una mala aceptación social, material o emocional. Las personas que eligen por idealización mantienen relaciones con distintas personas para satisfacer diversas necesidades de modo simultáneo.

**Elección contra el riesgo del amor intenso:** La persona cree que la intensidad de los sentimientos amenaza el equilibrio, por lo tanto, se elige a un individuo que no despierte sentimientos muy profundos ni necesidad de compromiso afectivo. Esto se debe a que el sujeto no se permite necesitar del otro por miedo a sentirse y parecer desvalido, frágil y dependiente.

**Elección como respuesta a un desafío:** La atracción por otra persona surge porque es muy codiciado y difícil de lograr en el medio donde se desenvuelven. Lo que en realidad se busca es mejorar la autoimagen y tener la ilusión de dependencia y autonomía.

**Elección por piedad, compasión o para actuar el rol de curador de heridas:** La persona elige a la otra que requiere ayuda, intenta ser su guía, lo que resulta de

negar la carencia y necesidad de sí mismo y de responder a la defensa contra la depresión.

### 2.1.2 Patrones de atracción

Rage (2002) presenta una lista de patrones donde señala que la atracción de la pareja está basada en una relación en la que ambos asumen un papel específico; a continuación, se desglosa:

<b>Patrones:</b>	<b>Definición:</b>
Relación nutriente:  “madre – hijo”	El hombre es “débil” e inconscientemente escoge a una mujer de carácter “fuerte”, de esta forma la débil toma el rol de hijo y la fuerte de madre, quien se dedica a su marido, hijos y casa. El hombre trabaja, pero las decisiones las deja a la otra parte, quien lo provee de protección y cuidado.
Relación apoyadora:  “padre – hija”	El hombre es fuerte y tiene el control de las situaciones. La mujer es débil y se convierte en dependiente, por lo que controla la relación que es superficial.
Relación retadora:  “arpía – buenazo”	La mujer niega que es vulnerable, exagera su coraje e intenta parecer perfecta ante su compañero. El hombre niega su asertividad y extralimita su amor.
Relación educativa:  “amo – sirviente”	El hombre es un tirano con una buena chica, es fuerte, protector y a pesar de no poder expresar ternura, es dependiente. La mujer es débil e inculta, sin identidad y su poder radica en idolatrar el amor de su compañero.

Relación confrontadora: "los halcones"	Ambos son fuertes y siempre están en competencia, lo que suple al amor, además intentan tapar la debilidad que nunca se permitieron mostrar.
Relación rítmica:	El hombre y la mujer rechazan las limitaciones que les impone el ambiente donde se desenvuelven. No existen negaciones o polaridades, y cada uno es libre de ser como es, razón por la cual la pareja es interdependiente.

Rage (2002)

## 2.2 Ciclo Vital de la Pareja

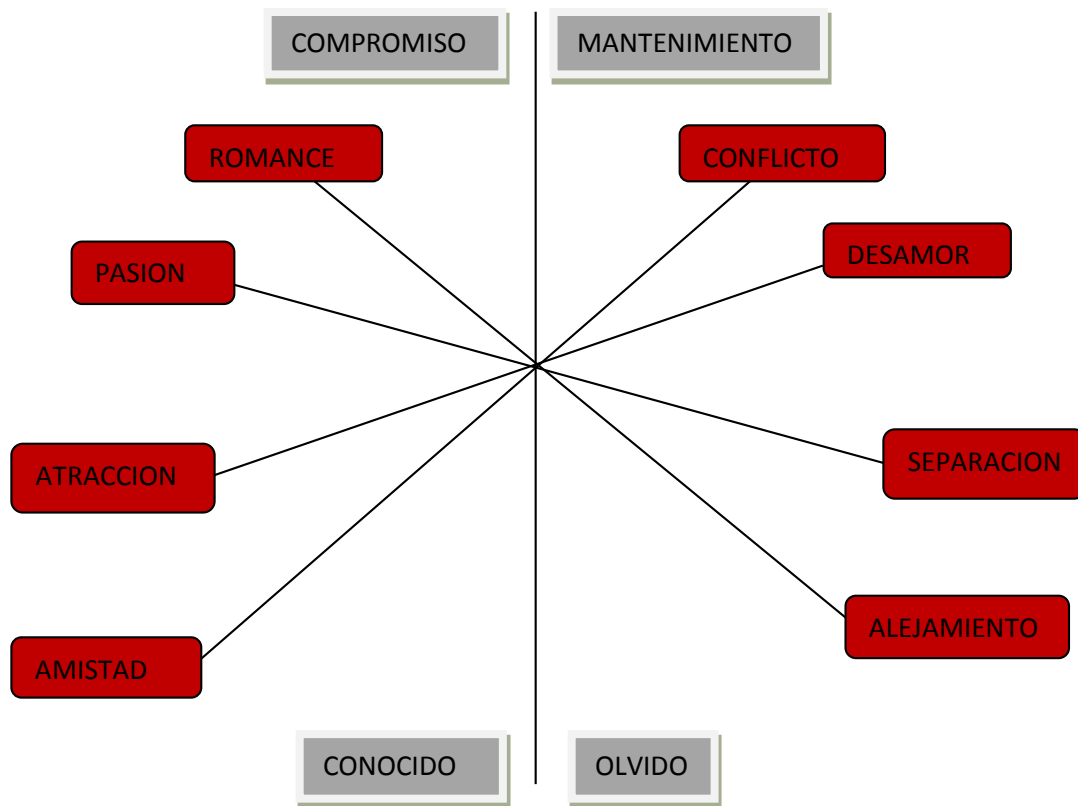
Dentro de la perspectiva sociocultural, Díaz-Loving (1999) propone el ciclo de la pareja. El autor menciona que es necesario concebir a la relación como una serie de pasos entrelazados, que se dan a través del tiempo y la relación, que determinan y definen el nivel de acercamiento e intimidad que perciben los miembros de la pareja.

Es esencial resaltar que la percepción individual del nivel de cercanía o lejanía de la pareja puede ser distinta para cada miembro de la pareja además de ser subjetiva. Esta propuesta permite categorizar el tipo de relación e información que los miembros de la pareja procesan, dependiendo el grado de Acercamiento-Alejamiento en que se encuentren.

El aspecto fundamental en este ciclo es el tiempo, ya que el autor considera que en una relación de pareja, se dan interacciones las cuales pueden ser reales o imaginadas, a través del tiempo, haciendo que un evento se vea afectado por eventos anteriores en conjunto con las expectativas futuras, donde se involucran sentimientos, emociones, atribuciones, deseos, esperanzas, desilusiones y

además; así cada individuos a partir de su experiencia puede comparar lo que le gustaría que pasara a futuro.

El ciclo de Acercamiento-Alejamiento está dividido en una serie de etapas las cuales no necesariamente son consecutivas, si no pueden saltarse, las etapas son: extraño/desconocido, conocido, amistad, atracción, pasión, romance, compromiso, mantenimiento, conflicto, alejamiento, desamor, separación y olvido.



(Figura 1) Díaz-Loving (1999)

**Etapa: extraño-desconocido**

Es la primera fase en la que dos desconocidos se perciben y reconocen, obteniendo información sobre aspectos físicos, externos y descriptivos, sin el interés de algún tipo de relación o acercamiento.

**Etapa: conocido**

Cuando una persona ha percibido a la otra, hace una evaluación para determinar si el otro individuo puede pasar al grado de conocido o si lo mantiene como alguien extraño, a través de encuentros casuales y observando los rasgos externos más claros. De esta manera es como el sujeto analiza las ventajas y desventajas de intimar y de decidir si continúa con una relación más cercana o si solamente se queda en el nivel de conocidos.

**Etapa: amistad.**

La persona decide involucrarse más en la relación a través de la interacción llamada amistad, donde se involucran los sentimientos. Los sentimientos de intimidad son más profundos, pero no existen aspectos románticos, pasionales o sexuales.

**Etapa: atracción**

En la etapa de amistad ya existe la atracción, pero hablar de ella en una relación de pareja incluye algo más que la amistad, porque ahora la motivación está basada en intereses románticos y la unión tiene un motivo: el acercamiento afectivo hacia el otro.

**Etapa: pasión**

El amor pasional es el resultado de la etapa de atracción, con la satisfacción o excitación que permite al sujeto darse cuenta que es benéfico a la otra persona. En la etapa pasional, la respuesta fisiológica incluye: deseo, entrega, desesperación, arrebatos, sexo, etcétera.

**Etapa: romance**

En el amor romántico se involucra la parte afectiva, donde la ilusión y los sentimientos forman parte del romanticismo y devoción. La pasión se conjuga con el romance.

**Etapa: compromiso**

Lo vivido en pareja hace que los miembros determinen si la relación continuará a largo plazo. La forma en cómo se toma dicha resolución ha ido cambiando a lo largo de los años, mientras en el pasado la gente externa a la pareja decidía si se establecía el compromiso o no, en la actualidad, esto sólo compete a las personas involucradas.

**Etapa: mantenimiento**

Si el compromiso se hace realidad, la pareja necesitará crear fundamentos y procesos que permitan mantenerlo. Es aquí donde se da la convivencia diaria de la pareja, que es la base de la estabilidad de la familia. La pareja tendrá que resolver conflictos, como: la llegada de los hijos, el sustento económico y emocional de la familia, entre otros.

**Etapa: conflicto**

En una relación de pareja los cambios son frecuentes, lidiar con las presiones y obligaciones provoca tensiones, los cónyuges se sienten irritados, frustrados y enojados. Dichos cambios representan un conflicto y cuando se vuelve frecuente, la relación en pareja ya no se disfruta.

**Etapa: alejamiento**

Aquí sucede todo lo contrario de lo que pasa en la etapa de atracción porque debido a los problemas que se han presentado con anterioridad los miembros de una pareja se lastiman y por lo tanto ya no desean interactuar entre sí o seguir conociéndose, tratan de evitarse para no tener contacto.



**Etapa: desamor**

Los miembros de la pareja evalúan la relación como carente de amor, debido a que no hay satisfacción al interactuar, lo que antes los unía ahora los aleja y los aspectos negativos se resaltan.

**Etapa: separación**

La separación surge cuando la relación se torna insoportable, como una opción de solución más favorable.

**Etapa: olvido**

El tiempo y la absorción de las actividades en la nueva forma de vida harán que la última fase de este proceso “el olvido” se presente. En este momento final, los miembros de una pareja cierran el círculo de la relación y por lo tanto, el ciclo de acercamiento-alejamiento.

## **2.3 Factores que influyen en la relación de pareja:**

Al iniciar el proceso para elegir a la pareja, entran en juego un sinnúmero de factores mencionados anteriormente. De la misma forma, cuando una pareja ya está conformada en su dinámica y relación, intervienen otro tipo de factores que la hace que sea satisfactoria o no y que repercuten directamente en las expectativas que los individuos esperan de la relación.

De esta manera, factores como el amor, la sexualidad, el poder, la familia de origen, entre otros, se vincula directamente con el éxito o el fracaso de una relación.

### **2.3.1 El amor**

Es un sentimiento que puede tener varios significados, el cual nace desde nuestro interior. Cabe mencionar que el amor hacia nuestros hijos, padres, hermanos o pareja es totalmente diferente. El amor es una de esas palabras que no solo se demuestra con la esencia de cada uno, si no ha sido concebido a través del tiempo como significativo para los sentimientos. Esto implica atracción o afecto por una persona en especial. Primero se concibe por emociones y después la mente. Es decir, lo percibo, lo he imaginó la situación que se presente.

Ese sentimiento típico se consigue por medio de la intercepción de dos personas. Así se transformará en compañerismo, pasión y ternura. Después es un amor más maduro mediante la convivencia diaria. Eso sí, se necesita ser inteligente para que este amor perdure lo que uno quiera.

El amor romántico es sinónimo de amor de pareja y se usa para diferenciarse de otro tipo de amor Yela (2015), porque existe en distintas formas: amistoso, fraternal, paternal, etcétera. Algunos autores así lo describen (Casado, 2012)

Este tipo de amor es un elemento primordial en la pareja desde que la relación se encuentra en la etapa de galanteo, porque en las primeras fases el amor es un factor fundamental para la atracción; con el paso del tiempo la mayoría de las parejas

disminuye, sin embargo, la unión no solo se puede mantener por el amor (Casado, 2012)

Fromm (1956, citado en Casado 2015) Sostiene que el amor surge de la necesidad de superar la soledad y la separación del ser humano, a través de la unión con otra persona. Fromm cree que el amor erótico que se da entre dos personas es una atracción única e individual y que conlleva un acto de voluntad. Explica que el amor no solo contiene el sentimiento sino también un compromiso de la vida de uno hacia el otro, el amor es diferente al enamoramiento, donde el impulso pierde intensidad cuando los desconocidos ya no lo son. Velazco (2007), citado en Eguiluz, (2007)) afirma esta concepción refiriéndose a que el sentimiento amoroso refleja la intensidad del otro, pero agrega también la exaltación, la pérdida de control, el dolor, el sufrimiento y la añoranza.

Por otra parte, Willi (2004) dice que no existe la definición correcta el amor no es simple ternura, ni erotismo, ni preocupación, ni apego, ni simpatía. Señala que el amor es un factor esencial en la relación de pareja, que tiene como objetivo principal el crecimiento personal y el íntimo desenvolvimiento, para esto, la persona requiere una respuesta por parte de la pareja, que estará dada por el amor. El hombre busca que la mujer le ayude actuar como hombre y que le refuerce su masculinidad; de la misma manera la mujer busca lo mismo en relación a su feminidad.

Erich Fromm (2014) señala “que el amor no es esencialmente una relación con una persona específica; es una actitud, una orientación de carácter que determina el tipo de relación de una persona con el mundo como totalidad no como un objeto amoroso”. Persona que no se ame a sí mismo, no amará a su semejante y tampoco determinará el tipo de amor que sienta. Si el amor no se refleja de forma particular, no se puede transmitir y reflejar amor por nadie. El amor se encuentra en cada uno y podrá transmitirlo con la intensidad que quiera. Es importante resaltar que cuando se ama a sí mismo, el amor se vuelve egoísta y no se da de igual manera, porque se piensa más en el egocentrismo mismo. Por ende, debemos de tomar en cuenta los distintos tipos.

Fromm (2014) clasifica el amor de la siguiente manera:

1.- Amor fraternal: es el sentido de responsabilidad, cuidado, respeto y conocimiento con respeto a cualquier otro ser humano, el deseo de promover su vida.

2.- Amor materno: es una afirmación incondicional de la vida del niño y sus necesidades.

3.- Amor a dios: el amor al valor supremo.

4.- Amor a sí mismo: el amor propio, aunque un poco egoísta.

5.- Amor erótico: es un anhelo de fusión completa unión con única u otra persona, el amar del ser como persona.

De acuerdo al contexto histórico y social Fromm fue un precursor clásico del significado amor y sus clasificaciones. Tal vez, por eso los distintos autores reflejen una aproximación de lo que es amor, pues hay que tomar en cuenta el tiempo y el lugar en el que vivimos.

Mercedes Arzú de Wilson (1998) realiza una clasificación distinta a la de Fromm:

1.- Amor a los padres e hijos y viceversa. Es una vibración sentimental intensa, distinta según la cercanía o alejamiento que exista.

2.- Amor a la justicia, al derecho, al bien, a la verdad, etc.: es el interés e inclinación por distinta situación y forma de hablar de la misma.

3.- Amor a la tradición, a la vida, a la naturaleza, al trabajo: cada una refleja una forma preferente de instalación a la realidad y de ubicar según el tiempo y espacio a la vida.

4.- Amor de pareja: es un sentimiento que va desde lo físico a lo psicológico, pasando por lo espiritual y cultural. Así como la convivencia diaria, que va naciendo poco a poco, haciéndose más fuerte a través del carácter y que une sin compromiso a la otra persona.

Fromm y Arzú de Wilson realizaron una clasificación distinta, solo coinciden en el amor a Dios. Como se puede demostrar el ayer y el hoy sea la religión que fuese todas aman y veneran a una divinidad, que viene siendo un mismo Dios.

Según Rojas (2014) existen además de los ya señalados otros tipos de amor. Los clasifica de forma siguiente:

1.- Amor en las relaciones interpersonales: es un amor de padres e hijos y viceversa.

2.- Amor a temas ideales: la justicia, el derecho, el bien, la verdad, el orden, el rigor metodológico... en este sentido la palabra amor manifiesta el significado de inclinación.

3.- Amor a actividades o formas de vida: la tradición la vida en contacto con la naturaleza, el trabajo bien hecho, las riquezas, las formas y el estilo de vida clásico.

4.- Amor al prójimo: a las personas cercanas a nosotros, y por tanto al hecho de ser hombre, como a todo lo que ello implica.

5.- Amor entre dos personas: la pareja brilla con luz propia. El análisis del mismo nos ayuda a comprender y clarificar los anteriores usos de la palabra.

En torno del amor existen numerosas creencias: algunas pueden ser peligrosas como la que dice que por amor debe soportarse todo partiendo esto definamos los siguientes conceptos:

**Amor nutricional:** Es el tipo de amor que promueve espacio, libertad y respeto. Incorpora el deseo de que la persona amada crezca, florezca y desarrolle su potencial; una pareja capaz de aceptar los deseos del otro. Sí la relación terminara, él o ella sentirían pena, pero no devastación, como en el caso del amor romántico NiCarthy (1991). Este amor es diferente y opuesto al amor dependiente promovido por el amor romántico, porque promueve la equidad de la pareja.

**Amor romántico:** En este tipo de amor, todo acerca de la persona amada se filtra a través de una pantalla color de rosa y él o ella puede parecer perfecta. Durante la etapa del enamoramiento las personas pueden estar “ciegas” a aspectos desagradables y amenazantes de su pareja, solo enfocándose en lo positivo. Este amor es el que nos mantiene permanentemente preocupados por la otra persona, con la creencia de que ella es la única que puede satisfacer nuestras necesidades. Este amor depende totalmente de que la otra persona, haga o diga; en otras palabras, es como si la otra persona nos diera el permiso o no de hacer algo con tal de recibir su aceptación, de lo contrario su rechazo sería considerado como la muerte.

### **2.3.2 Los Vínculos**

El vínculo de pareja es “el interjuego entre personas que actúan a través de roles” Bustos (1998). El vínculo se establece entre roles y es ahí donde se producen encuentros.

Todo vínculo se crea terminando con la libertad absoluta, que solo se obtiene cuando se decide por la soledad.

Un vínculo muy importante es el compromiso de fidelidad a una pareja, se buscan alternativas para que las personas puedan llegar a ser fieles o sinceros y no ocultar nada.

La agresión es un elemento negativo del vínculo de la pareja, empieza cuando la individualidad de la persona al formar una pareja se rompe, lo cual es más fuerte en el hombre porque su rol le ha marcado que no debe ser dependiente, provocando que se sienta inferior, por lo que la agresividad que llega incluirse de la sexualidad proviene de una contrariedad, donde la persona puede odiar lo que quiere porque no le gusta tener que amarlo, por eso siempre está presente porque nunca se satisface por completo el deseo ni las expectativas que el individuo tenía de la relación.

Los vínculos primarios influyen mucho en los de una pareja que busca sustituir la carencia primaria, por lo que existe un grado de necesidad que es proporcional a la agresión y puede ser dirigida hacia uno o hacia otro lado.

