



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN RELACIONES TÓXICAS:
¿CÓMO PREVENIR LA VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO?**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADAS EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTAN:
PÉREZ PÉREZ ABIGAIL
VARGAS ABONZA MÓNICA LILIANA**

**DIRECTORA DE TESIS
CLAUDIA IVETHE JAEN CORTES**

**REVISORA DE TESIS
DRA. SOFÍA RIVERA ARAGÓN**

**SINODALES
DR. ROLANDO DÍAZ LOVING
DRA. NOEMÍ DÍAZ MARROQUÍN
DRA. MIRNA GARCÍA MÉNDEZ**

PROYECTO PAPIIT IN307020 “Factores de riesgo psicosocial que afectan la salud física y mental en las relaciones de pareja”.

CIUDAD UNIVERSITARIA, CDMX, 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

A mis padres:

Quienes estuvieron a mi lado acompañándome en cada paso desde pequeña, no sólo con su presencia sino con su amor, paciencia, compañía, comprensión y apoyo incondicional. Agradezco profundamente y con mucho amor, a mi madre y a mi padre por ser quienes sin darse cuenta me impulsaron a seguir adelante cada día, con su ejemplo, cariño, pasión y dedicación por lo que hacen ¡Gracias por todo!

A mi hermano:

A ti, que has sido mi compañero desde pequeño, compañero de aventuras y alegrías, te agradezco por ser un pilar importante para mí en mi vida y cuidar de mí ¡Te quiero mucho!

A mi familia:

Con este gran trabajo culmino mi carrera profesional, estoy tan feliz y orgullosa pues concluye un largo caminar de desvelos, esfuerzo y trabajo, gracias por alentarme a seguir adelante y confiar en mí; este agradecimiento va también de aquí hasta el cielo, para esas personas especiales que hoy no están con nosotros ¡Gracias por su cariño y apoyo!

A mis amigas y amigos:

Por estar para mí en este recorrido, desde el inicio de la carrera y hasta el final, gracias a quienes me incentivaron a no darme por vencida y darme ánimo cuando más lo necesitaba. Les quiero mucho y les valoro.

A Lily:

Por elegir recorrer este camino conmigo y realizar este gran trabajo, desde el inicio; por este proceso que tanto nos retó y con el que culminamos una parte importante de nuestras vidas, siendo un gran pilar nuestra amistad.

A mi directora de tesis:

Gracias por confiar en mí y por alentarme a ser una mejor profesional, por impulsarme y apoyarme desde el inicio hasta el final de este gran trabajo, por su presencia, paciencia, compañía y por todo el conocimiento que me brindo en cada paso de la recta final de mi formación profesional ¡Con mucho cariño le agradezco por no soltarme y retarme a superarme!

Abigail Pérez Pérez

Agradecimientos

A mis padres:

Quiénes siempre me llenaron de amor y tenacidad ante los obstáculos. Quiénes me educaron e hicieron de mí una persona respetuosa y disciplinada. A los que nunca me negaron nada y siempre me motivaron a ir por más, a superarme y ser un buen ejemplo para mi familia y la sociedad. Por darme todas las herramientas que estaban en sus posibilidades he incluso más allá de ellas. Por darme un excelente ejemplo de unión, amor e incondicionalidad. No lo habría logrado sin ustedes. Todo mi amor, admiración y agradecimiento, ¡Los amo!

A mi hermano:

Por dejarme guiar tu camino y enseñarme tanto sobre el amor.

A mis abuelos:

Por darme una familia tan amorosa y unida. Por inspirarme con su respeto hacia los demás y su gran conocimiento. Me encantaría que estuvieran conmigo en este momento. A mi abue Elena, por ser la única representante de esta generación y seguir guiando mis decisiones. Por tu amor y cariño siempre. ¡Gracias!

A mi familia:

Por siempre confiar en mí y apoyar mis más grandes locuras. Por quererme y dar siempre lo mejor de ustedes.

A los que partieron antes:

Para mis tíos, abuelos y mi nana querida. Perderlos durante este proceso fue muy difícil, pero sé que ustedes habrían querido lo mejor para mí. Sigán guiando me y dándome fuerzas para las siguientes etapas de mi vida. Los recuerdo con mucho amor y respeto.

A mis amigos:

Por no dejarme sola y siempre motivarme y exigirme más en los momentos más difíciles.

A mi novio:

Por todo su amor y paciencia en este proceso. Por darme fuerzas cuando yo no las tenía. Por siempre ofrecer su ayuda y por creer en mí.

A Abi:

Por ser mi amiga, confidente y compañera durante todo este proceso, por exigir más de mí y no dejarme vencer. ¡Te quiero!

A mi directora de tesis:

Quién confió en este proyecto desde el primer momento y nos ayudó hasta en lo más mínimo. Por resolver nuestras dudas una y mil veces y por su paciencia y sabiduría.