Cuando el rol de pareja se incluye en la autonomía, deja muy poco espacio para establecer un vínculo. El deseo existe, pero no se concreta por individuación.

Existen tres componentes en los vínculos de pareja:

- 1) **Sexualidad:** la frecuencia de la sexualidad provoca la aparición de afecto, entonces se podrá decir que se ha creado un vínculo de pareja, porque la sexualidad por sí sola no tiene que provocarlo.
- 2) **Afecto:** el afecto en su forma de amistad no puede crear vínculo de pareja, son los otros dos elementos lo que genera que nazca y crezca.
- 3) **Proyecto en común:** al existir una convivencia, la pareja empieza a crear planes conjuntos y a futuro.

### 2.3.3. Roles de género

Son definidos como funciones, papeles, expectativas y normas que se espera que las mujeres y los hombres cumplan en una sociedad; son establecidos a partir de la cultura y dictan la manera en la que se debe actuar y sentir de acuerdo con el sexo (masculino y femenino) al que la persona pertenece; son transmitidos a través de los procesos de socialización en todas las instituciones sociales y moldean directamente al ejercicio de la sexualidad (Saldívar, 2015).

Los roles de género aceptados y reproducidos se basan en estereotipos de género, los cuales son características “típicas” físicas y psicológicas positivas y/o negativas que representan a hombres y mujeres. Los diferentes estereotipos de género se encargan de proyectar la masculinidad o feminidad a través de conductas basadas en los sentimientos y la autoimagen de las personas, por lo tanto, establecen una dicotomía entre lo masculino y femenino condicionada por la diferencia sexual y regida por normas que la sociedad aprueba (Castañeda, 2007).

En un país como México, en el que coexisten diversas tradiciones y culturas, los roles de género parecen encontrarse en un estado de transición; al menos en diversos sectores, los roles de las mujeres se han diversificado más allá del ámbito privado y han ido cambiando los significados de feminidad (Campos y Muñoz, 2018).

Las mujeres pueden cursar estudios universitarios, ser profesionistas, tener trabajos remunerados, utilizar métodos anticonceptivos, tomar la decisión del número de hijos que desean tener, elegir libremente a su pareja, entre otros, mientras que los hombres hacen cada vez más su aparición en el ámbito de la crianza y el cuidado Saldívar (2015) al empezar a cuestionarse el modelo tradicional de paternidad Campos y Muñoz (2018). Sin embargo, dicha transformación no ha estado exenta de tensiones y es un proceso que toma diferentes características dependiendo de contextos y situaciones particulares. Por ello, no es posible hacer generalizaciones y es necesario situar los roles y espacios de género en condiciones históricas y geográficas específicas.

#### **2.3.4 La Sexualidad**

Para hablar de sexualidad es importante decir que ésta abarca para toda la vida, donde se involucran sentimientos, actitudes, pensamientos y comportamientos tales como la autoestima, el cariño y respeto hacia uno mismo (valoración personal); la percepción íntima y personal de ser hombres y mujeres; el vínculo afectivo con los demás y la manera de expresar el afecto; la capacidad de dar y recibir amor y placer, la forma de cómo comportarse como hombre o mujer, las diferencias corporales, los cambios físicos, el impulso o el deseo sexual, la atracción física y la reproducción biológica, es decir la sexualidad abarca el cuerpo, las emociones, lo social y cultural de nuestras vidas.

Y a partir de esto es posible diferenciar entre sexo y sexualidad ya que el sexo es una característica biológica que permite identificar a las personas por sus diferencias corporales como hombres o mujeres y la sexualidad, como ya se vio no es un impulso biológico, sino también una fuerza que influye en muchos aspectos del desarrollo personal. Su ejercicio tiene que ver con la atracción física, con los



lazos afectivos hacia la pareja, la capacidad de dar y recibir amor. Vara, Gómez y Acevedo (1999), hacen ver como el ser humano tiene múltiples posibilidades de expresar las conductas sexuales, entre ellas están la abstinencia, la masturbación y las relaciones sexuales.

Willi (2004) propone la existencia de dos tipos de sexualidad: la del apetito sexual y la de pertenencia. En la primera se busca el máximo placer a través de la seducción, conquista, provocación y sorpresa; en la segunda se aspira a la armonía, confianza y compenetración. La sexualidad del apetito sexual promueve que la estabilidad de una pareja se vea amenazada, sin embargo, también la estimula.

Willi (2004) sostiene que en ocasiones la vida amorosa y la vida sexual van de la mano y que en otras no se relaciona para nada. Pero también aclara que generalmente una relación amorosa, no existe sin sexualidad, al mismo tiempo que una sexualidad estable no existe sin una relación amorosa. La madurez personal no influye en el logro del amor y una sexualidad en una relación estable.

Willi (2004) hace hincapié que en el amor genital no existe ambivalencia del deseo impetuoso y la insaciabilidad. El apetito sexual nace en un instante y no tiene ataduras, obligaciones, reglas y límites. La belleza y el atractivo sexual son muy útiles, no solo en la excitación sexual sino en la interacción humana. Un individuo nunca se comporta de la misma forma con las personas del mismo sexo que con las del otro, porque siempre se evalúa al otro sujeto como una posible pareja y relación sexual.

La sexualidad se caracteriza por la pertenencia que toma a la pareja como algo único. La unión sexual refuerza al amor y la idealización de la pareja. En una pareja estable, el desarrollo de la sexualidad no tiene que ver con la convivencia, porque con el paso del tiempo tiende a disminuir, las relaciones sexuales bajan más a la mitad de lo que se tenía en un principio. La conquista y todo lo que engloba a la sexualidad se queda en la memoria y en las preocupaciones y obligaciones diarias.

## 2.5 Historia evolución de la relación de pareja

Estudiar la evolución de cómo ha sido concebida la pareja a través de los tiempos es de suma importancia, permitirá saber cómo es que la concepción actual se llegó a consolidar, y a la vez entender a la pareja en su contexto particular; debido a que la forma en que se interpreta la relación entre un hombre y una mujer depende mucho de la cultura, del lapso histórico, de la influencia económica, política y religiosa (Casado, 2012).

Desde el inicio de la humanidad, la relación de pareja se ha hecho presente, sobre todo con el propósito de la reproducción; sin embargo las primeras evidencias referentes a la concepción de pareja datan de periodos ancestrales.

Cuando los hombres vivían en condiciones propias de la manada primitiva, las relaciones entre los sexos tenían un carácter absolutamente desordenado y la familia no existía. Después cuando el matriarcado vino a sustituir éstas relaciones, se adaptaron vínculos en forma de familia colectiva, excluyendo a los parientes cercanos, lo que dio paso a la familia formada por una pareja y a la monogamia y a la sociedad dividida en clases.

En el periodo paleolítico, no existen en los dibujos de las cuevas vestigios acerca de la relación de pareja Eguiluz (2007). Pero sí está presente la división del trabajo, porque la caza y la recolección eran realizadas exclusivamente por hombres, mientras que el cuidado de los hijos le correspondía a la mujer, a pesar de lo anterior existía una dependencia mutua porque ambos aportaban recursos totalmente distintos (Casado, 2012).

En el periodo Neolítico la complementariedad basada en los dos poderes (el físico y el procreador) continua, pero el descubrimiento de la agricultura revaloriza el papel de la mujer, se propagan las diosas-madres y la trascendencia de la fertilidad en la vida. Más tarde en la Edad del cobre, el hombre equilibra su papel con el de la mujer, porque con la aparición del arado su participación es más activa en la agricultura,

etapa donde prolifera la armonía entre ambos miembros de la pareja (Casado, 2012).

En la etapa de la domesticación, la cría de ganado y la formación de las primeras agrupaciones sociales, se produce una nueva, división de las tareas, lo que trae un cambio en el pensamiento y en la manera de organizarse de las comunidades (Eguiluz, 2007).

Con el establecimiento de las grandes civilizaciones, la pareja y su forma de ser vista cambia, dependiendo de la cultura. En Grecia, la sociedad mostraba gran importancia por la belleza corpórea y la excelencia intelectual, la atención se centraba en el hombre y en cualidades como la razón y el equilibrio, aceptaban, la bisexualidad de la persona. El matrimonio de esta cultura fue monográfico y se permitía el divorcio por tres causas: poligamia, esterilidad e incompatibilidad de caracteres (Rage, 2002).

En Roma se tenían concepciones similares pero no iguales, porque aunque el matrimonio también era monógamo, la fidelidad de la mujer se consideraba de suma importancia, además de que los aristócratas valoraban demasiado la virginidad y el no serlo era de mala suerte, sin embargo, en las clases inferiores se permitía la infidelidad y solamente se limitaba la relación con la mujer de otro hombre. La moral romana hacía hincapié en que el hombre no debía dejarse dominar, por lo que la mujer estaba a su servicio quien no podía sentir y expresar placer (Eguiluz, 2007).

En épocas más recientes como la edad media se contraponen dos concepciones: la de un mundo brutal y conquistador donde las mujeres son víctimas, y la del amor cortes donde el joven está inclinado ante una mujer idealizada pero no tocada Eguiluz (2007). En este periodo, el papel de la mujer no solo es económico como intercambio si no como valor de paz y alianza, dependía el padre hasta que fuera entregada al marido (Casado, 2012).

En la cultura occidental los hombres, eran presionados para que se casaran. La mujer llegaba a la boda muy joven, con menor edad que el novio, sin experiencia sexual alguna debido al recato, y sin preparación espiritual para tratar con los

varones. En el ciclo del romanticismo, los enamorados primero tenían salidas como amigos con el fin de conocerse. Después el varón declaraba su amor y la doncella pedía tiempo para pensarlo. Pasando ese lapso ella le contestaba. En aquel tiempo, cuando se veía una pareja tomada de la mano, se sabía que eran novios. El noviazgo terminaba con la petición de mano de la doncella.

Durante la burguesía, los novios iniciaban una relación por medio de encuentros casuales. El novio presentaba su novia ante la familia con el fin de dar su visto bueno, tanto en la clase social, como en el nivel económico. Si era aceptada por los padres, se convertía en un compromiso formal. Posteriormente, junto con su familia la pareja asistía a una corte. El joven le daba el anillo y ella correspondía con un pedazo de cabello como símbolo de amor.

Los noviazgos en el siglo XVI prohibían las relaciones sexuales y si la mujer tenía debilidad carnal y aceptaba se conformaba con solo juntarse. Así mismo se olvidaba del matrimonio oficial. Si era mucho su afán de casarse se le sometía a una cirugía en el himen para poder aspirar a otro noviazgo formal.

En la relación entre hombre y la mujer, a principios del siglo XX Engels (1973) mencionaba que había formas más primitivas de relación donde hay un periodo que va de la promiscuidad sexual a una forma más humana donde existen ya restricciones dadas las costumbres

Durante la época helenística-romana, la familia y el parentesco solían ser instituciones sociales, por lo cual los matrimonios en la mayoría de los casos eran concertados por medio de acuerdos entre los jefes de familia.

Por otros lado, en la edad media de acuerdo a Elías (2010) y Stone (1990) a pesar de la ya consideración del matrimonio, su significado era totalmente distinto al de la actualidad, pues los matrimonios eran por interés, no habiendo ninguna relación entre amor y matrimonio, siendo en el caso de los nobles por la obtención de rango y prestigio y en el de los pobres por la supervivencia, manifestándose también un sistema patriarcal, pues a pesar de que había cierta libertad en las mujeres aristócratas, en general en la sociedad se le daba más libertad al hombre.

Así por ejemplo, con respecto al matrimonio, Magallón (2006) menciona que, desde el punto de vista cristiano, no solo sería únicamente un contrato o acuerdo entre dos personas de sexos opuestos, sino que se eleva a una posición de sacramento o sea sagrado, de acuerdo a esto a la existencia y necesidad de los sacramentos, Aquino (1979) en la edad media, al examinar en forma conjunta estos temas, estima que ellos fueron instituidos por Dios, como necesarios moralmente, o sea convenientes, para que el hombre pueda conseguir una salvación eterna.

Pastor (1998) menciona que los jóvenes que contraían matrimonio se encontraban incapacitados para expresar su desagrado de dicha unión. En la época ya mencionada no se necesitaba ni se solicitaba el consentimiento del contrayente.

En Roma surge un cambio global del mismo tipo que en Grecia. Poco a poco por medio de normas y leyes se empieza a constituir como un acto formal donde no es aceptada la infidelidad.

Con el paso del tiempo, la práctica del matrimonio se generalizó y se extendió a capas más importantes de la población. Rápidamente el matrimonio desde su forma antigua se convirtió en un acto sin importancia; es decir, sin interés, ni razón de ser, como en un acto que acarrearba efectos de derecho o por lo menos de estatuto.

Para Sarguis (1995) el matrimonio adoptó una manera más “libre” en cuanto a la decisión de casarse y la elección de la esposa, así como las razones para hacerlo. Podía ser que se haya convertido en una forma de lazo que recibía su valor del hecho de fortalecer y mantener relaciones personales fuertes, que implicaban el compartir la vida, la ayuda mutua, el apoyo moral.

Con ello, se entiende que el matrimonio evoluciona como una unión libre consentida en donde hasta cierto punto se acentúan las diferencias sin por ello desaparecer. Luego entonces tenemos que en la época helenística el estatuto de la mujer ganó terreno e importancia erradicando en cierta manera la dependencia dentro del sistema económico-jurídico a causa del debilitamiento político del hombre en su posición; hombre-ciudadano, dando como consecuencia un reforzamiento positivo de la mujer.

El compromiso oficial de boda constituía una de las últimas etapas del noviazgo y solía constar de una ceremonia con petición de mano en la casa de los padres de la novia quién tras el intercambio de regalos se consideraba ya prometida en matrimonio (Pastor, 1998).

Actualmente estas costumbres han ido en desuso y hoy los jóvenes no gustan de tantos ritualismos, más bien buscan en sus contactos experiencias emotivas, sexuales y de entretenimiento, lo que caracteriza su noviazgo por un tipo de relación pasajera que se forma, se rompe y se rehace con bastante espontaneidad.

En los noviazgos actuales aparecen factores que antiguamente no aparecían. Por ejemplo, los adolescentes de hoy, aunque se frecuentan sexualmente, no consideran esta actividad prematrimonial como la experiencia última de sus relaciones. Al parecer otros temas intelectuales y emotivos les resultan mayormente centrales; entre ellos cuentan preocupaciones ideológicas y una enorme inseguridad psíquica que necesita apoyarse emotivamente en los coetáneos (Pastor, 1998).

Hoy los jóvenes no reparan en formalidades, no es necesario pedir permiso a los padres, no se tienen que esperar demasiado en su arreglo para salir juntos a cualquier lugar. El trato suele ser más espontáneo y por ello la relación resulta más relajada: el joven no necesita una hora y día fijo para una declaración de amor ya que esta pasado de moda (Naranjo, 1993).

Ninguno de los dos se comporta con artificiosidad, fingiendo ser algo distinto de lo que es para atrapar a otro por meras apariencias, no se sienten obligados a guardar las formas ni a dar una mejor imagen de sí mismos cuando están en compañía, máxime cuando hay los primeros pasos del noviazgo se dan en público o grupo y no en la privacidad de sólo la pareja. Más adelante, las parejas se van retirando progresivamente del grupo por espontánea necesidad de una mayor privacidad (Pastor, 1998)

### **2.5.1 La pareja en México actual**

En cuanto a los antecedentes históricos de México, en la época prehispánica según Ayala y González (2001) se dice que existieron una gran variedad de costumbres y principios matrimoniales, pero básicamente eran regidas por el hombre.

Por su parte Lavrin (1991) explica que, durante la colonia, el matrimonio y la unión de pareja, estuvo dominada por la iglesia católica, en donde estaban prohibidos los matrimonios sin consentimiento de la iglesia. El matrimonio estaba regido por las normas del derecho canónico y la legislación de Castilla, pero por lo común esto no funcionaba del todo porque, se encontraban que entre las parejas jóvenes parece ser normales las relaciones sexuales antes del matrimonio. La iglesia realizó un gran esfuerzo para que la gente entendiera sus enseñanzas sobre la naturaleza y el objetivo de las relaciones sexuales, la confesión y la penitencia fueron dos elementos esenciales para el control, de modo que las conciencias siguieran el camino correcto.

De acuerdo a Seed (1991) el matrimonio era regido por dos aspectos centrales, por una parte el carácter sagrado o la imposición, y por la otra la importancia de la voluntad personal en la creación del vínculo matrimonial, que también estaba limitada pero compuesta de tres partes, primero el establecimiento de límites a la autoridad paterna (patriarcado) respecto a sus hijos, segundo la voluntad que era la expresión del “amor” y, que en esa época se disfrazaba por considerar al amor como algo enajenante que termina por dominar la voluntad y tercero el honor sexual de las mujeres y sagrado de una promesa de honor, que hablaba de la estima que tenía una persona de sí misma, que significaba la dignidad y la integridad ante los demás.

En nuestro país, la familia generalmente se conforma por la madre, el padre y por lo menos un hijo, dando paso a la familia nuclear, que asigna a cada uno de los miembros un rol determinado. El hombre es el jefe del hogar y se encarga de sostener a la familia. La mujer tiene la obligación de proveer atención y cuidados a los hijos y al marido, además debe desempeñar actividades domésticas (Eguiluz, 2007).

No obstante, en los últimos tiempos se ha ido modificando por los cambios demográficos, económicos y sociales; así como por el descenso de la fecundidad, la inserción de las mujeres al mercado laboral, el aumento de oportunidades educativas y la disolución matrimonial entre otros.

En México existen tres tipos de familia a) la primera es la tradicional, en la que hay una división del trabajo dependiendo del sexo, es decir la mujer se dedica a las labores domésticas y el hombre se encarga de proveer la parte económica a la familia; b) la segunda es la moderna, donde ambos miembros de la pareja trabajan fuera de casa; c) por último, las familias monoparentales donde la madre y los hijos viven sin en el cónyuge. Este último tipo de familia que abiertamente en México es difícil de encontrar, es más común de lo que se sabe y cada vez más crecido no solo en México, sino también a nivel mundial, debido a la migración de la mujer y del hombre, así como el aumento de divorcios y de madres solteras, además de la irresponsabilidad masculina consecuencia del alcoholismo y machismo (Eguiluz, 2007).

De acuerdo con los datos del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), se han realizado estudios sobre la situación actual de las parejas y de la familia en México. De esta forma, los indicadores sociodemográficos de entre 1930 al 2000, muestra que el estado civil de la población desde los 60' se ha mantenido constante, porque de cada 10 personas mayores de 12 años, 4 están solteras, 5 unidas y 1 desunida. El casamiento de forma religiosa ha disminuido para dar paso a las personas que viven en unión libre, aumentando aquellas que solo se casan por el civil (Eguiluz, 2007).

En los últimos años los divorcios y separaciones son más frecuentes en las mujeres; en el caso de algunos hombres, cuando el anterior llega a presentarse, se vuelven a unir en matrimonio por segunda ocasión.

Entre los años 1992 a 1995, la edad promedio de unión entre hombres y mujeres era de 23 y 20 años respectivamente. Las mujeres en esos años se divorciaban



entre los 35 y 44 años, lo que significaba que mantenían un periodo más o menos de 10 años unidos, antes de una separación.

### **2.5.2 La pareja adolescente**

El desarrollo humano tiene por meta el enriquecimiento personal y social progresivo que avanza en la adolescencia mediante la actualización de capacidades que permitan la convivencia social positiva, rescatando las necesidades personales y el progreso colectivo en un ajuste e integración transformadores. La adolescencia es el periodo en que se produce con mayor intensidad de interacción entre las tendencias individuales, las adquisiciones psicosociales, las metas socialmente disponibles, las fortalezas y desventajas del entorno Escoto, González, Muñoz y Salomón (2007). El bachillerato es uno de los momentos en que los adolescentes establecen nuevas relaciones sociales y afectivas; hacen recorridos a escuelas más alejadas de sus vecindarios, conocen a otros adolescentes diferentes y tienen la libertad para dedicarse a múltiples actividades, entre las cuales destacan aquellas realizadas con amigos y con el otro género.

La amistad y las relaciones afectivas son un encuentro con el otro, en el que se generan aprendizajes sobre sí mismos y se recrean los vínculos sociales que constituyen sus identidades Hernández (2012). La adolescencia viene acompañada de un juego relacional de los sexos, cada sexo intenta reafirmarse en su propio campo, los chicos con sus amigos, las chicas con sus amigas. El acercamiento se opera lentamente, las primeras estrategias amorosas se van estableciendo poco a poco. La relación con el otro sexo no deja de ser confusa, los chicos desean satisfacer su virilidad naciente, las chicas llamar la atención de los adolescentes varones Fize (2007). La adolescencia suele ser conceptualizada como una etapa de preparación y ensayo de habilidades para el noviazgo en la adultez joven o relaciones más estables como la cohabitación o el matrimonio (Rojas, 2013).

El desarrollo del noviazgo genera un espacio social y cultural de la pareja, y una redefinición de sus relaciones con los compañeros, pero sobre todo una exploración

de los sentimientos y pensamientos sobre el sí mismo, al entrar en una relación de confianza, intimidad y apasionamiento con el otro. Los misterios de la sexualidad se comienzan a explorar de manera práctica y se prefiguran los sentidos de las relaciones de pareja Hernández (2012). Las relaciones afectivas que sostienen los estudiantes cubren un espectro amplio, desde los novios de chocolate hasta las relaciones formales. La amplitud del espectro nos indica grados distintos de cercanía y un aprendizaje de formas distintas de relacionarse afectivamente: relaciones afectivas de chocolate, amigovios, free, novios Hernández (2012). El desarrollo de relaciones afectivas abre un mundo de experiencias nuevas para los estudiantes. Las afinidades identificadas con el otro y la expresión de los sentimientos, junto con la autoexploración de las emociones, genera un proceso de identificación cruzada y elaboración de vínculos para conformar una pareja. En la experiencia amorosa se genera un reconocimiento mutuo, en tanto objetos de deseo uno de otro y sujetos de cuidado uno para el otro (Hernández, 2012).

Sin embargo, ha sido una creencia socialmente aceptada por generaciones que el noviazgo es la época ideal de una pareja, donde se vive cada momento con intensidad, alegría y pasión. Y se acepta como natural que con la convivencia las cosas cambien y que poco a poco, de aquella época romántica sólo queden recuerdos. Hoy en día, la realidad se muestra diferente pero no más optimista, porque ya desde el noviazgo las jóvenes parejas se enfrentan a situaciones traumáticas que poco tienen que ver con el amor o con lo que se espera de una relación que está iniciando (Velázquez, 2011).

Una de las características particulares de las parejas románticas en la adolescencia es que éstas intentan mantener una proximidad regular, buscan entre sí consuelo y protección en tiempos de crisis, incluso se toman como refugio, como fuente de seguridad psicológica, conforme enfrentan las dificultades del mundo, de la misma forma en que los muchachos acuden a sus padres en busca de seguridad. Además, ya sea que el apego sea a la pareja o al padre, una separación prolongada es una fuente de aflicción y la pérdida de la persona es sumamente dolorosa. Por supuesto, hay diferencias tanto en los apegos a parejas como en los apegos a los padres. La

más notable es que el apego entre parejas incluye un elemento sexual que no se da en el apego a los padres. Los apegos seguros de las relaciones románticas se caracterizan por el apoyo emocional y el interés por el bienestar de la pareja. Los apegos inseguros toman la forma ya sea de dependencia excesiva de la pareja o un exceso de alejamiento. Se ha dicho que quizá estos estilos de apego en las parejas románticas se basan en los apegos anteriores con los padres (Jeffrey, 2008).

En relación al tema del amor, Bradford Brown en Jeffrey (2008) propuso un modelo de desarrollo de éste en la adolescencia, el cual reconoce el importante papel que cumplen los amigos y los pares. El modelo de Brown tiene cuatro fases: la fase de iniciación, de estatus, del cariño y de vinculación.

- I. La fase de iniciación tiene lugar en la adolescencia temprana, cuando inician las primeras exploraciones tentativas de intereses románticos. Estas exploraciones son superficiales y breves y con frecuencia están llenas de ansiedad y miedo, además de excitación. La ansiedad y el miedo son resultado en parte de lo novedoso de los sentimientos y conductas románticos, e incluso por la conciencia de los adolescentes de que estos nuevos sentimientos y conductas están sujetos al escrutinio y la potencial ridiculización por sus amigos y pares.
- II. En la fase de estatus, los adolescentes comienzan a ganar confianza en sus habilidades para interactuar con posibles parejas románticas y a formar sus primeras relaciones románticas. Al formar estas relaciones, están plenamente conscientes de las evaluaciones de sus amigos y pares. Cuando consideran a la posible pareja romántica, evalúan no sólo cuánto les gusta y se sienten atraídos hacia la otra persona, sino cómo van a quedar ante sus amigos y pares. Los amigos pueden actuar como mensajeros en la fase de estatus, así que sondean en nombre de su amigo para ver si la posible pareja amorosa se siente interesada. Es una forma de obtener información sin arriesgarse a una humillación directa —

y pérdida de estatus— que podría ocurrir si el propio interesado se ocupara de este sondeo.

- III. En la fase del cariño, los adolescentes se conocen mejor y expresan sus más profundos sentimientos por el otro; asimismo, tienen actividad sexual. Las relaciones en esta fase duran varios meses, en lugar de semanas o días como en las dos fases anteriores. Ya que la intimidad es mayor en esta fase, las relaciones románticas adquieren mayor carga emocional y los adolescentes enfrentan mayores dificultades para manejar estas fuertes emociones. El papel de los pares y amigos también cambia. Los pares se vuelven menos importantes conforme la relación crece y la importancia del estatus disminuye, pero los amigos también son importantes, mantienen la mirada en la pareja romántica del amigo para monitorear su fidelidad, como árbitros entre la pareja cuando ocurren conflictos y como sistemas de apoyo que proporcionan un oído comprensivo cuando surgen dificultades o enredos. También surgen los celos si los amigos comienzan a resentir el tiempo y la cercanía que el adolescente dedica a la pareja romántica a expensas del tiempo que les dedica a ellos.
- IV. En la fase de vinculación, la relación romántica se vuelve más permanente y seria, y las parejas comienzan a analizar la posibilidad de establecer un compromiso de por vida. Esta fase ocurre en la adultez emergente más que en la adolescencia. El papel de los amigos y los pares disminuye en esta fase y las opiniones de los demás se vuelven menos importantes que los aspectos de compatibilidad y compromiso entre la pareja romántica. No obstante, los amigos ofrecen aún guía y consejo y se habla con ellos sobre si la pareja es la persona correcta con quien hacer un compromiso para toda la vida. El amor en las relaciones de pareja no siempre se hace presente de manera aislada, en ocasiones viene acompañado por celos, dependencia, ansiedad, tristeza, etc. Sentimientos que son claves para identificar la presencia de episodios de violencia que los adolescentes pueden introyectar como naturales.

## **2.6. El poder**

El ser humano a lo largo de su vida construye relaciones con las personas que integran su entorno principalmente la familia, amigos y posteriormente en la relación de pareja. En estas relaciones humanas juegan un papel esencial elementos como la influencia social y el poder. La relación de pareja es una gran oportunidad en la cual se puede hacer y manifestar el poder, ya que en este vínculo se establecen reglas y formuladas de poder que adquirirán su propia forma. Las investigaciones sostienen el postulado de que las relaciones de poder son un factor esencial para la satisfacción o la felicidad marital; así como un factor determinante de la insatisfacción en la relación. El poder tiene sus raíces en la superioridad e inferioridad de los hombres y las mujeres, basado sobre todo en las diferencias biológicas de ambos sexos, la mujer se encuentra en desventaja sobre todo por su sistema reproductor, además de la estructura del exterior y la fuerza física que es superior en el sexo masculino (Rivera-Aragón y Díaz-Loving, 2002).

El poder de la pareja es sin duda un elemento que no se puede dejar al aire, porque, aunque no se vea a simple vista siempre está presente. En la pareja, tiene el poder quien al final del juego decide cuándo, dónde, cómo y por qué se van a hacer las cosas, no es necesario que sea quien grite más, ni siquiera quién golpea. Para que el poder no destruya a la pareja las necesidades de ambas partes deben de tener la misma importancia, la negociación de las necesidades de uno y de otro deben llevarlos a la búsqueda en común de una solución, siempre debe haber un equilibrio, ninguno de los dos debe usar el poder para imponerse sobre el otro. Generalmente, en las relaciones destructivas, una de las partes ejerce control sobre el otro, cuando una persona comienza a ceder a las presiones de otra, termina por convertirse en víctima, donde el agresor en su deseo de control puede utilizar el chantaje emocional o bien emplear la persuasión de manera que provoque en el otro alterar sus creencias y estilos de vida.

La Real Academia de la Lengua Española define poder como: dominio, imperio, facultad y jurisdicción que uno tiene para mandar o ejecutar una cosa, tener diligencia, facultad o potencial para hacer una cosa, capacidad, posibilidad, tener el mando habilidad de causar o prevenir un cambio. Es importante el estudio de poder ya que este afecta todos los aspectos de la vida humana

Así mismo en el diccionario de inglés Oxford como se citó en (Rivera-Aragón y Díaz-Loving, (2002) menciona algunas características que definen el poder como a continuación se mencionan:

- a) Capacidad para hacer o efectuar algo o influir sobre una persona o cosa.
  - b) La capacidad para influir en algo o afectarlo profundamente; fuerza, vigor, energía física o mental, efecto eficaz.
  - c) De las cosas inanimadas: propiedad activa, capacidad de producir algún efecto.
  - d) Posesión de autoridad o mando sobre otros; dominio, autoridad, gobierno, predominio, mando; dirección, influencia, autoridad.
- 
- Como una persona, grupo o cosa:
    - a) Persona o cosa que posee o ejerce poder, influencia o autoridad; persona grupo o cosa influyente o dirigente.
    - b) Ser celestial o espiritual que tiene dominio o influencias.
    - c) Grupo de hombres armados, fuerza de combate.

Como se puede observar existe una gran diversidad de contenidos que abarca el término poder, pero se debe tomar en cuenta lo que mencionan Rofeldt, Kimerling y Arias como se citó en Rivera-Aragón y Díaz-Loving (2002) que el poder es inherente a todo lo que nos rodea y existe. Lo cual incluye todo el componente bio-psico-socio-cultural del individuo.

En general el poder es una habilidad de llevar a cabo metas que desean y pueden manifestarse en términos de modificación de conducta para con los otros o produciendo efectos intencionales. El poder siempre involucra relaciones asimétricas (Rivera-Aragón y Díaz-Loving, 2002).

En el mexicano, el amor y el poder están sumamente relacionados por esto Rivera-Aragón y Díaz-Loving (2002) realizaron un estudio en el que se dieron cuenta que algunos estilos de amor tienen correspondencia con un estilo de poder común.

Existen diferentes estilos de amor y de poder que tienden a correlacionarse:

En el amor erótico, la pareja tiende a usar estilos de poder afectivo, tranquilo-conciliador, democrático-negociador y laissez-faire.

En el amor ágape, los estilos de poder dominante en la mujer y hombre son similares a los encontrados en los dos estilos anteriores.

El estilo de amor maníaco se correlaciona con poderes de autoritarismo, impositivo, apático y sumiso.

En el estilo de amor lúdico los estilos de poder dominantes serán el autoritario, lúdico y apático.

En el práctico-negociador estarán presentes los estilos democrático, afectivo e impositivo.

Considerando lo anterior es visible que el poder está presente en una relación y es determinado por el estilo de amor de la relación.

## **2.7 Violencia en la pareja**

Los primeros estudios en América Latina de la violencia en la pareja fueron realizados por las organizaciones no gubernamentales, que trabajan en las temáticas de género y discriminación en la mujer en particular. El objetivo central era hacer que la sociedad tomara conciencia respecto a un fenómeno que se había mantenido oculto: la violencia de la que eran objeto las mujeres por parte de sus

parejas Traverso (2000). Y es gracias al trabajo del movimiento feminista, a partir de los años setenta, en Estados Unidos y en algunos países de Europa, así como en México que se inician, de forma colectiva y organizada, acciones contra la violencia que comienza a tener un impacto social.

Lo que hasta el momento se mantuvo en silencio comienza a salir a la luz a fines de la década de los ochenta e inicios de los noventa, a través del acceso y sistematización de datos e información provenientes de diversos servicios y entidades como la policía, hospitales y los centros de atención a víctimas, así como la ejecución de algunos programas gubernamentales (Traverso, 2000).

En cuanto a violencia en el noviazgo, este es un grave problema que afecta en grado considerable a la salud física y mental de quien la padece. Este tipo de violencia se identificó como un problema social a partir del estudio que realizó Kanin en los años cincuenta, cuando se encontró que 30% de las estudiantes de la población investigada tuvo amenazas o relaciones sexuales forzadas durante el noviazgo. Pero no fue hasta principios del decenio de los ochenta, cuando la investigación de Makepeace llamó la atención del público sobre el problema de la violencia durante el noviazgo, tras encontrar que el 20% de la muestra de estudiantes padeció violencia en la etapa del noviazgo adolescente (Rivera-Rivera, Allen, Rodríguez Ortega, Chávez- Ayala y Lazcano-Ponce, 2006)

En el caso de México, son escasos los estudios realizados sobre violencia en la etapa de noviazgo, pero existen evidencias que señalan que la violencia contra las mujeres infligida por la pareja es un fenómeno, muy frecuente al grado que se afirma que entre 30 y 72% de las mujeres mexicanas que son víctimas de violencia es perpetrada por la pareja (Rivera-Rivera, Allen, Rodríguez Ortega, Chávez-Ayala, y Lazcano-Ponce, 2006).

En relación de noviazgo/pareja, la generación de la violencia no se da de manera espontánea, sino que es producto de acumulación de tensiones, frustraciones y



enajos que se transforman en agresiones que se descargan hacia el otro. Su función es establecer poder por parte de algunos de los miembros de la pareja amorosa (perpetrador) sobre otro (víctima). En esta etapa, el maltrato en cualquiera de sus modalidades, se presenta desde el inicio y se mantiene fortaleciéndose y agravándose durante el tiempo que dure, e incluso si se llega al matrimonio/unión libre.

A pesar de que el noviazgo se considera una época “ideal”, ya que la pareja vive con gran intensidad, pasión e ilusión en cada momento de su relación, es en ese momento donde se gesta, de manera apenas perceptible, el maltrato. Esto se debe a que los jóvenes han aprendido de sus familias de origen la forma de relacionarse y controlar y/o dominar al otro/a, reproduciendo una relación violenta enfrentando desde el inicio situaciones traumáticas que tienen muy poco o nada que ver con el amor (Cárdenas, 2019).

Como se mencionó, socialmente pareciera que la violencia de pareja es ejercida sólo por hombres, como señala Camacho y Martínez (2006), basándose en esa creencia se han redactado declaraciones que tienen como finalidad eliminar la violencia del varón hacia la mujer.

Es verdad que el número de mujeres violentadas es muy elevado, pero hay que ver que existen hombres que son víctimas de violencia por parte de su pareja. Como afirma González (2003), la violencia en las parejas jóvenes es un problema relativamente frecuente, ya que datos del Instituto de la Mujer, señalan que el 5.4% de las denuncias por maltrato realizadas en el 2002 fueron interpuestas por jóvenes que en ese momento mantenían o habían concluido ya una relación de noviazgo con él/la autor/a de la agresión. El estudio en las parejas de jóvenes es crucial; debido a que es en esas primeras relaciones amorosas en donde van a formarse sus ideas iniciales sobre qué esperar de una relación de pareja y cómo comportarse en la intimidad, algo que va a repercutir en su intimidad en la etapa adulta (Dion y Dion 1993 en Fernández Fuertes, Fuertes y Pulido, 2005).

Las parejas formadas por jóvenes también se encuentran enraizadas en la desigualdad de género. Gracias a ella hay un desequilibrio de poderes, lo masculino se favorece, situación que favorece a la violencia. Esto como se ha venido mencionando al verse como natural no solo se permite sino que favorece y justifica la violencia.

El maltrato a la pareja puede ocurrir en cualquier momento, desde la primera salida juntos o hasta transcurridos años de relación, pero su diferencia ante otros tipos de violencia es el proceso de socialización y adquisición de roles de género en los adolescentes, mismos que determinan el dominio como comportamiento masculino y la sumisión como femenino, sumados a la idealización de “amor romántico” que todo lo puede superar y todo lo perdona, así como por el carácter informal y efímero de la relación Adame (2006). Y aunque tales patrones de conducta sean parecidos a los identificados en parejas formales, no es frecuente que el noviazgo presente niveles de maltrato físico similares a los del matrimonio o relaciones equivalentes: es decir entre novios, los golpes no son la manifestación ordinaria de la violencia pero en el ámbito del “juego” son comunes y eso, lleva a que su gravedad parezca mínima.

Lo/as adolescentes pueden tener dificultades para percibir con claridad las situaciones de violencia, porque en esta etapa se tienen las primeras experiencias afectivas, se piensa que la violencia sólo se da en parejas casadas, tienen conocimientos irreales o idealizados sobre el amor, influidos por la cultura del amor romántico que se transmite en la música, las revistas juveniles o en las series de televisión. Y además la no convivencia continua de la pareja puede hacer que la violencia sea intermitente y/o más difícil de percibir (Estébanez, 2009).

Cabe hacer mención que hoy en día no solo la mujer vive situaciones de violencia, es una realidad que cualquier persona es susceptible a vivir situaciones de violencia.



# CAPÍTULO III

## VIOLENCIA

### 3.1 Definición de violencia

La causa central de la violencia en el noviazgo es la construcción social en la que vivimos, la cual parte de una mirada machista y patriarcal. La familia, la religión, los medios de comunicación, la escuela, el entorno social en que nos desarrollamos, se encarga de producirla y difundirla. El ejercicio de la violencia en las relaciones, sobre todo en las de pareja, es producto de la cultura que mantiene la idea de la diferencia entre hombres y mujeres, en la cual los varones desde su nacimiento, obtienen ciertos privilegios que los colocan por encima de las mujeres. Es precisamente esa inequidad sociocultural la que crea relaciones de poder entre sexos, a través de la asignación de roles y estereotipos para cada uno. Esta asignación como ya vimos se origina principalmente en la familia.