Mónica Liliana Vargas Abonza

ÍNDICE

Resumen	1
Introducción	2
Capítulo 1. Relaciones de Pareja	4
Enamoramiento	4
Etapas del Enamoramiento	7
Noviazgo	10
Tipos de Noviazgo	13
Etapas de noviazgo	15
Etapa 1 - Atracción	16
Etapa 2 - Incertidumbre	16
Etapa 3 - Exclusividad	17
Etapa 4 - Intimidad	17
Etapa 5 - Compromiso	17
Amor y Tipos de Amor	18
Capítulo 2. Violencia en el noviazgo	25
Violencia en el noviazgo	25
Tipos de Violencia	28
Ciclo de la Violencia	32
Violencia en el Noviazgo	36
Identificación de la Violencia	39
Magnitud de la Violencia en el Noviazgo	42
Modelos Explicativos de la Violencia	48
Teoría del Aprendizaje Social	48
Teoría del Apego	49
Modelo Feminista o de Género	52
Teoría de Buss y Perry	52
Modelo de Procesamiento de Información Social de Crick y Dodge	53
Modelo Psicopatológico	54
Modelo Sociológico-Antropológico	54
Teoría Cognitivo-Social	54
Modelo de la Violencia de Mackal	55

Modelo de Agresión General (GAM)/ Modelo de Aprendizaje General.	56
Modelo Ecológico de la Violencia	57
Causas de la Violencia	59
Factores de Riesgo	59
Problemas que Interfieren en la Relación de Noviazgo	75
Estereotipos y Roles de Género	75
Dominio y Poder	78
Celos	80
Consecuencias de la Violencia	81
Salud Física	84
Salud mental	84
Salud reproductiva	86
Repercusiones económicas	87
Repercusiones Escolares	88
Repercusiones Sociales	88
Prevención de la Violencia en el Noviazgo	89
Factores Protectores	90
Sugerencias Para la Prevención e Intervención	110
a. Guía del Taller Prevención de la Violencia en el Noviazgo (Gobierno Federal, 2012)	112
b. Manual del Taller: Noviazgo Entre Adolescentes (Instituto Aguascalentense de las Mujeres (IAM, s.f.), Dirección de Educación y Fomento Productivo)	113
c. Amores Chidos. Guía Para Docentes: Sensibilización, Prevención y Atención Básica de la Violencia en el Noviazgo con las y los Jóvenes (IMJUVE, 2008b)	113
d. Prevenir la Violencia en el Noviazgo: Taller Dirigido a Jóvenes de Entre 15-24 Años en el DF (Corona, 2010)	114
e. Evaluación de un Programa de Prevención de la Violencia en el Noviazgo Adolescente: Un Aporte Desde La Licenciatura en Educación Para la Salud (Flores & Rodríguez, 2015)	114
f. Escuela para novios, DIF Jalisco (2012)	115
Capítulo 3. Método	116
Intervención Psicológica Para la Prevención de la Violencia en el Noviazgo	116
Planteamiento del problema	116
Justificación	116
Pregunta de Investigación	117
Objetivo General	117

Objetivos Específicos	118
Participantes	119
Instrumentos	120
Procedimiento	121
Capítulo 4. Resultados	122
Análisis cuantitativo	122
Análisis Cualitativo de Respuestas Pre-test	124
Análisis Cualitativo de las respuestas Post-test	126
Resultados de Escala de Satisfacción	132
Capítulo 5. Discusión	139
Conclusiones	143
Referencias	147
ANEXO 1	160
Sesión 1. Introducción a la intervención	160
Sesión 2. Enamoramiento y Noviazgo.	161
Sesión 3. Problemas en las Relaciones de Noviazgo.	162
Sesión 4. Violencia en el Noviazgo y Cómo Identificarla.	163
Sesión 5. Comunicación y Factores de Protección en el Noviazgo.	164
Sesión 6. Identificando Mis Emociones y su Relación con el Autoestima.	165
Sesión 7. Cierre del taller.	166

Resumen

La violencia en el noviazgo (VN) tiene una magnitud alta, tiene consecuencias negativas en la calidad de vida, la salud física y mental, así como en el bienestar (Ackard, Eisenberg, & Neumark-Sztainer, 2007; Cárdenas, et al., 2013); es un problema frecuente y significativo entre los estudiantes universitarios (Iconis, 2013), por lo que el propósito de este estudio fue instrumentar una intervención psicológica grupal para prevenir conductas de violencia en el noviazgo en estudiantes universitarios. Colaboraron de manera voluntaria, confidencial y anónima 12 estudiantes de educación superior, dos hombres y 10 mujeres con edades entre 18 a 33 años. Se utilizó el instrumento Violencia doméstica: Frecuencia y Percepción (VIDOFyP) de Mendoza y Trujano (2003) con adecuadas propiedades psicométricas. El estudio abarcó seis sesiones grupales psicoeducativas en las que se abordaron los temas: enamoramiento, noviazgo, violencia de pareja, factores de riesgo y protectores (i.e. estereotipos, celos, poder, autoestima, comunicación) y valores en el noviazgo (i.e. respeto). Se realizó un análisis no paramétrico con la prueba *t* de Wilcoxon para muestras relacionadas. Los resultados señalan que no existen diferencias estadísticamente significativas antes y después de la intervención en la percepción y frecuencia de la violencia de pareja. En adición, se aplicó un cuestionario para conocer las opiniones y conocimientos sobre los temas que se abordaron. En general, se observa una mayor sensibilización en los participantes sobre la prevención y erradicación de la VN.

Palabras clave: violencia de pareja, relaciones románticas, prevención, estudiantes universitarios.

Introducción

La violencia en el noviazgo (VN) es un problema social. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2003) este problema de salud pública ha afectado a tres de cada diez personas, sin embargo, no se denuncian estos actos, porque se confunden con conductas de afecto y amor.

El ser humano es un ser social que interactúa con quienes lo rodean, crea vínculos y establece diferentes tipos de relaciones. Durante la adolescencia y la juventud se establecen vínculos afectivos con otras personas que no sólo involucran a la familia o amigos, pues también forman relaciones de pareja que pueden ser íntimas y serias.