La raíz etimológica del término violencia remite al concepto de fuerza y a verbos tales como violenta, violar o forzar. A partir de esta aproximación semántica se puede decir que la violencia implica el uso de la fuerza para producir el daño, el término de fuerza remite al concepto de poder y define violencia como una forma de ejercicio de poder mediante el empleo de la fuerza física, psicológica, económica, política, etcétera. (Corsi, 2006)

La violencia implica una búsqueda de eliminar los obstáculos que se oponen al propio ejercicio de poder, mediante el control de la relación a través del uso de la fuerza. Para que la conducta violenta sea posible es necesario que se presente un desequilibrio de poder, que puede estar definido por el contexto, o producido por maniobras interpersonales del control de una relación.

La violencia ha sido estudiada por diferentes teorías y perspectivas, de las cuales han surgido infinidad de definiciones, por ejemplo, Darwin citado en Martínez T.

(2001) estudio como los primeros hombres pierden sus prácticas iniciales en la edad media en que adquieren la costumbre de usar piedras, mazas y otras armas para luchar contra sus enemigos o rivales. Por lo que considera que la violencia es una forma de comportamiento, de la cual depende su sobrevivencia en la lucha por la existencia.

Skinner (1975) mencionó que los organismos son agresivos filogenéticamente, es decir, la raza tiene características agresivas, pero también existe la agresión ontogenética, que está moldeada por el medio ambiente a través de múltiples factores.

Para Bandura la violencia es parte del sistema social, y por tanto se inicia en el sistema y no en el propio individuo (Bandura y Ribers, 1984).

Con lo anterior podemos definir la violencia como un comportamiento intencional que puede ser único, recurrente y cíclico, dirigido a dominar, controlar agredir o lastimar a otra persona. Casi siempre es ejercida por las personas de mayor jerarquía, es decir, las que tienen el poder en una relación, como son: el padre, o la madre sobre los hijos e hijas; los jefes o jefes sobre las personas empleadas; los hombres sobre las mujeres; también se puede ejercer sobre objetos o animales, o contra el propio individuo (INMUJERES, 2005).

Para Corsi (2001) en sus diversas manifestaciones, la violencia siempre es “una forma de ejercicio del poder mediante el empleo de la fuerza (ya sea física, psicológica, económica, política, etc.) e implica la existencia de uno “arriba” y uno “abajo”, reales o simbólicos, que adoptan habitualmente la forma de roles complementarios: padre - hijo, hombre – mujer, maestro – alumno, patrón – empleado, joven – viejo, etc.”

Para que la conducta violenta sea posible tiene que darse una condición: la existencia de un cierto desequilibrio de poder, que como ya vimos puede estar definido culturalmente o producido por maniobras interpersonales de control de una relación.

### 3.2. Ciclo de la violencia

Para comprender la dinámica de la violencia en relaciones de pareja, es necesario considerar dos factores:

- 1.- Su carácter cíclico
- 2.- Su intensidad creciente

Dentro de las relaciones de pareja se han observado diferentes etapas cíclicas que las compone Walker (2012) Antes de abordar estas se retomaron los aspectos generales del ciclo de la violencia que a continuación se señalan.

- Sorpresa inicial:** Al inicio de la violencia de la pareja, esta toma por sorpresa a las mujeres que la padecen ya que es algo que no se hubiese imaginado que se pudiera presentar antes del primer episodio.
- Las golpizas graves no predecibles:** Aunque una mujer haya oscilado varias veces, a través del ciclo de la violencia, no se puede saber o predecir con certeza cuándo ocurrirá un episodio, ni el grado de violencia que se ejerza. En este sentido los hombres son los que tienen el control de la frecuencia y magnitud del suceso.
- Aumento en los celos:** Los hombres maltratadores pueden sentir celos hacia otras personas, no importa edad, sexo, condición o parentesco establecido con la mujer, lo que implica mayor posesión sobre el entorno de esta.
- Recuerdo lúcido de los detalles de una golpiza grave:** El maltrato es un evento de naturaleza traumática que deja una huella, que será recordada con detalle, causando un deterioro no solo físico sino también de naturaleza psicológica.

- **Encubrimiento:** Con frecuencia las personas que viven experiencia de violencia tienden a negar, minimizar, justificar o encubrir dichos episodios a causa de sentimientos generados de miedo, culpa y/o vergüenza.
- **Marcado Abuso psicológico:** Un hombre violento hace sentir devaluada a su pareja. La culpabiliza de los hechos debido a que no reconoce los derechos de ella a sentir, expresar, y actuar de forma autónoma, lo que genera en la mujer un decremento de su autoestima.
- **Amenazas:** Cuando la mujer violentada intenta buscar solución o ayuda a su problemática, se suscita en el hombre el deseo de lastimarla, amenazarla, amenazar a sus seres queridos, por lo que muchas mujeres se frenan en levantar denuncia pensando que estas amenazas se cumplirán.
- **Omnipotencia:** Las mujeres maltratadas confieren a la pareja un gran poder de que pueden hacer todo lo que les apetezca.
- **Conciencia de peligro de muerte:** La mujer violentada, en parte de su psique sabe que en cualquier momento la pareja puede perder el control total de sí mismo e incluso llegar a matarla.

Como ya se mencionó la violencia se presenta de forma cíclica en intervalo de días, semanas, meses e incluso años. Dicha ciclicidad ya no se detiene. Esto nos permite comprender la dinámica del evento así como las causas por las que las mujeres continúan en esta situación.

La teoría de ciclo de la violencia fue descrita por la Doctora Leonore Walker (2012) quien basó su planteamiento en el refuerzo conductual, pues señalaba que la mujer maltratada no siempre está expuesta a golpes o insultos, si no que la violencia se presenta en forma cíclica. Dicho ciclo está compuesto, por tres fases fundamentales: la primera fase es un periodo de la acumulación de tensión, la segunda de descarga de tensión y la tercera de arrepentimiento.

Las fases del ciclo de la violencia pueden variar tanto en duración como intensidad para una misma pareja y entre distintas parejas. Este ciclo se puede iniciar en el noviazgo, en donde suele presentarse que uno de los miembros de la pareja muestre conductas o actitudes que susciten temor y dudas respecto a una vida posterior en pareja. Pero llegan a un acuerdo acerca de los roles que cada uno llevará. Lo cual provoca que se genere una dependencia emocional que los hace sentir bien y los mantiene unidos. A través del tiempo las cosas empiezan a cambiar y es cuando empieza la primera fase del ciclo.

### **Fase 1. De acumulación de tensión:**

Durante esta fase en la pareja se producen escenas de violencia, donde el hombre ejerce golpes menores como empujones, bofetadas, pellizcos, por mencionar algunos contra la mujer, la cual trata de manejar la situación de diversas maneras, como calmar a su compañero a través de conductas complacientes para él. Así, la mujer empieza a creer que su obligación es evitar que se presenten incidentes violentos, por lo que intentara cuidar todos los detalles para que su pareja no se disguste, pero si él explota se siente culpable, pues piensa que no se esforzó lo suficiente y cree que se merece lo que pasa; y es así como se va inculcando la culpa.

En esta fase, también suele presentarse violencia psicológica como las críticas, las burlas, las ridiculizaciones, las comparaciones, las correcciones en público, etcétera, tomando así la forma de agresiones psicológicas. Aunque estas conductas no parezcan como violentas no dejan de ejercer un efecto de debilitamiento progresivo en las defensas psicológicas de la mujer en detrimento de su integridad emocional y psicológica.



## **Fase 2. Descarga de tensión:**

Se caracteriza por la descarga incontrolada de las tensiones que se acumularon durante la primera fase, tanto el hombre como la mujer aceptan que la rabia de él no tiene control, y cuando arremete a la mujer piensa que solo le dará una lección y que se detendrá cuando considere que ella la ha aprendido, pero cuando esto ocurre la mujer ya ha sido gravemente golpeada. Al darse cuenta del daño causado intenta justificar su conducta atribuyéndola a factores o incidentes externos, tales como el haber bebido de más, el haber trabajado mucho, o tener pensamientos como “Ella tiene la culpa por no comprenderme o hacerme enojar”.

A medida que la mujer pasa por el ciclo de la violencia aprende a anticipar lo que va ocurrir en esta etapa, por lo que comienza a experimentar gran terror y tensión que le hace perder el apetito, padecer insomnio y, a presentar fatiga constante.

Muchas de ellas saben que después de esta escena violenta sigue un periodo de calma por lo que prefieren que esta termine y pase a la siguiente. Es aquí cuando se comienza a apreciar efectos físicos y psicológicos.

## **Fase 3. Arrepentimiento**

En esta fase hay un arrepentimiento y demostración de afecto por parte del hombre, suele disculparse ante la mujer, pedir perdón y asegurar que no volverá ocurrir. Por lo que la mujer al necesitar creer que no volverá a sufrir, quiere pensar que el arrepentimiento del hombre es sincero, lo cual se le hará más difícil a ella tomar una decisión de terminar con la relación, ya que tiene la esperanza que las otras dos fases no se repitan; entonces comienza la luna de miel, donde no hay presencia de insultos, golpes, discusión, sino todo lo contrario; sin embargo, este sueño de la mujer que su compañero cumplirá con sus promesas, tarde o temprano desaparece y sin que se den cuenta la tensión entre los dos empieza nuevamente a presentarse.

Es importante que la mujer identifique este ciclo, ya que al hacerlo comenzará a entender como es victimizada una y otra vez y por qué a pesar de esto permanece al lado del hombre que constantemente la daña física y emocionalmente, es decir, que es probable que con esto comprenda los procesos de pensamientos falseados, que tienen lugar durante el ciclo, es decir, como termina sintiéndose responsable de haber sido agredida.

El hecho de que una mujer discrimine este ciclo significa, también, reconocer que gran parte de la conducta de su compañero en cualquiera de las tres fases, es un intento por manipularla y controlarla; así cuando la violencia le falle, éste utiliza el afecto para mantener su complacencia y cuando ninguna de estas dos actitudes le funcionan, él usa, entonces, su lado vulnerable y desvalido para que la mujer responda protegiéndolo. Hay que hacerle entender que ella no es la indicada para ayudarlo puesto que, generalmente, necesita apoyo de personas profesionales que sean capaces de confrontarlo consigo mismo y responsabilizarlo de sus actos.

### **3.3 Tipos de violencia**

Algunas relaciones de noviazgo están marcadas por la agresión que ejerce un miembro de la pareja sobre otro, con diversas consecuencias como bajo rendimiento escolar, depresión, baja autoestima, dependencia, y que las pautas de comportamiento con su pareja se puedan repetir con las demás.

En una relación la violencia se manifiesta de diferentes formas, en el noviazgo los tipos más comunes son:

#### **3.3.1 Violencia psicoemocional**

Esta noción de violencia psico emocional es relativamente reciente.

Son todas aquellas actitudes que lastiman la estabilidad emocional de una persona, es la disminución o afectación de la personalidad. Su desenvolvimiento es minucioso y muy sutil y afectan en el desarrollo de la persona afectada (INMUJERES, 2005).

Es tal vez la más extendida y la más invisibilizada, porque se presenta sin que haya de por medio golpes ni maltrato físico. La violencia psicológica se presenta con mayor frecuencia en los adolescentes, sin embargo no es totalmente detectada y reconocida por los mismos, la necesidad de complemento o sustituto de la relación parental, la formación de identidad de género, la presión social, entre otros factores, facilitan que las mujeres puedan ser el blanco preciso de involucrarse en este tipo de relación (SI mujer, 1997).

Este tipo de violencia se encuentra en las situaciones que pueden dañar la estabilidad emocional de quien lo recibe o, la alteración en su escala de valores, afectando su estructura de la personalidad, que puede ser, violencia verbal, gritos, amenazas de daños, aislamiento social y físico, celos, posesividad extrema, intimidación, degradación, humillación, insultos, críticas constantes, acusaciones sin fundamento, atribuciones de culpa por lo que pasa, ignora, no da importancia o ridiculizar las necesidades de la víctima; mentiras, rompimiento de promesas entre otras.

Resulta complicado detectar este tipo de abuso, aunque se evidencia a largo plazo en las secuelas psicológicas. En este caso la violencia se ejerce mediante insultos, vejaciones, crueldad mental, gritos, desprecio, intolerancia, humillación en público, castigos o amenazas de abandono. Conduce sistemáticamente a la depresión y, en ocasiones al suicidio.

### **3.3.2 Violencia física**

Son aquellos actos de agresión intencional, en la que se utiliza cualquier parte del cuerpo, algún objeto, arma o sustancia, con la finalidad de causar daño a la integridad física de otra persona, generalmente más débil, encaminados a su sometimiento y control. Este tipo de violencia muchas de las veces deja cicatrices

enfermedades que duran toda la vida, lesiones leves o severas e incluso pueden causar la muerte (INMUJERES, 2005).

Se refiere a la agresión en la que se utilice alguna parte del cuerpo, algún objeto, arma o sustancia para sujetar, inmovilizar o causar daño a la integridad física del otro. Y se ejerce mediante la fuerza física en forma de empujones, bofetadas, puñetazos, patadas, estrangulamiento, heridas por armas, sujetar, amarrar, paralizar, abandono en lugares peligrosos, negación de ayuda cuando se está enfermo o herido, y arrojar objetos. Puede ser cotidiana o cíclica, en las que se combine momentos de violencia física con periodos de tranquilidad. En ocasiones puede terminar en suicidio u homicidio. Es muy común que esta situación tome como escenario con mayor frecuencia una relación formal o el matrimonio, sin embargo y pese a ellos las adolescentes pueden sufrir abusos, sobre todo cuando la relación de noviazgo es más larga e intensa. Las primeras manifestaciones de maltrato físico pueden llegar a confundirse como una actitud de juego o broma, sin embargo cuando el fin es causar malestar a la otra persona, se está hablando de violencia.

Para Torres (2001) el maltrato físico se puede clasificar según la gravedad de las consecuencias producidas y con base a las secuelas producidas y a los criterios legislativos siendo esto: levísima, leve, moderada, grave y extrema. En algunos casos cuando se presenta el primer golpe en las parejas, esto puede, mantenerse como un episodio aislado que no se repita o puede convertirse en la puerta de una escalada de violencia, en la que se lleva incrementando estos episodios y en donde se vuelve indispensable el aspecto preventivo de la misma.

° Violencia levísima: Hace referencia a las lesiones que tardan en sanar menos de 15 días y que no ponen en peligro la vida.

° Violencia leve: Aquí se engloban heridas que se recuperan en un periodo de tiempo que va desde los 15 días hasta los dos meses. No ponen en peligro la vida ni dejan un daño permanente.

° Violencia moderada: Las lesiones causadas tardan entre dos y seis meses en recuperarse, no ponen en peligro la vida, sin embargo dejan cicatrices en el cuerpo.

° Violencia grave: Aquí se observan mutilaciones y daños permanentes. Esto antecede al homicidio.

° Violencia extrema: Es el punto más alto de esta escalada y se refiere al asesinato.

Es de suma importancia aclarar que la violencia se presenta en muchas formas y que la gravedad de esta no se da de forma excluyente sino en un continuo. La clasificación mostrada sirve para jerarquizar los daños y dar una normatividad para que la ley pueda implementar castigos a quienes ejercen estas conductas.

### **3.3.3. Violencia sexual**

Consiste en la imposición de actos de orden sexual contra la voluntad de la mujer; cuando se le obliga a la mujer a participar en actividades sexuales con las que no está de acuerdo y no se toman en cuenta sus deseos, opiniones ni sentimientos. La violencia sexual se puede presentar como acoso, abuso sexual, violación o incesto. El acoso es la persecución insistente de alguien en contra de su voluntad y que frecuentemente está en desventaja. El acosador busca someterlo a sus deseos sexuales (Torres, 2001)

Es toda conducta reiterada por acción u omisión de connotaciones sexuales, cuyas formas de expresión dañan la intimidad de la persona sin su consentimiento, vulnera la libertad y daña su desarrollo psicosexual, genera inseguridad y frustración (INMUJERES, 2005).

La violencia sexual al igual que la psicológica y la física, tienen diversas manifestaciones, si bien no todas producen los mismos efectos. La más evidente es la violación, esta es la forma más brutal y contundente de la violencia sexual pero no la única algunas formas de la violencia sexual pueden ser:

- Prácticas sexuales no deseadas o que generan dolor
- Negar las necesidades sexo afectivas
- Exhibición de genitales sin consentimiento del espectador
- Tocamientos íntimos o roces sin el consentimiento de la persona
- Penetración sin consentimiento por la boca, vagina o ano
- Hostigamiento sexual
- Comparación sexual con otras

### **3.3.4 Violencia económica**

Se refiere a los actos de apropiarse o destruir el patrimonio del otro, como es el control de los ingresos dentro de la relación, el apoderamiento de los bienes, e inmuebles o muebles propiedad de otro, es decir, es el control y manejo del dinero, y propiedades; dejar de dar o negarse a cubrir los gastos del hogar; utilizar el poder económico para forzar a la pareja a comportarse como él/ella quiere, por ejemplo “Regresa conmigo o no te paso la pensión alimenticia”. Finalmente utilizar en beneficio propio los bienes que ha adquirido o construido entre ambos.

Una forma frecuente de abuso financiero hacia la mujer lo construye el control económico cotidiano, en el que el cónyuge deja diariamente dinero insuficiente para cubrir necesidades de la mujer y/o grupo familiar completo, lo que muchas veces está en función de controlar la movilidad de la mujer y su posibilidad de establecer contacto con el mundo externo. Esta forma se instala generalmente en relaciones caracterizadas por un fuerte nivel de dependencia, que forma parte de una dinámica más compleja en la que las personas perciben que no pueden salir de la situación de violencia o que no poseen en sí mismas los recursos necesarios para hacerlo.

### **3.3.5 Violencia basada en género**

La cuestión de género ha sido a lo largo de muchos años estudiada, ya que ha resultado ser una evidencia bastante poderosa que permite comprender una serie de fenómenos que se suscitan en nuestra sociedad (la violencia de pareja, intrafamiliar, etc.), por esta razón al tocar el tema de violencia durante una relación de noviazgo en esta etapa; adolescentes nos remite pensar en el rol de género pues

repercute en el desarrollo de los individuos y se centra sobre todo en la posición de la mujer con respecto al hombre, y las creencias que se cultivan en torno a ella. El empleo del término violencia contra la mujer destaca que las mujeres sean violentadas de manera sistemática como consecuencia de su condición de género y, por tanto, es un término que resulta claramente compatible con la visión feminista del problema. Así mismo, Echeburúa (2003) menciona que hay evidencia, de que la violencia suscitada en el entorno familiar, y en especial a la esposa o la pareja, tiene sus bases desde la relación de noviazgo, en sus procesos de interacción y la manera en cómo se vaya desarrollando. La violencia que se gesta durante esta etapa puede ser un indicador fundamental que permitirá prevenir, precisamente la futura violencia desatada con todas sus letras en el seno de la familia y en específico a la mujer que forme parte de ésta.

El concepto de violencia de género se define como cualquier violencia ejercida contra una persona en función a su identidad, o condición de género sea hombre o mujer, tanto en el ámbito público como privado. Sin embargo son las mujeres las principales víctimas de tal violencia por el solo hecho de “ser mujeres” y que lamentablemente viven en uno o varios momentos de su vida.

La violencia de género sostiene es de carácter social, es decir, que su explicación no se encuentra en los genes ni en la psique masculina, si no en los mecanismos sociales que hacen de la diferencia sustento de la subordinación de la mujer (Castro y Casique, 2008)

Según información vertida por la Secretaria de Salud, la mujer en sus distintas etapas de vida, siendo menor, adolescente, adulta y adulta mayor, así como en sus funciones o roles sociales, de hija, madre, esposa, abuela y trabajadora, ha sido blanco de un sin número de agresiones que ponen en peligro su vida, su integridad y su salud.