La formación y duración del noviazgo puede llevar al matrimonio o el concubinato, sin embargo, la convivencia cotidiana con la pareja puede desencadenar conflictos, que requieren comunicación, negociación y comprensión para el establecimiento de límites y acuerdos basados en el respeto mutuo, de lo contrario, se pueden ejercer conductas violentas, que resultan de la práctica de estereotipos y roles de género adquiridos a través de la endocultura, pero que se refuerzan de manera cotidiana. A lo largo del tiempo se ha investigado el tema de la violencia de pareja, sobre todo la marital y con poco énfasis en la VN en jóvenes universitarios.

La frecuencia de casos de VN puede ser más elevada que la marital; este panorama en la actualidad ha despertado el interés y la preocupación de la comunidad social, educativa y académica sobre un problema que afecta a muchos jóvenes y estudiantes en el país y en todo el mundo. Por eso se considera que trabajar desde la etapa de la juventud en talleres de prevención es un pequeño aporte para promover noviazgos más saludables.

Las relaciones románticas donde existen actitudes y conductas hostiles son aquellas que impiden el crecimiento, son dañinas y perjudiciales para la estabilidad física y mental; la mayoría de las veces las relaciones nocivas son consecuencia de la dependencia emocional, es decir, existe una necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra. El trabajo de Garbarino (1995) sobre toxicidad social definió los riesgos como la violencia, la pobreza, la separación de la familia, el trauma, la depresión y la alienación como agentes contaminantes que generan una toxicidad que envenena el contexto social en el que los individuos se desarrollan. La toxicidad social puede verse

como un tipo de vulnerabilidad que evoluciona y posiblemente se multiplica a medida que la situación se desarrolla.

La salud pública se ha visto afectada por los diversos problemas que la violencia deriva, específicamente en las relaciones de pareja. Por lo que se considera una problemática importante para atender a nivel de prevención en jóvenes universitarios.

Se consideró realizar la presente investigación con estudiantes del nivel superior por los riesgos a los que están expuestos en el ámbito académico y profesional, así como para reducir la vulnerabilidad de incurrir en conductas violentas dentro de las relaciones de noviazgo, se pretende fomentar la conciencia personal sobre la importancia de la prevención de violencia en el noviazgo, adoptando las estrategias proporcionadas.

El presente trabajo se divide en cinco capítulos, que están enfocados en describir la problemática y en sugerir un programa de intervención diseñado a partir de las necesidades encontradas en la población universitaria. En el primero, se presenta una revisión sobre la pareja y las características de las relaciones de noviazgo, como el enamoramiento y sus etapas.

En el segundo capítulo se aborda la VN, así como su definición, tipología, ciclo, modelos teóricos, manifestaciones y la magnitud con la que se presenta en los jóvenes (reportada a nivel nacional y mundial por diversos estudios que abordan la problemática). Se analizan las causas y los factores de riesgo, así como las consecuencias físicas, psicológicas, académicas y sociales que ocasiona. También se hace una revisión teórica sobre programas de intervención propuestos en México.

En el tercer capítulo se describe el método y desarrollo del taller para prevenir la violencia en el noviazgo. Se mencionan las características de los participantes, los instrumentos y los procedimientos, así también se describen las sesiones. En el capítulo 4 se muestran los resultados. Se llevó a cabo un análisis cuantitativo y cualitativo, de la aplicación de dos instrumentos que se utilizaron para la recolección de la información sobre la variable de interés antes y después de la instrumentación del taller. Finalmente, en el capítulo 5 se presenta el análisis y contraste de los resultados con la literatura científica.

Capítulo 1. Relaciones de Pareja

Enamoramiento

En la mayoría de los casos, una relación de noviazgo comienza con el enamoramiento que es el primer momento de interés para acercarse a una persona, es el estado de ánimo que puede ser desencadenante de la experiencia amorosa hacia otra persona para así establecer posteriormente una relación de noviazgo (Gobierno Federal, 2012), es de carácter transitorio, se considera el enamoramiento como algo necesario para el noviazgo por la exclusividad y la intimidad que se genera en este periodo.

El enamoramiento se puede definir como un estado mental alterado en el cual hay una distorsión de la realidad ya que esta se sustituye por una total idealización del otro. En el enamoramiento se borra la objetividad, los defectos en el otro no existen y una persona común pasa a ser lo más agradable, gracioso, vivaz, inteligente, culto, brillante, hermoso, sincero, honesto y todas las virtudes que existen, ven al otro como un ser perfecto. El enamoramiento es un estado de ánimo, un desencadenante de la experiencia amorosa, este sentir puede ser compartido o no por la otra persona (Sistema Nacional para el desarrollo integral de la familia [DIF Jalisco], 2012, p. 53).

Desde el ámbito social, el enamoramiento es el estado naciente de un movimiento colectivo entre dos (Corona, 2010), por otro lado, científicamente se dice que es un proceso bioquímico que inicia en la corteza cerebral, pasa a las neuronas y de allí al sistema endocrino, dando lugar a respuestas fisiológicas intensas; parece ser que sobreviene cuando se produce en el cerebro una sustancia conocida como feniletilamina, que es parte de la familia de las sustancias llamadas anfetaminas. Cuando la feniletilamina comienza a producirse en el cerebro, éste responde secretando dopamina, así como norepinefrina y oxitocina: neurotransmisores asociados a la sensación de bienestar, placer y euforia, por lo anterior esta etapa del enamoramiento se vuelve muy gratificante, el pensamiento hacia esa persona se vuelve insistente y se tiene el deseo de estar la mayor parte del tiempo juntos (Gobierno Federal, 2012; Ramírez-Morán, 2013).

Desde una perspectiva psicológica, se ha encontrado que no es casualidad que una persona sienta atracción por otra, “sino que los individuos construimos desde pequeños una mapa mental - o dicho de otro modo- un modelo o molde a través de circuitos cerebrales que determinan de quién nos vamos a enamorar” (Ramírez-Morán, 2013, p. 29), esto indica que conforme vamos creciendo a través del tiempo, nuestros aprendizajes y las asociaciones a experiencias fortuitas, vamos formando un patrón con rasgos y características ya preestablecidas de pareja ideal .

El enamoramiento es muy común entre los jóvenes, en la mayoría de los casos comienza con la atracción física. Por todas las sensaciones que experimentan, piensan que es el amor de su vida, provocando que tomen decisiones no racionales, es decir, se basan en lo que sienten y esto puede provocar consecuencias negativas, sin embargo, si los jóvenes enamorados se dan la oportunidad de conocerse podrán aceptar a la pareja como es, esta etapa no tiene que desequilibrar, al contrario los puede acercar más a ser personas auténticas y lo preparadas plenamente para vivir la siguiente etapa, la cual se abordará más adelante.

En el enamoramiento suceden cambios a nivel fisiológico y cognitivo en la persona enamorada, los cuales pueden experimentarse como algo muy placentero y agradable pero también pueden hacer que conductas de alarma o focos rojos para el desarrollo de la violencia en pareja, pasen desapercibidos. Algunas de las características del enamoramiento son:

- Sudoración, pulso acelerado, aumento de la presión arterial, taquicardia, dolor y/o ansiedad en el estómago por la producción elevada de adrenalina y noradrenalina que provoca el hipotálamo.
- Necesidad de estar con la persona.
- Idealización de la persona.
- Atribución de cualidades, evitando la crítica.
- Agradar a la persona amada se convierte en prioridad.
- Se cambian los comportamientos habituales, se imitan los de la otra persona.
- Distorsión en la percepción del tiempo.
- Pensamientos recurrentes de la persona de la que se está enamorado.
- Ansiedad de estar junto a ésta, al estarlo no querer separarse.

- La persona por lo cual siente atracción, se vuelve el centro de atención, el resto del mundo desaparece total o parcialmente.
- Se pierde la noción de las propias necesidades.
- La realidad queda distorsionada, solo se ve lo que se quiere ver, aunque delante de sus ojos se presente todo lo contrario.
- Querer complacer a la otra persona en todo para satisfacer sus gustos.
- Interés por impresionar no sólo en regalos e invitaciones, también en sí mismo, puede cambiar su vestuario y adoptar hábitos que exceden sus posibilidades económicas.
- Euforia desmesurada, una felicidad constante por lo que es común tener una sonrisa permanente o reír a carcajadas ante cualquier cosa.

El enamoramiento apasionado tiene una duración de entre los primeros seis meses a tres años de la relación, en este momento la química de nuestro cuerpo cambia (Latapi, 2019). Como se mencionó anteriormente el enamoramiento es transitorio “puede llegar a durar semanas o meses” (DIF Jalisco, 2012), cuando termina esta etapa, termina la fantasía por lo que se ven las cosas de manera real y puede que se desarrolle el amor en la pareja e incluso haya una relación de noviazgo si el enamoramiento es correspondido o puede que todo acabe al terminarse el encanto, porque el verdadero amor se fundamenta en la realidad.

Se considera al enamoramiento como una condición vulnerable para que el fenómeno de la violencia aparezca, se normalice y/o justifique en las parejas, por todos los efectos y cambios ya mencionados. Cuando se está enamorado se desarrolla la posibilidad de cambiar por el otro, ya que el sujeto de amor ha de convertirse en alguien diferente a todos los demás, pasa de ser un sujeto común para tener un valor absoluto.

Nos preguntamos si no es acaso esta susceptibilidad y tendencia al cambio –por, para y desde el otro- un indicio o bien una condición generativa entre tantas, de lo que puede darse como normalización y predisposición, en entornos cultural y socialmente afectados, a relaciones violentas entre jóvenes. Esta última reflexión se habilita aún más, cuando es sabido que el enamoramiento es más frecuente en los jóvenes ya que una de las características de estar enamorado tiene que ver con la insatisfacción de lo que se tiene y de lo que se es. Por ello, los jóvenes, al estar en condición de vulnerabilidad, son

inmensamente más inseguros. El enamorarse se convierte en una manera de apropiarse de algo (Ramírez-Morán, 2013, p.33).

Esto imposibilita al individuo de la capacidad de reconocer y señalar todo aquello que puede transgredir su integridad física, moral y emocional potenciando las posibilidades de padecer una relación de noviazgo donde exista la violencia.

A continuación, se mencionan las etapas del enamoramiento.

Etapas del Enamoramiento

Corona (2010) propone que para comprender el proceso del enamoramiento resulta necesario conocer todas las etapas por las que atraviesa el ser humano para enamorarse; pues la persona de la que se enamora el sujeto no es cualquiera, sino un individuo en particular el que llama su atención. Las seis etapas que retoma Corona (2010) son las propuestas por el sociólogo Alberoni (En Corona, 2010) en su libro “El misterio del enamoramiento”, las cuales son:

Antecediendo la primera etapa se considera que el individuo antes de enamorarse padece un estado de tensión creciente, de insatisfacción. Tiene la impresión de vivir de modo falso e inauténtico, se siente sofocado, prisionero, e incluso deprimido, no le encuentra sentido a su existencia.