Para Corsi (2006) la violencia de género son todas aquellas formas mediante las cuales se intenta perpetuar el sistema de jerarquías impuesto por la cultura patriarcal. Es una violencia estructural que se dirige contra las mujeres con la

finalidad de mantener subordinación al género masculino hegemónico. Esta violencia sostiene se expresa, a través de conductas y actitudes que se basan en el sistema de creencias sexistas y heterocéntricas que acentúan las diferencias basadas en los sistemas de estereotipos de género y que conservan las estructuras de dominio que se derivan de ello.

La violencia contra las mujeres es un fenómeno que se presenta a nivel mundial, que no respeta condición económica, edad, clase social, nivel educativo, etnia o cultura; que responde a la situación de desigualdad y discriminación en la que han vivido las mujeres a nivel histórico y en la que existe un enorme desequilibrio de poder entre mujeres y hombres. Donde las mujeres han sido colocadas con un valor inferior al de los hombres, a quienes se les ha otorgado una supremacía sexual, social, económica, política, jurídica y cultural, que pone a las mujeres en una situación de subordinación, dependencia vital y discriminación en su relación con los hombres en el conjunto de la sociedad y el Estado (Lagarde, 2010).

### **3.4 Violencia en la pareja**

Desafortunadamente hoy en día la violencia de pareja sigue constituyendo un tabú social y cultural, a pesar de ser fenómeno de gran magnitud en México, y un grave problema de salud pública en el mundo; debido a que el ejercicio de la violencia masculina se sigue considerando como algo “normal”, con frecuencia resulta “invisible” aun para las propias mujeres maltratadas, esto incide en una inadecuada respuesta al problema. Los elementos que contribuyen a esta negación y naturalización de la violencia dentro de la relación de pareja son múltiples y de diverso orden; personales, de la relación de pareja, y de orden institucional, social y cultural Agoff, Rajsbaum, y Herrera (2006). Esto es un grave problema ya que se plantea que el ser víctima de violencia es un factor de riesgo y trae consecuencias perjudiciales para la salud, que incluye no solo lesiones físicas inmediatas y la angustia mental, sino la probabilidad de presentar mala salud en un futuro.

La violencia generalmente inicia en las casas, de ahí es llevada a las escuelas, luego a las calles. Las relaciones violentas en los adolescentes y jóvenes son la



antesala de la violencia intrafamiliar, si no se visualiza eso, se seguirá reproduciendo (Del Castillo y Castillo, 2012).

Por tanto, el estudio de la violencia en las parejas adolescentes es crucial. Por una parte, es en esas primeras relaciones en donde los adolescentes van a formarse sus ideas iniciales sobre que esperar de una relación de pareja y cómo comportarse en la intimidad, algo que va a repercutir en su vivencia en la etapa adulta Fernández, Fuerte y Pulido (2006). También, hay que tener presente que este tipo de escenarios conflictivos puede suponer un riesgo para el bienestar físico y psicológico de los adolescentes y jóvenes, de afectar negativamente a sus relaciones sociales.

La violencia en la pareja es definida por Castro y Casique (2010), como todo acto, omisión, actitud o expresión que genere, o tenga el potencial de generar daño emocional, físico o sexual a la pareja afectiva con la que se comparte una relación íntima sin convivencia ni vínculo marital.

Esta definición es concebida por sus autores como violencia en el noviazgo, sin embargo, la conceptualización indica, que se trata de una relación que no implica un vínculo marital, por lo cual, al no etiquetar esa relación únicamente como noviazgo, da cabida a la gama de relaciones existentes en esta etapa.

En México la violencia en las relaciones de noviazgo es un tema escasamente estudiado. Generalmente la atención ha sido puesta en la violencia conyugal, ignorando la trayectoria social de hombres y mujeres antes de llegar al matrimonio. Por lo tanto, estudiar la violencia en el noviazgo es fundamental porque permite analizar la génesis de las desigualdades en las relaciones de pareja, las formas en que se pone en práctica las diversas determinaciones de género aprendidas desde la infancia así como el grado en que los adolescentes están dispuestos a “jugar con estas reglas” (Ramírez y Vázquez , 2002 ).

La violencia en las parejas puede iniciar cuando los hombres no aceptan los cambios sociales de las mujeres pues han roto los esquemas tradicionales y están proponiendo relaciones igualitarias y equitativas; por parte de los varones en

ocasiones interpretan equivocadamente los conceptos de equidad e igualdad y buscan sus beneficios propios.

La relación se mantendrá mientras la conducta de cada uno se adapte a ellos y empezará a resquebrajarse cuando uno de los dos quiera redefinir su papel en la relación.

### **3.4.1 Consecuencias de la violencia en la pareja**

Las consecuencias que puede generar la violencia que se vive dentro de la relación de pareja, varían de acuerdo con el grado de intensidad, la duración, el grado y el tipo de violencia que se sufra, así como las habilidades para afrontarlas, los recursos propios, la personalidad y el apoyo social.

La OMS Salud (2002) señala que las consecuencias generadas por la violencia van más allá de la salud y la felicidad de los individuos, que pueden afectar el bienestar de toda la comunidad. Las mujeres que viven violencia generalmente tienen restricciones para acceder a la información y a los servicios: y su reducida participación en la vida pública, limita el apoyo emocional por parte de las redes sociales de apoyo como la familia y amigos.

Es común observar que estas mujeres no son capaces de cuidar de sí mismas, de sus hijos o tener un trabajo, porque el maltrato psicológico en el que se encuentran produce una alteración en su forma de pensar que le hace sentir incapaces de buscar ayuda, de proteger a sus hijos, a sí mismas o adoptar medidas adecuadas dice que la mujer al estar inmersa en el ciclo de la violencia considera que la conducta de su pareja depende de su propio comportamiento, por lo que se siente responsable de la misma, e intenta continuamente cambiar las conductas del maltratador y cuando se da cuenta que fracasa reiteradamente surgen en ella sentimientos de culpabilidad, de fracaso y tienden a efectuar conductas para evitar la violencia mintiendo, encubriendo a su agresor, con encuentros sexuales a su pesar, e inclusive, sufriendo el maltrato de sus hijos en silencio. Con el paso del tiempo, la violencia se hace más severa y se desarrollan síntomas depresivos como la apatía, la indefensión y la desesperanza (Martínez R. 2008).

También señala que la violencia vivida de manera repetida e intermitentemente, se mezcla con periodos de arrepentimiento y ternura, generan una ansiedad extrema, respuestas de alerta y sobresalto permanente. La percepción de amenaza incontrolable a la vida y a la seguridad personal provoca una sensación continua, dificultades de concentración, irritabilidad y un estado de hipervigilancia, así mismo se experimenta trastorno del sueño, pesadillas y pensamientos obsesivos con el maltrato y el maltratador.

La OMS Salud (2002) afirman que diversos estudios han demostrado que compartir la vida con un hombre que la somete a malos tratos puede tener una repercusión profunda sobre la salud de una mujer, tanto inmediatos como a largo plazo. Señalando que el antecedente de haber sido víctimas pone a las mujeres en más riesgo de:

- Depresión;
- Intento de suicidio;
- Síndrome de dolor crónico;
- Trastornos psicosomáticos;
- Lesiones físicas;
- Síndrome de colon irritable;
- Diversas consecuencias para la salud reproductiva

También hace mención a las conclusiones derivadas de las investigaciones actuales acerca de las consecuencias generales del maltrato sobre la salud, en donde se afirma que:

° La influencia del maltrato puede persistir mucho tiempo después que este ha cesado

° Cuanto más grave es el maltrato, mayores son sus efectos sobre la salud física y mental de una mujer

° Los efectos con el transcurso del tiempo de diferentes tipos de maltrato y episodios múltiples de maltrato parecen ser acumulativos.

### **3.5 Modelos de atención y prevención en la violencia de pareja**

De acuerdo a Corsi (1999), el concepto de prevención proviene originalmente del movimiento de higiene mental, a principios del Siglo XX pero cobra relevancia a partir de los trabajos de Caplan en el área de salud mental comunitaria. En 1964 Caplan es el primero que propone una definición más sistemática de la prevención, agrupando los esfuerzos preventivos en tres categorías ya clásicas.

- *Prevención primaria del número de casos:* es una tentativa de reducir la tasa de incidencia de un determinado problema en la población, atacando las causas identificadas del mismo, antes que este pueda llegar a producirse. El objetivo es reducir la probabilidad de aparición del problema. Los esfuerzos, por lo tanto, se dirigen a transformar el entorno de riesgo como a reforzar la habilidad del individuo para afrontarlo. El programa debe dirigirse a un grupo o comunidad, y no individuos, además antes que emerja el problema.
- *Prevención secundaria:* Es un intento de reducir la tasa de prevalencia (es decir, el número de casos existentes) de un determinado problema. Los esfuerzos se dirigen a asegurar una identificación precoz del problema y una intervención rápida y eficaz.
- *Prevención terciaria:* Tiene como objetivo reducir los efectos o las secuelas de un determinado problema, tratando de evitar recaídas. Los esfuerzos se dirigen a proveer programas de recuperación y rehabilitación para quienes han sido afectados por el problema.

## CAPITULO IV

### **Taller Vivencial para Adolescentes “El enamoramiento, su magia y sus riesgos”**

#### **Justificación.**

Actualmente la elección de pareja se hace de manera voluntaria, bajo la responsabilidad de cada individuo, con lo que se esperaría que funcionaran mejor las relaciones, pero la violencia, los problemas en el noviazgo y de pareja aumentan día con día. Cabe hacer mención que la violencia no discrimina raza, credo, educación, posición social y económica. Una realidad cuya gravedad no logran interiorizar quienes no han sido víctimas de la violencia.

En nuestro país es común ver relaciones de noviazgo en las que se presenta la violencia, sin embargo, para los miembros que la conforman es difícil nombrarlas y descubrirlas, ya que esto se torna peligroso para ellos, por tanto son invisibles.

Lo anterior sucede porque durante el noviazgo la pareja se complace mutuamente con la finalidad de hacerse felices; considerando todo desde el punto de vista del compañero; buscan encontrar todo lo que los une y no lo que los separa y se está dispuesto a sacrificar cualquier cosa por el otro.

La adolescencia y la juventud representan las etapas en las que las personas construyen sus primeros vínculos afectivo eróticos; en este sentido, el noviazgo es una de las expresiones tradicionalmente más promovidas y anheladas entre una amplia diversidad de vínculos posibles. A través de las experiencias de noviazgo, las y los jóvenes empiezan a configurar su identidad en, por lo menos, tres sentidos: por una parte, inician un proceso de desarrollo de su autonomía en relación con el núcleo familiar básico; asimismo, definen la preferencia sexual; y, por último, empiezan a asumir y/o a recrear los roles de género, muchos de ellos anclados en la tradición, por ejemplo, hombres celosos y protectores absolutos de las mujeres,

por su parte, ellas, buscando protección y asumiéndose como las débiles en las relaciones.

Es de suma importancia la construcción de la identidad a través de los vínculos que se establecen en la adolescencia y juventud, por lo que es importante reflexionar con las y los jóvenes sobre el tipo de relaciones que impone la cultura, concientizar sobre alternativas de noviazgo basadas en la igualdad, el respeto y el buen trato.

Surge la inquietud e interés de elaborar un taller, con la finalidad de que la población adolescente adquiera habilidades asertivas de comunicación, interacción, mejora de autoestima, que identifique, reconozca todos aquellos elementos que determinan una relación violenta. Además lograr que visibilicen y no normalicen los indicios de la violencia. Existe la necesidad de implementar alternativas que prevengan y disminuyan la presencia de la violencia durante el noviazgo, así como proporcionar herramientas que encaminen al adolescente a una adecuada elección de pareja.

### **Objetivo General:**

Que las y los jóvenes participantes en el taller tomen conciencia sobre las diferentes formas de relación que pueden darse en el noviazgo, para que puedan identificar cuando hay violencia en ellas, y reconocer la importancia de la individualidad en la ruptura de estereotipos de género.

## **Objetivos Específicos:**

- Informar a los adolescentes sobre la violencia de pareja, resaltando los puntos más importantes del tema.
- Propiciar la reflexión sobre la construcción sociocultural del género y su impacto en las relaciones de noviazgo entre adolescentes.
- Identificar aspectos importantes en la relación de noviazgo que puedan propiciar  
Violencia en ella.
- Sensibilizar a los adolescentes acerca de lo importante que es prevenir la violencia ejercida por su pareja.
- Promover la resignificación de la violencia en la población joven.
- Proporcionar información y entrenamiento a los jóvenes para que puedan reconocer las características de las relaciones de pareja potencialmente violentas.
- Proporcionar habilidades asertivas de comunicación y mejorar su autoestima a los adolescentes para afrontar una situación de violencia.
- Fomentar la creación de relaciones de buen trato y formas no violentas de solución de conflictos.

## **Propuesta de Intervención: Taller Vivencial para Adolescentes “El enamoramiento, su magia y sus riesgos”**

**Participantes:** Cupo limitado a 30 personas como máximo y como mínimo 15 personas

Dirigido a Adolescentes de 14 a 19 años que acuden al Servicio Amigable del Adolescente, del Hospital General Regional “Coyuca de Catalán, Gro”.

### **Escenario:**

Aula de Enseñanza del Hospital General Regional, los días miércoles y viernes a partir de las 3 pm. Dicho escenario consta de:

- Sillas
- 1 mesa
- Cañón proyector
- Laptop
- Rota folio
- Lámparas
- 1 Bocina grande
- Internet
- Pantalla de Televisión



**Formas de Muestreo:**

Participación Voluntaria (Invitación)

Edad de los participantes (14 a 19 años)

Tener 80% asistencia al taller

**Materiales:**

Hojas blancas

Plumones

Naranjas

Pañuelos de colores

Bocina

Papel sanitario

Cinta adhesiva

Rotafolio

**Procedimiento**

El taller consta de 10 sesiones con una duración de 85 minutos por sesión. En cada una de las sesiones hay técnicas vivenciales y diferentes dinámicas. A continuación está la descripción por sesión.

## **Sesión 1: “Presentación”**

**Objetivo específico:** Evaluar el conocimiento que tienen los participantes sobre la violencia **en el noviazgo**.

- Realizar un gafete con su nombre
- Dinámica “La canasta revuelta” (Anexo 1), teniendo como objetivo la integración y el conocimiento de los participantes.
- Establecer las reglas
- Aplicación del cuestionario “El amor no lo es todo” (Anexo 2), indicarles a las y los participantes que lean las instrucciones, comentarles que contesten de forma honesta, ya que es totalmente confidencial.
- Retroalimentación de la sesión

## **Sesión 2: “La violencia y sus características”**

**Objetivo específico:** Conocer qué es la violencia, sus tipos y la forma en que se presenta.

- Realizar la técnica “Coctel de frutas” (Anexo 3). Formar 5 equipos, cada equipo define el concepto de violencia, los tipos de violencia que conocen, por medio de la dinámica “lluvia de ideas”. Al término llevar a cabo retroalimentación con los diferentes participantes, aclarar dudas y que identifiquen con mayor claridad en relación a la violencia.
- Hacer una presentación del ciclo de la violencia, sus etapas. Pedirle al participante que identifique cada una de las etapas del ciclo de violencia, posteriormente pedirles que manifiesten que conductas y pensamientos se presentan en cada fase.
- Retroalimentación de la sesión.

### **Sesión 3: “Elección de pareja”**

**Objetivo específico:** Enunciar los elementos que intervienen al elegir una pareja.

- Técnica “el rally” (Anexo 4) se les indica a los participantes que elijan una persona con la cual trabajaran esa técnica.
- Llevar a cabo las preguntas sobre las actividades (Anexo 5)
- Explicar los posibles elementos que intervienen en la elección de pareja.
- Llevar a cabo la técnica “se murió chicho” (anexo 6)
- Retroalimentación de la sesión.

### **Sesión 4: “Noviazgo”**

**Objetivo específico:** Vivenciar alguna etapa dolorosa de su vida, así como el proceso del perdón.

- Técnica “la naranja” (Anexo 7)
- Técnica de relajación para que los participantes se permitan recordar una situación que les resulto dolorosa durante su vida (Anexo 8)
- Compartir y expresar las experiencias que tuvieron
- Relajación “El perdón” la cual complementa la técnica anterior (Anexo 9)
- Retroalimentación de la sesión

## **Sesión 5: “Autoestima”**

**Objetivo específico:** Explicar las posibles causas que influyen para que se dé una relación destructiva.

- Técnica “Quítale la cola al compañero” (Anexo 10)
- Explicar las principales causas que llevan a una relación destructiva;
- Técnica “El Iceberg” (Anexo 11)
- Técnica de relajación “Visualizarme como soy” (Anexo 12)
- Retroalimentación de la sesión.

## **Sesión 6: “Auto respeto”**

**Objetivo específico:** Valorar e identificar que les hace sentir orgullosos (as) de sí mismos (as)

- Técnica “Las lanchas” (Anexo 13)
- Dinámica “Tú árbol” (Anexo 14)
- Comentarios de los participantes, en relación a los ejercicios realizados.
- Retroalimentación de la sesión

## **Sesión 7: “Derechos”**

**Objetivo específico:** Conocer los derechos que se tienen dentro y fuera del noviazgo.

- Técnica “Tú crees que...” (Anexo 15)
- Comentarios de cómo se sintieron en esta actividad
- Entregar una Cartilla de Derechos de los Jóvenes
- Retroalimentación de la sesión

## **Sesión 8: “Asertividad”**

**Objetivo específico:** Conocer las características de comunicación pasiva, agresiva y asertiva.

- Describir y ejemplificar los diferentes tipos de comunicación pasiva, agresiva y asertiva.
- Llevar a cabo un ejercicio sobre comunicación: Identificando los estilos de comunicación (Anexo 16)
- Describir y ejemplificar los componentes verbales y no verbales de la conducta asertiva
- Formar equipos de 4 o 5 personas y representar una de las situaciones: Aprendiendo a ser asertivos (Anexo 17)
- Técnica “Teléfono descompuesto” (Anexo 18)
- Retroalimentación de la sesión

## **Sesión 9: “Comunicación”**

**Objetivos específicos:** Interpretar las habilidades asertivas adicionales: dar y recibir cumplidos, expresión de los sentimientos y retroalimentar la conducta del otro, así como las habilidades asertivas de protección: ignorar selectivamente, desarmar la ira o enojo, disculparse y clasificar problemas.

- La facilitadora va describir y ejemplificar las habilidades asertividades adicionales.
- Los participantes en equipos de 5 personas representar la habilidad asertiva adicional que se le asigne: Mejorando nuestra asertividad (Anexo 19)
- La coordinadora describe y ejemplifica las habilidades asertivas de protección
- Formar equipos de 3 o 4 personas y representar las habilidades de protección: Moldeando nuestra conducta (Anexo 20)
- Retroalimentación de la sesión

## **Sesión 10: “Evaluación y cierre del taller”**

**Objetivo específico:** Evaluar el conocimiento y herramientas adquiridas en relación con la violencia en el noviazgo.

- Técnica “El camino al pueblo” (Anexo 21)
- Compartir ¿Cuál ha sido su experiencia en el taller? ¿Qué herramientas y aprendizaje les deja el taller?
- Entregar a los participantes una hoja de “Evaluación del taller” (Anexo 22)
- Entrega del cuestionario “El amor no lo es todo” (Anexo 23)
- Cierre del taller

## CONCLUSIONES

Este trabajo nos ha permitido conocer con más detalle el fenómeno de la violencia en la relación de noviazgo, tema que en la actualidad es abordado desde diversos ángulos y está siendo como un problema social y no como un asunto privado que solo compete a la pareja ya que hay que considerar que estamos frente a un problema multicausal en el cual como se mencionó anteriormente están inmersos la desigualdad de género, la cultura, así como factores psicológicos, ambientales o sociales como es la baja autoestima, la inasertividad, entre otras y las cuales en determinado momento crean situaciones de tensión que provocan conflictos y violencia en las parejas.