Pero si de pronto surgiera la persona en la cual encuentra la posibilidad de un enamoramiento (flechazo), el individuo entra al estado naciente, en donde vive una excitante experiencia de liberación, en donde se vuelve a llenar de energía (Corona, 2010, p. 51).

La Primera Etapa es el Estado Naciente. Es la primera fase del enamoramiento, donde se destruye la estructura que sofocaba a la persona, se inicia una nueva forma de vida con una perspectiva más abierta en donde se siente la persona entusiasta, llena de energía y esperanza; surge el movimiento colectivo en donde los individuos sienten que tienen una afinidad profunda en el presente y en el futuro en cuanto a sus metas y destino; todo ello por qué viven la misma experiencia de renacimiento en donde tienen el mismo impulso, la misma intensidad vital,

haciéndolos sentir que encontraron a su alma gemela. Dentro de esta etapa tienden a identificarse el uno con el otro, a fundirse, a formar una colectividad compacta, que los une y puede llevar al amor.

La Segunda Etapa es la Fascinación o el Flechazo. Es parte del proceso del enamoramiento sin llegar a su totalidad, aquí se presenta una atracción súbita, una fascinación y por consiguiente un flechazo en donde las parejas en muchas ocasiones se confunden y creen estar totalmente enamoradas asociándolo con un amor a primera vista, cuando en realidad lo que hay es una atracción profunda, se piensa obsesivamente en la otra persona por algunos días y parece reforzarse la idea de que es su alma gemela, sin embargo conforme se van dando los encuentros el encantamiento en ocasiones se desvanece o disminuye. La persona puede seguir gustándole, pero ya sin la sensación de revelación de un primer momento.

Con frecuencia las personas confunden la fascinación con el enamoramiento, hay quienes afirman poder estar enamorados de dos personas, pero en realidad se trata del proceso de búsqueda y exploración para la pareja adecuada. Hay quienes se convencen de estar enamorados y se empeñan en una relación que se deteriora en poco tiempo.

La Tercera Etapa es de Quién Nos Enamoramos. Ahora surge la inquietud de conocer qué nos atrae del otro de manera profunda. La pareja hasta entonces simboliza su proceso de liberación, la hace sentir que puede satisfacer sus deseos más intensos, le ayuda a mostrar a dónde puede o quiere ir, se convierte en la puerta insustituible para entrar al mundo nuevo. Aquí se está “enamorado de la persona que le comunica con señales, símbolos, como crecer, como realizar nuevas posibilidades. Que le de orientación, apoyo, confianza y que responda a las necesidades internas, a las presiones que la sociedad ejerce” (Corona, 2010, p. 53). Se elige a la pareja que aparece en el momento oportuno, porque parece idónea para apoyar en los problemas actuales llenando de sueños y esperanza su vida.

La Cuarta Etapa es el Misterio del Otro. Al iniciar el proceso de enamoramiento surge el deseo de conocerse, sin embargo, si se está en la relación solo por placer y se queda satisfecho con la presencia del otro sin interés por su vida, entonces no hay enamoramiento. En esta etapa saber y conocer todo acerca de la vida de la pareja, cautiva, emociona e intriga, cosas como: quién

es, sus características, qué está haciendo en este momento, en dónde estará, qué ha hecho en su pasado, etc., pues las cosas solo del presente ya no son suficientes, la pareja es atraída inevitablemente a buscar en su pasado y en el posible futuro si así fuera. Todo ello ayudará a comprender cuales son los aspectos que los atrajeron a la persona amada y poder avanzar a la siguiente etapa.

La Quinta Etapa es Fusión e Historiado. Aún cuando solo es una posibilidad inicial se proyecta enseguida sobre el futuro, sobre una intimidad total, sobre una comunidad formada por dos. El enamorado le habla de sí mismo al otro con el fin de conocerse, reflejar sus objetivos y metas y así saber si son compatibles o se complementan con las del otro. A partir de esto se construye una nueva identidad colectiva, en la que se interioriza al otro, sin perder la esencia de cada uno.

Existen dos actitudes sobre cómo percibir el pasado, que ayudan a comparar una actitud constructiva de una destructiva. En la mirada destructiva se continúa rumiando obsesivamente el trauma y/o el error cometido; todo lo que hace se contamina continuamente con recuerdos y remordimientos que quitan la alegría de vivir el presente, es el impulso para enfrentar el futuro. Desde la mirada constructiva el enamorado vive feliz el presente, está abierto al futuro, vuelve a su pasado sólo para saber quién era y que quiere ser; recuerda sus dolores, alegrías y sueños para analizarlos, para no cometer los mismos errores, anula experiencias negativas, y así poder construirse como un ser nuevo y construir un nuevo futuro, aquello es el historiado. Para complementarse con la persona amada, no solo se debe compartir el presente, también se requiere compartir el pasado. Entender sus diferencias y comprender al otro, llevará a la pareja a la mutua aceptación.

La Sexta Etapa es la Creación del Proyecto. Desde la etapa anterior los dos enamorados comienzan a hablar de sus proyectos, sueños y deseos, por consiguiente, comienzan también a pensar cómo organizar su vida futura, qué probabilidad tienen a futuro ya que cada uno tiene sus propios sueños, deseos y necesitará apoyo para realizarlos. La pareja se esfuerza por lograr ser ese apoyo y también se presiona por realizar lo que desea, “sólo la extraordinaria plasticidad generada por el estado naciente permite a ambos cambiar y adecuarse recíprocamente sin vivirlo como una renuncia, sino como la finalidad de dar” (Corona, 2010, p.56), siendo cautelosos para evitar caer

en conflictos que puedan producir una ruptura irreparable. Así, compartiendo sobre sí mismos y lo que desean hacer, es cómo en el enamoramiento se construye un proyecto común y colectivo, en el cual se afrontan problemas y se toman decisiones, donde de ser necesario se acordará la ruptura

Se considera relevante conocer las etapas del enamoramiento anteriormente descritas, ya que como Alberoni (en Corona, 2010) menciona, los jóvenes pueden llegar a confundir alguna de estas etapas con amor, permitiéndose así permanecer en una relación perjudicial.

Noviazgo

Una de las formas más comunes de relación interpersonal es el noviazgo, esto debido a que conlleva un proceso de interacción en el que se encuentran inmersas convivencias, dependencias y un compartir de tiempos y espacios (Amarre, 2019).

El noviazgo es una etapa de búsqueda y experimentación que se da entre dos personas que se sienten atraídas mutuamente en determinado tiempo y espacio a lo largo de la vida; donde ambas partes deciden compartir experiencias con una carga afectiva y erótica, estableciendo un vínculo. Es una relación diádica que involucra una interacción social, el tiempo de duración es indefinido, puede terminar en cohabitación, matrimonio o en ruptura; cabe destacar que la satisfacción de necesidades emocionales y afectivas, no sólo sexuales, hace que las relaciones se prolonguen. “El noviazgo supone una relación afectiva e íntima entre dos personas (tradicional, pero no necesariamente, del sexo opuesto), por lo general jóvenes que sienten atracción física y emocional mutua y que sin cohabitar buscan compartir sus experiencias de vida” (Castro & Casique, 2010, p. 17).

Amarre (2019) retoma a Villaseñor-Farías quien menciona que el concepto de noviazgo ha ido cambiando a lo largo de los años, ya que era un periodo considerado como la etapa prematrimonial, sin embargo, en la actualidad, los jóvenes establezcan una mayor cantidad de relaciones de noviazgo sin que estas tengan necesariamente como objetivo final el matrimonio.

El noviazgo propiamente no es un estado civil, por lo que socialmente una de sus principales características es el contar con cierto grado de libertad en el compromiso (Flores &

Rojas-Solís, 2013). “El noviazgo es significado por los jóvenes en términos de compromiso, confianza y trascendencia en el tiempo. Una relación de poco tiempo no sería un noviazgo, además no posibilitaría el desarrollo de interacciones, sentimientos y emociones que generen intimidad” (Blandón & López, 2016, p.510).

En ese contexto el noviazgo representa una oportunidad de conocer a la otra persona y reafirmar la propia identidad y autoestima, así como la satisfacción de diversas funciones socioafectivas como conocerse, pasarla bien, disfrutar, impresionar a los amigos, reafirmar la identidad femenina o masculina, explorar o reforzar la preferencia sexual, enamorarse, platicar, compartir alegrías y sufrimientos (Flores & Rojas-Solís, 2013, p. 125).

Dentro de esta vivencia como menciona Vargas (s/f), se van reproduciendo, en mayor o menor medida, las normas y prácticas que se ejercen e intervienen durante el noviazgo, sus redefiniciones y negociaciones (tradiciones, papeles, estereotipos, roles), así como constituyéndose las formas de relacionarse y de aprender a vincularse con la otra o el otro, las cuales direccionan el rumbo de la relación.

Actualmente las relaciones de noviazgo se han ido transformando con las nuevas condiciones sociales, económicas, demográficas y culturales, sin embargo, las bases que consolidan una relación siguen siendo igual de importantes, aunque los jóvenes en ocasiones no las tomen en cuenta; con ello nos referiremos a la comunicación (donde interfieren las tecnologías y los medios de comunicación), los valores y el concepto del amor. Como es de suponerse, en este contexto de grandes cambios, el amor ya no es necesariamente el elemento fundador en el noviazgo de los jóvenes, la relevancia del matrimonio ha disminuido y también existe una mayor apertura en la actualidad a la inclusión de las relaciones sexuales como parte del noviazgo (Castro & Casique, 2010).

En la mayoría de los casos, la manera en que los jóvenes llevan a cabo la socialización, el establecimiento de relaciones y la asimilación de los cambios que han tenido que enfrentar en la modernidad está directamente relacionada con su familia de origen y la forma como ésta los educa

en la actualidad. Asimismo, las expectativas que tienen los jóvenes de una pareja, tienen influencia de las experiencias de identificación con la familia (Blandón & López, 2016) y por ende la familia que quieren formar si es el caso, todas estas interacciones que se dan en el noviazgo pueden predecir cómo sería una familia, si se prosiguiera con el matrimonio o la cohabitación.

Si bien en la actualidad se presentan nuevas maneras de crear y estar en pareja en relaciones cortas, los jóvenes se encuentran inmersos en el discurso cultural actual; esas mismas características de la contemporaneidad como lo son la incertidumbre, transitoriedad y la individualidad empujan a los jóvenes hacia la búsqueda de lazos sólidos y estables donde haya compañía, felicidad y apoyo en el noviazgo. Por ello recientemente:

“En los últimos años varios grupos de psicólogos han descubierto que entre los ingredientes que dan mayor solidez a una relación de pareja por un tiempo considerable son la comunicación, el compromiso, la confianza, la intimidad y la celebración de los momentos importantes para uno de los miembros, más que el apoyo en situaciones desfavorables.” (Camacho, 2011, p 14).