La violencia es un fenómeno que se ve en todos los ámbitos, cabe recordar que cualquier persona está predispuesto a vivir situaciones de violencia. La violencia en la pareja no comienza cuando están casados o viven juntos sino que se va dando de manera sutil desde los noviazgos en los cuales se presenta de manera verbal, emocional y sexual.

El hablar de violencia en las relaciones de pareja y más aún de violencia en las relaciones de noviazgo, es una cuestión que se abordaba de forma limitada en México, debido a la poca importancia que se le da al tema, por lo que se observa que la mayoría de las investigaciones se centra en el estudio de la violencia doméstica y sus consecuencias, por lo que es de suma importancia abordar este tema desde el noviazgo. Ya que el tener poca información en su mayoría provoca que él o la adolescente no se percate de que se encuentra en una relación violenta, a pesar de que tengan una idea ligera sobre la violencia, lo que hace que el registro de casos sea considerable menor al número de casos que realmente existen y se incrementa la necesidad de instaurar programas que permitan a la juventud tener acceso a este tipo temáticas para prevenir y tomar acciones en los casos que lo ameritan. Es por ello que con la propuesta de intervención se pretende sensibilizar y visibilizar las acciones en relación a la violencia en el noviazgo, así como



brindarles las habilidades y herramientas necesarias para identificar y prevenir la violencia, así como el tener relaciones de noviazgo más equilibradas y sanas.

## REFERENCIAS

- Adame, A. (16 de Mayo de 2006). <http://www.jornada.unam.mx/2003/feb03/030206/ls-reportaje.html>. Obtenido de Violencia en el noviazgo: la manifestación más ordinaria en el amor: <http://www.jornada.unam.mx/2003/feb03/030206/ls-reportaje.html>.
- Agoff, C., Rajsbaum, A., y Herrera, C. (2006). Perspectivas de mujeres maltratadas sobre la violencia de pareja en México. *Revista de Salud Pública de México, Vol 48 N°2*, 307-314.
- Aguilar, J., Valencia, A., y Sarmiento, S. (2007). *Estilos parentales e indicadores del desarrollo y ajuste psicosocial (investigación ente estudiantes públicas)*. México: UNAM.
- Aguilar Y., Valdez, J., González-Arratia, N. y González, S. (2013). Los roles de género los hombres y las mujeres en el México Contemporáneo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, (18)2
- Alberoni, F. (2017). *Enamoramiento y amor*. España: Gedisa.
- Ariés, P. (1998). *El niño y la vida familiar en el antiguo régimen*. Madrid: Taurus.
- Arnett, J. (2008). *Adolescencia y adultez emergente. Un enfoque Cultural (3a. ed.)* México: Pearson Educación.
- Arzú de Wilson, M. (1998). *Amor, familia y palabra*. Madrid: Trillas.
- Ayala, Z., y González, T. (2001). *El matrimonio y sus costumbres*. México: Trillas.
- Bameveld, O., y Robles, E. (2011). Jóvenes y límites sociales: El mito de la rebeldía. *Redalyc. Org*, 143 - 154.
- Bandura, A., y Ribers, E. (1984). *Modificación de la conducta, análisis de la agresión y delincuencia*. México: Trillas.

- Barcelata, B., Durán, C., y Lucio, E. (2004). Indicadores de malestar psicológico en un grupo de adolescentes mexicanos. *Colombiana de psicología* (13), 64-73.
- Branconnier, A. (2001). *Guía del adolescente*. Madrid: Síntesis.
- Bee SK. (1987). *El desarrollo de la persona: en todas las etapas de su vida*. México: Harla.
- Berne, E. (2017). *Hacer el amor*. Argentina: Alfadil.
- Bustos, D. (1998). *Peligro amor a la vista: drama y psicodrama de la pareja*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Caceres, J. y Escudero V. (2004). *Relación de pareja y embarazos no deseados*. Madrid: Pirámide.
- Camacho, S., y Martínez, A. (2006). *Violencia hacía el género masculino: Frecuencia y percepción. Reporte de investigación de licenciatura*. México: UNAM. FEZ - Iztacala.
- Caplan, G. (1998) "*Principios de Psiquiatría preventiva*". Editorial Paidós, Buenos Aires.
- Cárdenas, E. (2019). *Violencia en la pareja, intervenciones para la paz, desde la paz*. Argentina: Granica.
- Casado, L. (2012). *La nueva pareja*. Barcelona: Kairios.
- Castañeda, A. (2007). Reflexiones teóricas sobre las diferencias en salud atribuibles al género. *Revista cubana de salud pública*.
- Castro, R. y Casique, I. (2010). Violencia en el noviazgo entre los jóvenes mexicanos. México: UNAM
- Castro, y Casique. (2008). *Violencia de género en las parejas mexicanas. Análisis de resultados de la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones*

*en los Hogares 2006.* . México: Instituto Nacional de las Mujeres, Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias UNAM.

Cevoratev, N. (2011). Familia, Socialización y una nueva paternidad. *Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud.* 1 (002), 2-16.

Coleman, J. C., y Hendry, L. B. (2017). *Psicología de la adolescencia.* Madrid: Morata.

Corsi, J. (2001). *Violencia Familiar.* Buenos Aires: Paidós.

Corsi, J. (1999). *¿Cómo se puede prevenir la violencia en pareja?* Madrid: Siglo XXI. Editores.

Corsi, J. (2006). *Maltrato y Abuso en el ámbito doméstico.* Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Craig, G., y Baucum, D. (2009). *Desarrollo psicológico.* México: Prentice-Hall.

Del Castillo, A. y Castillo, M. (2012). Amor a madrazos: El doloroso rostro de la violencia entre jóvenes. México: Grijalbo

Delval, J. (2002). *El desarrollo humano.* Madrid: Siglo XXI.

Díaz Loving, R. (1998). *Una teoría bio- psico - cultural de la relación de pareja.* México: Psicología contemporánea.

Dorsch, F. (2008). *Diccionario de Psicología.* Barcelona: Herdor.

Echeburúa, E. (2003). *Personalidades violentas.* Madrid: Pirámide.

Eguiluz, L. (2007). *Historia de la pareja humana. L. (comp.) Entendiendo a la pareja: marcos teóricos para el trabajo terapéutico.* México: Pax. México.

Elías, N. (2010). *El proceso de la civilización.* México: Fondo de la Cultura Económica.

- Engels, F. (2019). *El origen de la familia la propiedad privada y el Estado Marx, Engels, Obras escogidas. Tom.7. (1a edición 1884)*. Buenos Aires: Fontamara.
- Escoto, Y., González, M., Muñoz, A. y Salomón, Y. (2007). *Violencia en el noviazgo adolescente. Revista Internacional de Psicología. Vol. 8, No. 2.*
- Estébanez, I. (2009). *Prevenir la violencia de género en la adolescencia: Aprendiendo a desconectar del maltrato*. Obtenido de [www.adolescentesencrisis.org](http://www.adolescentesencrisis.org)
- Feixa, C. (2006). Generación XX. Teorías sobre la juventud en la era contemporánea. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud. Universidad de Marizares, 4 (2)*.
- Fierro, A. (2005). *Psicología del desarrollo: el mundo del adolescente*. Barcelona: Horsori.
- Fize, M. (2007). *Los adolescentes*. México. Fondo de Cultura Económica.
- Fromm, E. (2014). *El arte de amar*. México: Paidós.
- Garrido et al. (2008). Importancia de las expectativas de pareja en la dinámica familiar. *Enseñanza e investigación en Psicología, Vol. 13. 23-39.*
- Gassete, J. O. (1995). *Estudios sobre el amor*. Fontamara
- González, H. y Fernández, T. (2010). Género y maltrato: violencia de pareja en los jóvenes de Baja California. *Estudios Fronterizos, Nueva época 11(26)*
- González, R. (2003). La dinámica de la violencia en las parejas jóvenes. *Documentación Social, N° 131. 131-143.*
- Hernández, H. (1988). *La pareja interactuante. Como superar crisis y lograr armonía con tu pareja*. México: Botas.

- Hernández, J. (2012). Amistad y noviazgo en el bachillerato. En: Jóvenes y bachillerato. México: ANUIES. Pp. 151-180.
- Hurlock, E. (1991). *Psicología d la adolescencia*. Buenos Aires: Paidós.
- Jeffrey, A. (2008). Adolescencia y adultez emergente un enfoque cultural. Tercera edición. México: Pearson.
- Kail, R., y Cavanaugh, J. (2011). *Desarrollo humano: Una perspectiva del ciclo vital*. Cengage learning.
- Fize, M. (2007). Los adolescentes. México: Fondo de Cultura Económica.
- Lagarde, M. (2010). *El derecho humano: una perspectiva de ciclo vital. (3ra ed.)*. Obtenido de Programa Mujeres CD: [http://www.programamujerescdh.cl/media/red alas/MarcelaLagarde.pdf](http://www.programamujerescdh.cl/media/red%20alas/MarcelaLagarde.pdf)
- Lavrin, A. (1991). *La sexualidad en el México colonial. Sexualidad en la América Latina. Siglo XVII-XVIII*. México: CONACULTA. Grijalbo.
- López, C., y Sánchez, P. (2002). *Manual para la prevención de la violencia en la pareja*. México: Tesis. UNAM. Campus Iztacala.
- Llopis, C., Rodríguez, MI. y Hernández, I. (2014). Relación entre el consumo abusivo del alcohol y la violencia ejercida por el hombre contra su pareja en la unidad de valoración integral de violencia de género (UVIVG) de Sevilla. *Cuadernos de medicina Forense*, 20(4)
- Magallón, J. (2006). *El matrimonio, sacramento, contrato, institución*. México: Tipografía Mexicana, S.A.
- Magaña, M., Pérez, M., y Romero, C. (2000). *Educación para la vida*. México: INEA.
- Martínez, R. (2008). *Modelo de Capacitación para sentir, atender y prevenir la violencia familiar, sexual y de género para profesionales*. Secretaria de

*Seguridad Pública, subsecretaría de Prevención, vinculación y Derechos Humanos.* . México: Oficialía Mayor, Dirección general de Derechos Humanos.

Martínez, T. (2001). *Estilo de crianza en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar el caso de una usuaria de CAVI.* México: UNAM. Campus Iztacala.

Naranjo, C. (1993). *La agonía del patriarcado.* Barcelona: Kairós.

NiCarthy, G. (1991). *Addictive Love and Abuse: A course for teenage women.* Seattle: Seal Press.

Pacheco, K. y Castañeda, J. (2013). Hombres receptores de violencia en el noviazgo. *Avances en psicología, (21) 2*

Palacios, J. (2005). *Estilos parentales y conductas de riesgo.* México: Universidad Autónoma de México.

Papalia, D., Wendkos, S., y Duskin, R. (2019). *Psicología del desarrollo, de la infancia a la adolescencia. (11a ed.).* México: Mc Graw Hill.

Pastor, G. (1998). *Sociología de la familia.* España: Sígueme.

Piaget, J., y Inhelder, B. (1955-1972). *De la lógica del niño a la lógica del adolescente.* Buenos Aires: Paidós.

Piaget, J., y Inhelder, B. (2018). *Psicología del niño.* Madrid: Paidós.

Piaget, J. (1970). *La evolución intelectual entre la adolescencia y la edad adulta, en Delval, J. comp. (1978). Lecturas de psicología del niño.* . Madrid: Alianza.

Predeira, J., y Tomás, J. (2001). *Psicopatología de la adolescencia.* Barcelona, España: Laertes.

Rage, E. (2002). *La pareja. Elección, problemática y desarrollo.* México: Plaza y Valdez.

- Ramírez, S., y Vázquez, C. (2002). *Factores de alto riesgo para la información de las relaciones destructivas en el noviazgo*. México: Tesis UNAM.
- Redondo, N. y Graña, J. (2015). Consumo de alcohol, sustancias ilegales y violencia hacia la pareja en una muestra de maltratadores en tratamiento psicológico. *Adicciones* 27(1)
- Rey-Anacona, C. (2013). Prevalencia y tipos de maltrato en el noviazgo en adolescentes y adultos jóvenes. *Terapia Psicológica* 31(2)
- Rey, C. (2008). Prevalencia, factores de riesgo y problemáticas asociadas con la violencia en el noviazgo: una revisión de la literatura: *Avances en Psicología Latinoamericana*, (26)2
- Rey, C. y Martínez J. (2018). Violencia en el noviazgo. Evaluación, prevención e intervención de los malos tratos en parejas jóvenes. Bogotá: Manual Moderno. Recuperado de <https://books.apple.com.mx/book/violencia-en-el-noviazgo/id1441705427>
- Rice, F. (2001). *Adolescencia: desarrollo, relaciones y cultura*. Madrid: Prentice Hall.
- Rivera-Aragón, S., y Díaz-Loving, R. (2002). *La cultura del poder en la pareja*. México: Miguel Ángel Porrúa.
- Rivera-Rivera, L., Allen, B., Rodríguez Ortega, G., Chávez-Ayala, R., y Lazcano-Ponce, E. (2006). Violencia durante el noviazgo depresión y conductas de riesgo en estudiantes femeninas de (12-24 años). *Revista de la Salud Pública de México*, Vol 48 N°2 pp 288-296.
- Rodríguez, R., Riovelasco, L. y Castillo, N. (2018). Violencia en el noviazgo, género y apoyo social en jóvenes universitarios. *Escritos de psicología* 11(1)
- Rojas-Solís, J. y Flores, A. (2013). El noviazgo y otros vínculos afectivos de la juventud mexicana en una sociedad con características posmodernas. *UARICHA Revista de Psicología* 10(22)



- Rojas, E. (2014). *Amor Inteligente*. España: Planeta.
- Rojas, J. (2013). Violencia en el noviazgo de adolescentes mexicanos: una revisión. *Revista de Educación y Desarrollo*. Vol. 12, No. 2.
- Saldívar, et al. (2015). Roles de género y diversidad: Validación de una escala en varios contextos culturales. *Acta de investigación psicológica*. 5 (3)
- Saldivia, C. y Vizcarra, B. (2012). Consumo de drogas y violencia en el noviazgo en Estudiantes del Sur de Chile. *Terapia Psicológica* 30(2)
- Salud, O. M. (2002). *Informe Mundial sobre la violencia y salud*. OMS. Obtenido de <http://new.paho.org/hg/index.php?option=comdocmanyitemid=2518>:
- Sánchez-Aragón, R. (1995). *El amor y la cercanía en la satisfacción de pareja a través del ciclo de la vida*. Tesis no publicada de maestría. México: Facultad de psicología UNAM.
- Santrock, J. (2006). *Psicología del desarrollo*. México: McGraw-Hill.
- Sarguis, Y. (1995). *Introducción al estudio de la pareja humana*. Chile: Universidad Católica de Chile. Facultad de ciencias sociales.
- Shaffer, D. (2007). *Psicología del desarrollo*. S.A. Ediciones Paraninfo.
- Seed, P. (1991). *Amar, honrar y obedecer en el México Colonial. Conflictos entorno a la elección matrimonial. (1574-1821)*. México: CONACULTA. ALIANZA.
- Seguridad padres. (2010). SEP.
- Skinner, B. (1975). *Sobre el conductismo*. Barcelona: Fontanella.
- Stone, L. (1990). *Familia, Sexo y Matrimonio en Inglaterra 1500-1800*. México: Fondo de la Cultura Económica.
- Torres, F. (2001). *La violencia en casa*. México: Paidós.

- Traverso, T. (2000). *Violencia en la pareja. La cara oculta en la relación*. New York: Banco Interamericano de desarrollo.
- Vara, A., Gómez, G., y Acevedo, P. (1999). *Educación para la vida. Sexualidad*. México: Unidad de producción de medios INEA.
- Vargas, V., Galicia, I., y Garduño, A. (2016). Violencia en el noviazgo en alumnos universitarios relacionados con ambiente familiar y consumo de sustancias. *Revista Internacional PEI: Por la Psicología y educación integral*, 5(10)
- Velázquez, G. (2011). La violencia durante el noviazgo en adolescentes. *Elementos: ciencia y cultura*. Vol. 19, No. 82
- Villar, P., Luengo, M., y Gómez, J. (2003). Una propuesta de evaluación de variables familiares en la prevención de la conducta problema en la adolescencia. *Psicothema*, 581-588.
- Vizcarra, M. y Póo, A. (2011). Violencia de pareja en estudiantes universitarios el sur de Chile. *Universitas Psychologica*
- Vygotsky, L. (2013). *Pensamiento y lenguaje en Vygotsky L.S. Obras escogidas II*. México: Paidós
- Walker, L. (2012). *El síndrome de la mujer maltratada*. Biblioteca de Psicología.
- Willi, J. (2004). *Psicología del amor: el crecimiento personal en relación a la pareja*. Barcelona: Herder.
- Yela, G. (2015). *El amor desde la psicología social: ni tan libres, ni tan racionales*. Madrid: Pirámide.

## **ANEXOS**

## Anexo 1

### ***“Canasta Revuelta”***

**Objetivo:** Integrar y conocer el grupo

**Materiales:** Ninguno

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Solicitar a los y las participantes que formen un círculo con las sillas, asegurar que cada participante tenga su silla, la facilitadora se quedara intencionalmente parada en el centro de dicho círculo, se procede a explicarles la dinámica, cada participante se pondrá el nombre de una fruta e incluso pueden elegir el mismo nombre de fruta, se designa de derecha a izquierda el nombre que tendrán (naranja, plátano, papaya, sandía, uva) de manera alternada. Explicarles que hay una silla menos y la persona que está en medio grita el nombre de algunas frutas asignadas, la persona que tiene ese nombre de fruta se tiene que mudar de lugar, pero si se dice “canasta revuelta”, todos los participantes se cambian de lugar y cada vez que se da un cambio forzosamente alguien queda sin lugar por lo que se queda en el centro, ese participante dice su nombre, edad y expectativas que tiene del taller y menciona el nombre de otras frutas, así sucesivamente.

El ejercicio culmina cuando se presentan todos

## **Anexo 2**

### ***“El amor no lo es todo”***

Hospital General Regional “Coyuca de Catalán”

Universidad Americana de Acapulco

Facultad de Psicología

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Estado Civil: \_\_\_\_\_

Las respuestas que proporcionen serán completamente confidenciales y manejadas ética y profesionalmente. No existen respuestas correctas e incorrectas, ya que no es un examen. Si tienes dudas a una pregunta, por favor hazla saber a la coordinadora y de antemano te agradezco tu cooperación y valiosa ayuda.

Instrucciones: Lee con atención cada una de las siguientes preguntas y contesta según se requiera en cada una de las mismas.

1.- ¿Desde tú punto de vista, que es una relación de pareja?

2.- ¿Piensa que es el amor?

a) Eterno            B) Fugaz                            C) Constante cercanía            D) Exclusivo

E) Enamoramiento            F) Otro: \_\_\_\_\_

3.- ¿Qué entiendes por pareja?

4.- Es necesario tener una pareja porque:

5.- Tengo una pareja porque:

6.- Una pareja me permite:

7.- La finalidad de una pareja es:

8.- El hombre es:

9.- La mujer es:

10.- ¿Cuál es el rol de la mujer en una relación de pareja?

11.- ¿Cuál es el rol del hombre en una relación de pareja?

12.- ¿Cómo es la relación con tu papá?

13.- ¿Cómo es la relación con tu mamá?

14.- ¿Cómo es la relación entre tus papás?

15.- ¿Qué te desagrada de la relación de tus papas?

16.- Yo soy:

17.- Los demás creen que soy:

18.- Yo quisiera ser:

19.- ¿Sabes qué es la violencia en el noviazgo?

20.- ¿Cómo es un noviazgo con violencia?

21.- ¿Conoces a alguien que ha vivido violencia en el noviazgo?

A) No B) Si ¿Quién?

22.- ¿Qué características tiene o tenía ese noviazgo?

23.- ¿Qué piensas de la violencia en el noviazgo?

24.- ¿Por qué se puede generar la violencia en el noviazgo?

25.- ¿Cómo es un noviazgo sin violencia?

26.- ¿Conoces a alguien que ha vivido un noviazgo sin violencia?

A) Si B) No ¿Quién?

27.- ¿Qué características tiene o tenía ese noviazgo?



28.- ¿Qué piensas del noviazgo sin violencia?

29.- ¿Por qué se puede generar un noviazgo sin violencia?

30.- ¿Cómo han sido tus relaciones de pareja?

## Anexo 3

### *“Cóctel de frutas”*

**Objetivo:** Animación

**Materiales:** Tarjetas con nombres de frutas

**Tiempo aproximado de duración:** 10 minutos

Se le entrega a cada participante un gafete que contiene el nombre de una fruta que escojan: (Piña, Mango, Sandía, Melón, Pera, Durazno, Plátano, Fresa).

Cuando todos los participantes tienen su tarjeta se dan las siguientes instrucciones:

Cada uno (a) tiene el nombre de una fruta, estos se repiten, por lo que hay varias personas que tienen la misma fruta.

Las frutas que hay son: Piña, Mango, Sandía, Melón, Pera, Durazno y Fresa. La facilitadora se queda en el centro del círculo, la cual da las indicaciones al grupo.

- Quiero un cóctel de frutas con... y menciona las frutas que quiere, mientras tanto los participantes que tienen el nombre de esa fruta se cambian de lugar. Y si dice quiero un cóctel de frutas todos se tienen que cambiar de lugar.
- La persona que queda de pie y no alcanza lugar pierde, se queda en el centro le corresponde dar las indicaciones de cómo quiere su cóctel.

## Anexo 4

### *“El rally”*

**Objetivo:** Integración

**Materiales:** Listón, gises, globos, servilletas, dulces, cerillo, refrescos o dulces (como premios)

**Tiempo aproximado de duración:** 30 minutos.

Se le indica al participante que elijan a una persona con la cual trabajaran en esta técnica. Se les entrega un listón aproximadamente de 50 cm., y un sobre con diez actividades diferentes. Realizan las actividades que se les indica en el sobre y gana la primer pareja que termina primero.

Las actividades a realizar son:

\*Dibujar entre los dos en el pizarrón

\*Tomar dos globos

\*Llenar un globo con agua

\*Gritar “estoy ganando”

\*Cantar una canción en voz alta

\*Desamarrar las agujetas de su compañero (a) que realizan esta actividad

\*Poner un moño con una servilleta, en la cabeza de su compañero (a)

\*Comerse un dulce

\*Encender un cerillo. Al finalizar se les entrega un premio a la pareja ganadora

## **Anexo 5**

### ***“Preguntas”***

- ¿Por qué eligieron trabajar con esa persona?
- ¿Cómo se organizaron para realizar las actividades?
- ¿Qué inconvenientes tuvieron para realizarlas?
- ¿Qué aprendieron de trabajar con esa persona en la actividad?

## **Anexo 6**

### ***“Se murió chicho”***

**Objetivo:** Animación

**Materiales:** No se necesita materiales

**Tiempo aproximado de duración:** 15 minutos

En esta técnica se les pasa un bote a todos los participantes, del cual sacan un papelito (previamente elaborado) que contiene el nombre de una expresión.

Ya que todos tienen su papel se les da la siguiente indicación:

- Nadie abre su papel hasta que se les indique
- Cada uno de sus papeles contiene una expresión, con la cual deberán dar la noticia “se murió Chicho” a su compañero que esté en la izquierda.
- Abran sus papelitos. Se comienza de forma voluntaria o se escoge al azar en caso de que nadie quiera participar.

Las expresiones:

- Tristeza
- Enojo
- Alegría
- Miedo
- Sorpresa
- Burla

## **Anexo 7**

### **“La Naranja”**

**Objetivo:** Autoconocimiento

**Materiales:** Papel higiénico, Naranja, bolsa de plástico.

**Tiempo aproximado de duración:** 30 minutos

Se le ofrece a cada uno de los participantes una naranja, se les menciona que es para la actividad, posteriormente se les pide que se pongan en posición cómoda que les permita relajarse. Se les pide que cierren los ojos, respirando profundamente tres veces, que sientan como el aire entra por sus fosas nasales hacia sus pulmones, retener un momento el aire y exhalar, mientras llevan a cabo el ejercicio solicitarles que escuchen los sonidos de todo lo que pasa a su alrededor y poner atención a la voz de la coordinadora.

Una vez relajados pedirles que toquen su naranja, que sientan su textura, el tamaño, traten identificar el peso e inclusive percibir su olor, para esto se les da un tiempo aproximado de dos minutos, preguntarles si serían capaces de identificarla de entre más naranjas, invitarles que la conozcan.

Posteriormente la facilitadora pasara a recoger su naranja, las naranjas se colocan todas juntas sobre la mesa o una superficie visible para todos los participantes. Se les pide a los participantes que abran los ojos y que tomen su naranja, deberá pasar uno a uno. Ya que todos los participantes tienen su naranja, preguntarles ¿Sí está seguros que es su naranja?

Durante la siguiente parte se les solicita nuevamente que cierren los ojos, respiren profundo, sintiendo el aire y que nuevamente sientan su naranja, comenzar a pelarla, sientan como sus dedos desprenden la cascara, sientan el zumo, la huelan, pedirles que imaginen su sabor, que se den el tiempo. Casi al finalizar la técnica que dividan en dos partes su naranja y tomen de ella un gajo, saboreen su sabor, se les pregunta si es o no como la imaginaron, que cambios hubo. Se les pide que

respiren profundo, sientan su respiración y abran los ojos lentamente. Una vez abierto se les dice que si quieren pueden compartir de su naranja.

Una vez terminada la técnica se les pregunta como es el conocimiento que tienen de ellos mismos y que tanto puede influir para conocer el otro, de qué manera conoces o haz conocido a tu pareja, lentamente o al instante.

## **Anexo 8**

### ***“Afréntalo”***

**Objetivo:** Vivenciar el proceso del noviazgo

**Materiales:** Música de fondo

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Se les pide a los participantes buscar una posición confortable, después realizar ejercicios de respiración para que estén tranquilos, una vez que los participantes estén relajados, se les pide que imaginen una situación donde se sientan heridos, pedirles que recuerden vívidamente las sensaciones que tuvieron, que revivan como se comportaron y observen todas las consecuencias que negativas que trajo su actitud, que identifiquen los pensamientos que tenían en ese momento tanto antes como después de su comportamiento y observen como se sintieron.



## Anexo 9

### *“Relajación del perdón”*

**Objetivo:** Vivenciar el proceso del perdón

**Materiales:** Música de fondo, grabadora y espejo.

**Tiempo aproximado de duración:** 30 minutos

Se les pide a los participantes que se dispongan a relajarse, sentarse en una posición cómoda, la facilitadora los va ir guiando de la siguiente manera.

- Cierra los ojos, respira profundamente y sacar el aire (inhalar y exhalar 5 veces)
- Comienza a sentir los pies y relájalos (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacia abajo: dedos de los pies, pantorrillas, rodillas, piernas, glúteos y estomago)
- Ahora comienza a relajar el pecho, suéltalo (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacia arriba: espalda, hombros, brazos, manos, cuello, cara, cuero cabelludo)
- Ya que están estado de relajación te voy a pedir que te imagines que estas de pie frente a ti hay un camino, comienza a caminar y mira lo que está a tu alrededor ¿Qué hay? ¿Te gusta lo que ves? ahora a lo lejos al final del camino veras una puerta acercarte a ella.
- Muy bien ahora que ya estas frente a ella, te voy a pedir que entres y observes lo que hay, es un gran lugar, el mejor de los lugares, ¿Qué hay? Árboles, pasto, flores, agua.

Ya que has trabajado esa parte entonces si se comienza a inducir a la relajación a que se visualicen en su infancia y trabajar el perdón hacía sí mismos.

- Ahora voy a pedirte que te observes a lo lejos, observa que alguien se viene acercándose hacia ti. Es una niña (o), esa niña (o) eres tú, vela, obsérvala

¿Cómo esta vestida? ¿Tiene vestido, pantalón, etc.?, ¿Esta triste? ¿Contenta (o)? ¿Enojada (o)? ahora escúchale, algo te quiere decir, te quiere decir que le perdones, que no sabía lo que hacía, era solo una niña. Ahora abrázala y dile que le perdonas y que todo está bien y que seguirá contigo. Ahora despídete de ella, y dile que es hora que siga su camino.

Después de trabajar el perdón con tu niño (a) interior, ahora se empezara a trabajar el perdón con el padre.

- Ahora te voy a pedir que te sigas observando y observes a lo lejos, que alguien se viene acercando hacia ti, es una persona, esa persona es tu padre, obsérvalo ¿Cómo está? ¿esta triste? ¿alegre? ¿contento? ¿enojado? ¿tiene miedo? Ahora escúchalo algo te quiere decir, te quiere decir que lo perdones que ha hecho lo mejor que ha podido y que ha creído. Ahora es el momento de decirle lo que tú sientes, hazle saber que lo necesitas y cuanto lo amas. Y escucha lo que te dice, pídele perdón y hazle saber que en el reconoces a todos los hombres y que siempre tendrá un lugar en tú corazón. Ahora despídete de él y dile que es hora de que siga su camino.

Por último se trabajara el perdón y la reconciliación con ellos (as) mismos en el momento actual.

- Ahora a lo lejos ves una puerta acércate a ella, ábrela, es una habitación oscura, pero a lo lejos ves una luz brillante. Camina hacia la luz. Ahora atravesaras esa luz y ahora te encuentras con unas escaleras, sube.
- Ahora haz llegado hasta arriba, se encuentra un salón y en medio de ese salón, se encuentra una silla, siéntate y cierra los ojos.
- Ahora te voy a pedir que abras los ojos realmente tomes el espejo que está a tu lado y que te observes ¿Cómo está tú cara? ¿Cuántas cosas te has aguantado? ¿Cuántas mascararas te has puesto? y ¿Cuánto no has sido honesto contigo y con los demás?
- Ahora te voy a pedir que visualices la máscara de tu viva

- Está bien ahora te voy a pedir que te veas por ultima ves que te tomes de la cara, y que observes en que ha cambiado tu expresión, abrázate, no hay problema.
- Para finalizar se le indica al participante que respire por la nariz y saque el aire lentamente por la boca.

Por ultimo si alguien desea compartir la experiencia con este ejercicio.

## Anexo 10

### ***“Quítale la cola al compañero”***

**Objetivo:** Animación

**Materiales:** Pañuelos de diferentes colores

**Tiempo aproximado de duración:** 10 minutos

Se les entrega un pañuelo a cada uno de los participantes y se les indica que lo colocaran en la bolsa trasera del pantalón, posteriormente se divide el grupo en dos equipos. Es importante que los participantes se identifiquen ya que el equipo ganador será aquel en que sus miembros conserven sus pañuelos y que tengan el mayor número de pañuelos en la mano. La instrucción será la siguiente: “Tienen que quitar el pañuelo del equipo contrario, sin perder el suyo, tienen 3 minutos, se detendrán cuando la coordinadora lo indique”. Una vez que se dé la instrucción se les dará tres minutos.

Nota: puede ser amenizado con música

## Anexo 11

### *“El iceberg”*

**Objetivo:** Identificación de características individuales

**Materiales:** Hojas con el Iceberg impreso, lápices

**Tiempo aproximado de duración:** 15 minutos

Lo que todos saben de mí	¿Por qué?
Lo que solo algunos saben de mí	
Lo que nadie sabe de mí	

A cada uno de los participantes se le entrega una hoja con la siguiente figura en la que se les pide que describan lo que se les solicita.

## Anexo 12

### *“Visualizarme como soy”*

**Objetivo:** Identificación de características individuales

**Materiales:** Grabadora y música instrumental

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Se les pide a los participantes que se coloquen en una posición cómoda y que escuchen a la facilitadora:

- Te voy a pedir que cierres los ojos, respires profundamente y saca el aire con fuerza (cinco veces) inhala y exhala
- Comienza a sentir tus pies relájalos (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacía abajo: los dedos de tus pies, las pantorrillas, las rodillas, las piernas, los glúteos, la cadera, el estómago)
- Ahora comienza a relajar tu pecho, suéltalo (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacia arriba: espalda, hombros, brazos, manos, cuello, cara y cuero cabelludo)
- Ya que estas en estado de relajación te voy a pedir que ahora te imagines en un cuarto en donde estas acostada (o) en la cama, ahora te vas a levantar y vas a ver un espejo enfrente de ti ¿Qué ves en ese espejo? ¿Te gusta lo que ves? muy bien esa persona que ves eres tú. Ahora comienza a ver tu cara, obsérvate ¿Te gusta la expresión que tienes? ¿Te gustas a ti mismo? ...etc.

Ya que se ha trabajado esta parte entonces se comienza a que visualice aquellas que todos saben de ella:

- Ahora te voy a pedir que sigas observando y que te digas que cosas saben de ti, ¿Te gusta lo que todos saben?, ¿Esas cosas que saben se relacionan?, con el trabajo, la escuela, la familia, los amigos, los sentimientos y pensamientos.

Después se comenzara a llevar al participante en aquellas cosas que sólo unos cuantos saben

- Ahora te voy a pedir que te detengas y que te quedes con aquellas cosas que te son difíciles de decir de ti, pero que solo algunos saben. ¿Qué es lo que solo algunos saben de ti? ¿Qué te impide compartirlo con los demás?... etc.
- Por último se le pide que piense en aquellas cosas que a nadie le ha dicho.
- Ahora ve aquellas cosas que no le has dicho a nadie. ¿Qué es lo que nadie sabe de ti? ¿Qué te impide compartirlo? ¿Qué pasaría sí lo compartes? ... etc.
- Está bien ahora, te voy a pedir que te veas por última vez, que te tomes de la cara, abrázate, no hay problema esa eres tú, está bien como estas. Ahora recuéstate en la cama y cierra tus ojos.

Para finalizar, se les pedirá que vuelvan a sentir cada parte de su cuerpo, que están sentados y después que vuelvan a moverse.

## **Anexo 13**

### ***“Las Lanchas”***

**Objetivo:** Animación

**Materiales:** Ninguno

**Tiempo aproximado de duración:** 15 minutos

Se les pide a los participantes que va haber un lanchero el cual dará la instrucción de cuantas personas se tienen que agrupar., “por ejemplo: el lanchero pide una lancha de 4 personas, forman el equipo de 4 personas, cuando se forman en equipo se ponen de rodillas y se mueven como si estuvieran remando. El número de personas puede variar y se acoplara de acuerdo al número de participantes. Los participantes que quedan fuera pierden.



## Anexo 14

### *“El árbol”*

**Objetivo:** Reconocer las propias capacidades y éxitos

**Materiales:** Hojas y lápices

**Tiempo aproximado de duración:** 30 minutos

Los participantes dibujaran en una hoja de papel un árbol; en el tronco escriben sus nombres, en cada raíz sus habilidades, fuerzas o capacidades que creen poseer y en cada rama sus logros y éxitos.

Este árbol se utilizara durante todas las sesiones que se trabaje autoestima para que puedan añadirse raíces y ramas al hacer consiente más capacidades y logros.

## Anexo 15

### “Tú crees que...”

**Objetivo:** Identificación de características individuales

**Materiales:** Grabadora y música instrumental

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Se les pide a los participantes que cierren los ojos, respiren profundamente e inhalen y exhalen aproximadamente por un minuto, ya que se encuentre relajados se les pide que sin abrir los ojos se pongan de pie y empiecen a caminar en círculo.

Posteriormente se les pide que se detengan y que recuerden (con los ojos cerrados) a una persona con la que se sintieron mal, que la visualicen enfrente de ellos y que mencionen todo lo que quieran decirle por el daño ocasionado.

Después se les pide nuevamente que vuelvan a caminar inhalando y exhalando por un minuto, mientras la coordinadora comenzara a decir ¿Por qué soy (mujer u hombre) crees que tienes derecho de...? Entre otras frases con la misma intención.

Terminando las frases se les pide a los participantes que sigan caminando pero que ahora busquen a alguien entre sus compañeros con el que se sientan bien, sin abrir los ojos y cuando logren y que al encontrarlo se den la mano o lo abracen y dejen sentir todo ese afecto que en ese momento tienen. Después se alejan de esa persona y se colocan en el lugar que ellos deseen y como deseen, aquí la facilitadora les pedirá que nuevamente respiren y al tiempo que ellos deseen abren sus ojos.

Las frases son:

- Tú crees que por ser hombre debo de cortejarte
- Tú crees que por ser hombre no debo mostrar mis sentimientos
- Tú crees que por ser hombre no debo llorar
- Tú crees que por ser hombre no debo hablar de mi vida

- Tú crees que por ser hombre puedo tener relaciones con quien yo quiera
- Tú crees que por ser mujer me tengo que quedar en la casa
- Tú crees que por ser mujer debo quedarme callada
- Tú crees que por ser mujer me tengo que atenderte en todo
- Tú crees que por ser mujer debo de permanecer virgen hasta el matrimonio
- Tú crees que por ser mujer debo ser sumisa
- Tú crees que por ser mujer no debo trabajar

## Anexo 16

### “Identificando los estilos de comunicación”

**Objetivo:** Describir el tipo de comunicación: asertiva, pasiva o agresiva

**Materiales:** Hoja con cuadro de oraciones y lápices

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Instrucciones: De todas las oraciones presentes señale el tipo de comunicación: Asertiva, Pasiva o Agresiva, según consideres. Al finalizar la actividad compartir en relación a su ejercicio

Oraciones	Asertiva	Pasiva	Agresiva
Elige tú el sombrero que quieras			
Yo sé que estas molesto, pero quiero que no me grites			
La mañana es muy fría			
Eres un torpe porque me ignoraste			

Oraciones	Asertiva	Pasiva	Agresiva
Tengo mucho trabajo no me molestes			
Vamos a donde tú quieras			
Me gustaría que me llamaras por la tarde			
¿Por qué tardaste tanto?			