Las funciones del noviazgo pueden ser diversas, en primera instancia es el deseo de conocer y compartir con la pareja, a medida que la relación avanza, los intereses y las funciones crecen o se amplían. Esto también difiere en cada relación que se establezca, incluso puede cambiar la situación al cambiar solo de pareja, porque habrá relaciones que crezcan y se fortalezcan a medida que pasa el tiempo y otras irán decayendo, volviéndose desagradables. Durante este proceso se tendrán que ir tomando decisiones en torno a la relación de noviazgo establecida, ya que se busca que se cubran necesidades dentro de la relación para alcanzar el compromiso y la estabilidad buscadas siendo estas un factor importante para consolidar la propia identidad al desarrollar responsabilidad, compromiso y una mayor capacidad para amar (Flores & Rojas-Solís, 2013).

En el caso de los jóvenes universitario, Flores y Rojas-Solís (2013) mencionan que, en esta etapa, las relaciones se centran en la intimidad, recreación, socialización o compañía. Conforme los jóvenes van adquiriendo madurez lo que se relaciona con una mayor edad, el noviazgo se suele volver más serio y estable, con mayor intimidad en un contexto de seguridad y apoyo, asimismo

existe una mayor posibilidad de conflictos, comportamientos agresivos y dinámicas basadas en el dominio y poder (Flores & Rojas-Solís, 2013).

El noviazgo es una etapa de la vida que debe vivirse con seriedad y compromiso ya que de la manera en cómo se vive un noviazgo se vivirá el matrimonio, si desde el noviazgo se acepta infidelidades y maltratos el matrimonio estará lleno de este tipo de actitudes ya qué se permitió, por eso es necesario que se busque vivir una relación amena, llena de respeto y confianza, donde puedan ser realmente auténticos. (DIF Jalisco, 2012, p. 7).

Es muy importante que durante la etapa del noviazgo los integrantes de la pareja se conozcan verdaderamente; ya que se enfrentan a la compenetración de dos personas y por ende a establecer el equilibrio, en donde cada uno tiene una historia, un pasado, una familia, costumbres y tradiciones, una profesión u ocupación, metas y proyectos, una personalidad, sus criterios, un carácter, gustos, una manera de ver el mundo, pensamientos, emociones y acciones, en las que podrán coincidir o diferir. Estas no solo intervendrán en el presente, sino que sus propios pasados influyen e impactan en la construcción de su futuro.

La etapa del noviazgo permite dar madurez y adaptación a ambas partes, así como un aprendizaje del autocontrol, manejo de emociones, impulsos sexuales y agresivos, que todos los seres humanos presentamos; de lo contrario al no trabajar estos aspectos, se desencadenaran relaciones de pareja perjudiciales en diferentes ámbitos, que llegan a ser destructivos.

Tipos de Noviazgo

Existen muchos tipos de noviazgos, algunos se viven sólo como un juego y no se toman en serio; otros son muy cercanos y profundos. Cada relación es diferente y tiene sus particularidades, algunas serán funcionales y otras disfuncionales. El manual del Instituto Aguascalentense de las Mujeres (IAM) (s.f.), describe nueve tipos de noviazgo que suelen darse entre jóvenes y adolescentes, dentro de los cuales el interés, comunicación, forma de relacionarse y estilo cambian:

- “El madrugador”, el cual se refiere a aquellos novios que comienzan una relación de noviazgo a edades muy tempranas (entre 15 y 18 años), en donde les falta una inmensidad

de tiempo para casarse dentro de lo esperado, aún les falta terminar sus estudios básicos, una carrera y trabajar; suelen ser noviazgos muy largos de cinco a nueve años lo que puede ser perjudicial, cayendo en la monotonía y el aburrimiento, ya que las personas se brincan etapas personales a las que más tarde querrán regresar.

- “El nada que ver”, en donde la pareja de novios comenzó únicamente por una atracción física (superficial) pero no tienen nada en común, ni costumbres, creencias, religión, educación, clase social, puntos de vista, amistades, etcétera. Incluso piensan diferente respecto a cuestiones importantes como el respeto o noviazgo, la pareja no posee la disposición de desarrollar interés en común donde no se puede dar la convivencia.
- “El derrama-miel”, es una etapa presente al inicio de todas las relaciones, pero aquí continúa, aunque ya lleven incluso meses juntos como novios, solamente se ven para tocarse, besarse y “sentir bonito”, aún no han hablado entre los dos ni se conocen con profundidad, tienen solamente atracción sexual y no les interesa lo que piensa el otro.
- “El masoquista”, es el tipo de relación donde los novios se pelean más tiempo del que están en paz y aun así siguen juntos. No pueden entablar conversación sin que esta termine en una discusión, se la pasan gritando y lastimándose para luego reconciliarse, existe en ellos una constante sensación de infelicidad.
- “El superhéroe”, es la relación en donde uno de los dos cree ser la salvación del otro, sucede cuando una persona se enamora de alguien con problemas físicos o emocionales y la pareja quiere resolverlos ayudándolo a sentirse mejor consigo mismo. Aquí muchas veces se tiene la creencia de que el amor lo cambiará todo.
- “El amiguero”, ocurre cuando una persona trata a su pareja como si fuera uno más del grupo de amigos. Nunca tiene tiempo para él/ella porque prefiere salir con sus amigos, y si la pareja se molesta, éste argumentará que no tiene libertad, que solo quiere controlarlo diciendo que necesita su espacio por ende la pareja aguanta el convivir con sus amigos ya que no hay otra forma de pasar tiempo juntos.
- “El peor es nada”, es el tipo de noviazgo que comienza a raíz de que todos los amigos tienen pareja y para no quedarse solo, decide salir con la primera persona que se encuentra, lo cual no es lo más adecuado ya que no hay un interés personal ni físico.
- “El carcelero”, es el tipo de relación en donde la pareja vigila a su novio/a todo el tiempo, monitoreando qué hace, dónde y con quién está, controlando sus amistades incluso como

se viste, mostrándose inseguro y celoso; amenaza con dejarlo/a si no hace lo que le pide o quiere.