<b>Oraciones</b>	<b>Asertiva</b>	<b>Pasiva</b>	<b>Agresiva</b>
Eres un tonto porque nunca me llamas			
Llámame cuando tú quieras, eso está bien			
Gracias por llamarme hoy			
Quisiera que me llamaras más seguido			

## Anexo 17

### “Aprendiendo a ser asertivos”

**Objetivo:** Representar los componentes verbales y no verbales de la conducta asertiva

**Materiales:** Hoja con situaciones

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Situaciones	Tono	Volumen	Fluidez	Contacto Visual	Expresión Facial	Postura	Contacto Corporal
Roberto y Adriana tienen una relación de pareja estable, sin embargo un viaje de trabajo los mantuvo separados por 20 días. Roberto pasará por Adriana a la central camionera y le dará la bienvenida. Posteriormente ambos platicarán sobre lo que vivieron durante la ausencia de ella.							
Jesús está muy satisfecho porque la relación que actualmente lleva con su esposa Juana, dentro de 3 días cumplirán su décimo aniversario y Jesús le expresa el gusto y la alegría que siente por la actual relación que mantienen							
Raquel se dirige a la casa de su esposo Fabián para hablar con su suegra en relación con la forma en que ambas podrían ayudar a la recuperación de Fabián, pues éste sufrió un accidente automovilístico hace 15 días.							

Rubí está muy inconforme porque los 3 últimos fines de semana su novio Jacinto no la tomo en cuenta en las actividades que cada quien realizó durante su tiempo libre. Los dos acordaron hablar sobre el tema el próximo fin de semana con el objetivo de evitar conflictos mayores y promover la opinión de ambos.							
---	--	--	--	--	--	--	--

## Anexo 18

### *“Teléfono descompuesto”*

**Objetivo:** Animación

**Materiales:** Tarjetas con diferentes frases

**Tiempo aproximado de duración:** 15 minutos

Se les pide a los participantes formen un círculo, se indica que se va dar un mensaje comenzando con la persona que este del lado derecho de la coordinadora y que se tendrá que ir pasando de uno en uno, solo que para esto es importante varias cosas:

- Poner atención al mensaje y decirlo tal cual
- Se podrá repetir solo una vez
- No se vale hablar en voz alta el mensaje, a menos que sea el último participante, que es el que comunicara el mensaje, para comparar si realmente es igual a la frase inicial.

La frase será la siguiente:

“La elección de pareja está determinado por mis valores, creencias y educación, por eso es importante darme cuenta de ellas”.



## Anexo 19

### “Mejorando nuestra asertividad”

**Objetivo:** Interpretar las habilidades asertivas adicionales de la conducta asertiva

**Materiales:** Hoja de situaciones

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Situaciones	Dar y recibir cumplidos	Expresión de sentimientos con el uso del yo	Retroalimentar la conducta del otro
María se compró un traje nuevo el cual llevara mañana a su trabajo. Al día siguiente dos de sus compañeros le ofrecen un cumplido por lo bien que éste se ve, finalmente y de una forma muy asertiva ella agradece a ambos su atención.			
Laura y Carlos quedaron de verse en un parque a las 6:00 pm. Laura llamó a Carlos un día antes para confirmar la cita, Laura llegó 5 minutos antes de la hora establecida y Carlos hasta las 7:09 pm. Ella comienza a escuchar los argumentos que el da sobre su retraso, sin embargo le expresa sus sentimientos inmediatamente después de escucharlo.			
Jesús y Juana recibieron visitas el domingo, todo estuvo bien hasta que Jesús comenzó a ordenarle de una forma agresiva a Juana que se apresurara en sus quehaceres para comer todos juntos. Después de comer se fueron las visitas y Juana retroalimenta la conducta de Jesús en relación a lo sucedido.			

## Anexo 20

### “Moldeando nuestra conducta”

**Objetivo:** Modelar las habilidades asertivas de protección

**Materiales:** Hoja con situaciones

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Situaciones	Correcto	Incorrecto
1.- Utilizando el procedimiento de disco rayado, el equipo simulara una situación de pareja en la que uno de sus cónyuges invite al otro asistir a un lugar en el cual éste no desea asistir.		
2.- Utilizando el procedimiento de ignorar selectivamente, el equipo simulara una discusión de pareja en la que uno de los cónyuges, atenderá y reforzará únicamente las conductas asertivas verbales y no verbales del otro.		
3.- Utilizando el procedimiento para desarmar la ira o el enojo del otro, el equipo simulara una situación de pareja en la que uno de los cónyuges estará muy molesto y ofensivo mientras que el otro, a partir de su tono de voz, expresión facial, postura corporal y el tipo de mensaje provoca la disminución del enojo del cónyuge.		
4.- Utilizando el procedimiento para disculparse el equipo simulara una cita en la cual uno de los miembros de la pareja llegara tarde y se disculpará asertivamente con su compañero.		
5.- Utilizando el procedimiento de clasificación de problemas el equipo simulará una situación, en la cual los cónyuges enfrentan varios problemas domésticos a la vez, por lo que uno de ellos propondrá una estrategia.		

## **Anexo 21**

### ***“El camino al Pueblo”***

**Objetivo:** Identificación de obstáculos

**Materiales:** Sillas

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Antes de llevar a cabo esta técnica se colocan diversos obstáculos sillas, cajas o cualquier otro tipo de material, al final del camino se pone un objeto como meta, posteriormente se le pide a uno de los participantes que observe el camino, después se le venda los ojos y se le dice que a partir del conocimiento previo del camino trate de llegar sin tocar ni tirar ningún obstáculos, mientras tanto el resto del grupo guarda silencio. En la segunda parte de la técnica se pide la participación de otro de los integrantes. Se le venda los ojos y se la da la misma instrucción, sólo que esta ocasión se le pide al resto de los participantes como llegar a la meta.

## Anexo 22

### *“Evaluación del taller”*

**Objetivo:** Evaluación

**Materiales:** Hojas impresas

**Tiempo aproximado de duración:** 20 minutos

Se les entrega a los participantes una hoja impresa con el presente formato y se les da las siguientes instrucciones: Contesta lo que se te indica, tus respuestas ayudaran a enriquecer los futuros talleres.

1.- ¿Te pareció importante el tema de “violencia en el noviazgo”?	¿Por qué?
2.- ¿Qué te gustaría que se modificara en el contenido del taller?	
3.- ¿Qué dinámicas te gustaron más?	

4.- ¿Cuáles son los beneficios y/o conocimientos que adquiriste?	
5.- ¿De la escala del 1 al 10 como evaluarías el trabajo de la coordinadora?	
6.- Comentarios:	

## **Anexo 23**

### ***“Bitácora”***

1.- ¿Cómo me sentí?

2.- ¿Qué aprendí?

3.- ¿Qué puedo mejorar?

## **Cartas Descriptivas**

## Sesión 1: “Presentación”

<b>Objetivo específico:</b> Evaluar el conocimiento que tienen los participantes sobre la Violencia en el Noviazgo			
<b>Objetivo Particular</b>	<b>Actividades (Procedimiento)</b>	<b>Material</b>	<b>Tiempo por actividad</b>
Presentación de la facilitadora	Realización de un gafete con su nombre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarjetas de colores</li> </ul>	10 minutos
Integración del grupo	Realizar la dinámica “La canasta revuelta” (Anexo 1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sillas</li> </ul>	20 minutos
Establecer normas de funcionalidad del grupo	Los participantes proponer las reglas del grupo y anotarlas en un rotafolio, las cuales se tendrán que respetar durante todo el taller	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 pliegos de papel bond</li> <li>• Marcadores</li> </ul>	20 minutos
Aplicar instrumento sobre violencia en el noviazgo	Aplicar el cuestionario “El amor no lo es todo” (Anexo 2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lápices</li> <li>• Gomas</li> </ul>	35 minutos



## Sesión 2: “La violencia y sus características”

<b>Objetivo específico:</b> Conocer que es la violencia, sus tipos y la forma en que se presenta			
<b>Objetivo particular</b>	<b>Actividades (procedimiento)</b>	<b>Material</b>	<b>Tiempo por actividad</b>
Animar a los participantes	Realizar la técnica “El coctel de frutas” (Anexo 3)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sillas</li> </ul>	15 minutos
Identificar el concepto que tienen sobre violencia y sus tipos	Formar 5 equipos, cada equipo definir el concepto de violencia, los tipo de violencia que conocen por medio de la dinámica “Lluvia de ideas”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ninguno</li> </ul>	25 minutos
Detectar las fases que forman el ciclo de la violencia	La facilitadora hace una representación del ciclo de la violencia, al concluir pedirles a los participantes que mencionen las fases que consideren que intervienen en este ciclo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop y cañón proyector</li> </ul>	35 minutos
Retroalimentación de la sesión	Pedirles a los participantes que escriban lo que aprendieron de la sesión y cómo se sintieron	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas y lápices</li> </ul>	10 minutos

### Sesión 3: “Elección de pareja”

<b>Objetivo específico:</b> Enunciar los elementos que intervienen al elegir una pareja			
<b>Objetivo particular</b>	<b>Actividades (procedimiento)</b>	<b>Material</b>	<b>Tiempo por actividad</b>
Aprender a trabajar en pareja	Llevar a cabo la dinámica “El Rally” (Anexo 4), se les pide a los participantes que elijan una pareja con la cual trabajaran esta técnica. Al finalizar la actividad se les hacen las preguntas del (Anexo 5)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Marcadores</li> <li>● Cerillos</li> <li>● Globos</li> <li>● Hojas</li> <li>● Bote de basura</li> </ul>	35 minutos
Revisar los elementos que intervienen al elegir una pareja	La facilitadora explicara los posibles elementos que intervienen en la elección de pareja	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 2 pliegos de papel bond</li> </ul>	25 minutos
Animar a los participantes	Realizar la dinámica “Se murió Chicho” (Anexo 6)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Sillas</li> </ul>	10 minutos
Retroalimentación de la sesión	Pedirles a los participantes que escriban lo que aprendieron en la sesión y como se sintieron en ella	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Hojas y lápices</li> </ul>	15 minutos

## Sesión 4: “Noviazgo”

<b>Objetivo específico:</b> Vivenciar alguna etapa dolorosa en su vida; para posteriormente trabajar el proceso del perdón			
<b>Objetivo particular</b>	<b>Actividades (procedimiento)</b>	<b>Material</b>	<b>Tiempo por actividad</b>
Experimentar el conocimiento de la pareja	Realizar la dinámica “La Naranja” (Anexo 7)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Naranja</li> <li>● Bolsa de plástico</li> <li>● Sillas</li> </ul>	25 minutos
Reconocer una situación dolorosa en su vida	Trabajar con una técnica de relajación (Anexo 8), donde se realiza primero ejercicios de respiración y posteriormente se les pide a los participantes recordar una situación que para ellos les resulto dolorosa, al final compartir como se sintieron	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Sillas</li> <li>● Música de fondo</li> </ul>	25 minutos
Emplear el proceso del perdón	Trabajar con la técnica de relajación “El perdón” (Anexo 9), el cual es complemento de la técnica anterior	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Sillas</li> <li>● Música de fondo</li> </ul>	25 minutos
Retroalimentación de la sesión	Se les pide a los participantes que escriban que aprendieron de la sesión y como se sintieron	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Hojas</li> <li>● Lápices</li> </ul>	10 minutos

## Sesión 5: “Autoestima”

<b>Objetivo específico:</b> Explicar las principales causas que influyen para que se dé una relación destructiva.			
<b>Objetivo particular</b>	<b>Actividades (procedimiento)</b>	<b>Material</b>	<b>Tiempo por actividad</b>
Animación	Realizar la técnica “Quítale la cola a tu compañero” (Anexo 10)	Pañuelos de diferentes colores	15 minutos
Definir las principales causas que llevan a una relación destructiva	La facilitadora llevara cabo una presentación para que identifiquen las principales causas que conlleva una relación destructiva. De las causas expuestas se retoma la autoestima, la cual se trabajara por medio de la técnica “El Iceberg” se le entrega a cada participante una hoja con un iceberg dibujado (Anexo 11)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop y Cañón proyector</li> <li>• Hojas con el Iceberg impreso</li> <li>• Lápices</li> </ul>	35 minutos
Enlistar las características individuales	Realizar la técnica de relajación “Visualizarme como soy” (Anexo 12)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grabadora y música de fondo</li> </ul>	20 minutos

Retroalimentación de la sesión	Pedirles a los participantes que escriban lo que aprendieron durante la sesión y cómo se sintieron durante la sesión	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hojas</li><li>• Lápices</li></ul>	15 minutos
--------------------------------	--	---	------------

## Sesión 6: “Autorespeto”

<b>Objetivo específico:</b> Valorar lo que les haga sentirse orgullosos (as)			
<b>Objetivo particular</b>	<b>Actividades (procedimiento)</b>	<b>Material</b>	<b>Tiempo por actividad</b>
Animación	Llevar a cabo la dinámica “Las Lanchas” (Anexo 13)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ninguno</li> </ul>	15 minutos
Reconocer las propias capacidades y éxitos	Realizar la técnica del “Árbol” (Anexo 14)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas</li> <li>• Lápices</li> </ul>	45 minutos
Retroalimentación de la sesión	Se les pide a los participantes que escriban lo que aprendieron en la sesión y cómo se sintieron	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas</li> <li>• Lápices</li> </ul>	15 minutos

## Sesión 7: “Derechos”

<b>Objetivo específico:</b> Conocer los derechos que tiene como personas dentro y fuera del noviazgo.			
<b>Objetivo particular</b>	<b>Actividades (procedimiento)</b>	<b>Material</b>	<b>Tiempo por actividad</b>
Identificar si en alguna ocasión alguien ha violado sus derechos	Llevar a cabo un ejercicio de relajación para posteriormente trabajar con la técnica “Tú crees que...” (Anexo 15)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ninguno</li> </ul>	25 minutos
Analizar experiencias presentadas en la técnica “Tú crees que...”	Al finalizar la técnica los participantes compartirán el cómo se sintieron en esa actividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ninguno</li> </ul>	15 minutos
Revisar los derechos que como jóvenes tiene, dentro y fuera del noviazgo	Por último se les entrega una hoja impresa con los derechos y obligaciones que tienen los jóvenes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas impresas con los Derechos</li> </ul>	10 minutos
Retroalimentación de la sesión	Se les pide a los participantes que escriban que aprendieron y cómo se sintieron en la sesión	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas</li> <li>• Lápices</li> </ul>	20 minutos

## Sesión 8: “Asertividad”

<p><b>Objetivo específico:</b> Conocer las características de la comunicación pasiva, agresiva y asertiva, como los componentes verbales y no verbales de la conducta asertiva.</p>			
Objetivo particular	Actividades (procedimiento)	Material	Tiempo por actividad
Describir los tipos de comunicación pasiva, agresiva y asertiva	Se realiza una breve exposición nombrando y ejemplificando los tipos de comunicación pasiva, agresiva y asertiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rotafolios</li> </ul>	20 minutos
Ilustrar los tipos de comunicación pasiva, agresiva y asertiva	Después de recibir la información, se les aplica un ejercicio de comunicación “Identificando los estilos de comunicación” (Anexo 16) en donde identifiquen cuales de las oraciones corresponden a los tipos de comunicación antes mencionado.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas con las oraciones</li> </ul>	10 minutos
Enunciar los componentes	Realizar una breve exposición donde se les explique los componentes verbales y no	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rotafolios</li> </ul>	15 minutos



verbales y no verbales de la comunicación	verbales de la conducta asertiva		
Modelar los componentes verbales y no verbales de la conducta asertiva	Se les pide a los participantes que formen equipos de 4 o 5 personas y modelen una situación que se presente de acuerdo al “Aprendiendo a ser asertivos” (Anexo 17), utilizando por lo menos 2 componentes de la conducta asertiva verbal y 2 componentes de la no verbal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas con situaciones impresas</li> </ul>	20 minutos
Animación	Para finalizar esta sesión realizar la técnica “El teléfono descompuesto” (Anexo 18)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ninguno</li> </ul>	10 minutos
Retroalimentación de la sesión	Se les pide a los participantes que escriban lo que aprendieron y cómo se sintieron en la sesión	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas y lápices</li> </ul>	10 minutos

## Sesión 9: “Comunicación”

**Objetivo específico:** Interpretar las habilidades adicionales: dar y recibir cumplidos, expresión de sentimientos y retroalimentar la conducta del otro; así como las habilidades de protección: ignorar selectivamente, desarmar la ira, disculparse y clarificar problemas.

OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDADES (PROCEDIMIENTO)	MATERIAL	TIEMPO POR ACTIVIDAD
Nombrar las habilidades asertivas adicionales	La facilitadora nombrara y ejemplificara las habilidades asertivas adicionales, justificando y analizando su importancia en la relación de pareja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rotafolios</li> </ul>	20 minutos
Emplear las habilidades asertivas adicionales	Se les pide a los participantes que formen equipos de 5 o 6 personas, para que modelen la habilidad adicional que se les asigne “Mejorando nuestra asertividad” (Anexo 19)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas con las distintas situaciones</li> </ul>	20 minutos
Enunciar las habilidades asertivas de protección	La facilitadora enunciara y ejemplificara las habilidades asertivas de protección, justificando y analizando su importancia en la relación de pareja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rotafolios</li> </ul>	15 minutos

<p>Modelar las habilidades asertivas de protección</p>	<p>Se les pide a los participantes que formen equipos de 3 o 4 personas y que modelen la habilidad asertiva de protección asignada “Moldeando nuestra conducta” (Anexo 20)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas con distintas situaciones</li> </ul>	<p>20 minutos</p>
<p>Retroalimentación de la sesión</p>	<p>Se les pide a los participantes que escriban lo que aprendieron de la sesión y cómo se sintieron</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas y lápices</li> </ul>	<p>10 minutos</p>

## Sesión 10: “Evaluación y cierre del taller”

<b>Objetivo específico:</b> Evaluar el conocimiento adquirido sobre la violencia en el noviazgo.			
<b>Objetivo particular</b>	<b>Actividades (procedimiento)</b>	<b>Material</b>	<b>Tiempo por actividad</b>
Reflexionar sobre los obstáculos de la vida	<p>Aplicar la dinámica “El camino al pueblo” (Anexo 21), con la finalidad de reflexionar en los siguientes aspectos:</p> <p>1.- El conocimiento no da las respuestas a todos los problemas que se presentan, sólo sirve de apoyo</p> <p>2.- Los problemas pueden limitar al individuo o impulsarlo a crecer, según lo elija cada persona</p> <p>3.- El ser humano siempre está en constante crecimiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Sillas</li> <li>● Botes</li> <li>● Cualquier objeto que pueda obstruir el camino</li> </ul>	20 minutos
Conclusiones del taller	Concluir el taller dando importancia a la comunicación asertiva y autoestima como	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ninguno</li> </ul>	15 minutos

	fuerce principal para prevenir violencia en el noviazgo		
Evaluar el taller	Entregarles a los participantes la "Hoja de evaluaci3n" (Anexo 22)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas de evaluaci3n del taller</li> </ul>	15 minutos
Reconocer el trabajo de los participantes	Entregarle a cada participante un reconocimiento por su participaci3n en el Taller	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocimientos impresos</li> </ul>	10 minutos
Aplicar el instrumento sobre violencia en el noviazgo	Pedirles a los participantes que contesten nuevamente el cuestionario "El amor no los es todo" (Anexo 22)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuestionario</li> </ul>	25 minutos