- “A todo dar”, es el tipo de noviazgo ideal, ya que es desinteresado, sincero, respetuoso, leal, maduro, alegre, donde se siente libre, hay confianza y fidelidad. Se preocupan mutuamente por sus problemas y se alegran de sus éxitos como si fueran suyos, es el noviazgo donde ambos se ayudan a ser mejores, conocen los defectos del otro, pero los aceptan y luchan por convertirlos en cualidades. Se atraen física y emocionalmente, su comunicación es excelente, tienen planes y proyectos que los involucran a ambos.

Como el IAM (s.f) menciona, existen muchos estilos de noviazgo, algunos de ellos son mayormente riesgosos y podrán desencadenar violencia; es aquí donde surge la importancia del reconocimiento de los diferentes tipos de noviazgo para tomarlos en cuenta para las relaciones de noviazgo presentes o futuras.

Etapas de Noviazgo

El IAM (s.f.), propone que existen seis etapas dentro del noviazgo y la séptima que se refiere al matrimonio, éstas son:

- Primera, Amistad: Interfiere el enamoramiento en donde existe un amor y romance precedido por esta amistad que dará una firme base para las etapas subsiguientes, es el fundamento sólido de toda relación que crece y es la base donde se dará la oportunidad de conocer a la persona; en la actualidad esta etapa suele ser omitida.
- Segunda, Encuentros casuales: La pareja en cuestión ya comienza a tener más interés y comienzan a verse “de vez en cuando” en lugares casuales no con citas oficiales sino en actividades generales de la comunidad como reuniones con amigos o familiares.
- Tercera, Amistad especial: En pareja se comparten muchas más actividades como fiestas o eventos especiales, ver películas, ir a conciertos o eventos deportivos; la persona se considera importante y se comienza a hablar de ella con amigos y/o familiares.
- Cuarta, Noviazgo: La pareja se relaciona con atenciones especiales y exclusivas del uno hacia el otro; comparten sus gustos, cuestiones personales, asuntos que desagradan y se comienza a conocer a las familias, incluyen juegos, paseos, viajes, visitas. Se espera que

estas citas reafirman los sentimientos de autoestima, ayudan a conocerse mutuamente y desarrollar lazos de responsabilidad.

- Quinta, Compromiso privado: La pareja ya habla entre ellos en términos de una relación permanente, habla cada uno de sus temores y metas, hacen planes a futuro e incluso planes tentativos hacia hacer una vida juntos; su compromiso es privado y personal y no necesariamente definitivo ni obligatorio.
- Sexta, Compromiso formal: Sus conversaciones giran en torno a temas de mayor privacidad como el trato mutuo, manejo de dinero, trabajo, relación sexual, planes familiares y si desean tener hijos, hablan sobre boda y finalmente si los planes y la relación continua terminan en matrimonio.

Por su parte DIF Jalisco (2012) en su propuesta “Escuela para novios”, menciona las siguientes etapas por las que atraviesan las personas que están en un noviazgo:

Etapas 1 - Atracción

Dos personas se empiezan a gustar ya sea por atracción física, emocional o ambas. Comienzan una amistad más personal, conocen sus gustos, intereses, aficiones, miedos, etc. En esta etapa la atracción y el enamoramiento van de la mano debido a que apenas están empezando a conocerse.

Etapas 2 - Incertidumbre

Es la etapa en la que existe un replanteamiento acerca de si la pareja que elegimos es la adecuada y si cumple nuestras expectativas. Se dedica tiempo especial a la persona que nos atrae, comienzan a platicar de manera más profunda sobre la vida misma, se comienza a sentir preocupación por lo que le pudiera suceder al otro. Ambos reconocen que existe una fuerte atracción y deciden iniciar una relación de noviazgo más cercana llena de detalles. Puede comenzar el amor verdadero. En esta etapa es importante ver rasgos de la personalidad de una manera objetiva como son el sentido del humor, capacidad de escuchar, los modales, la espiritualidad y la madurez. Esta etapa es crucial ya que aquí es cuando la pareja toma las decisiones inteligentes sobre su compatibilidad. Los jóvenes que no toman con madurez esta etapa suelen ser aquellos que pasan de una pareja a otra.

Etapa 3 - Exclusividad

Cuando se inicia una relación de noviazgo, se decide salir con una sola persona, dar y recibir de una manera romántica y amorosa. Los dos entienden y aceptan que no saldrán con otros. En esta etapa se revela si los involucrados en la relación tienen la madurez necesaria para mantener una relación exclusiva. Aumentan los sentimientos de amor debido a que la pareja se dedica más tiempo.

Etapa 4 - Intimidad

Existe una entrega única. Ambos se muestran tal y como son, sus aspectos negativos y positivos. Comparten virtudes y superan defectos. Esta etapa no muestra un límite de tiempo, lo que en verdad se busca es el conocer al otro. Se entrega lo mejor de uno mismo con más seguridad. Su comprensión es más privada y personal.

Etapa 5 - Compromiso

Existe la certeza de que están junto con la persona que quieren compartir su vida. Proporciona una base sólida y permite experimentar el amor. Viven al máximo las vivencias positivas, pero también la resolución de problemas; para poder enfrentar el gran desafío que significa el matrimonio y la formación de una familia.

De acuerdo con Blandón & López (2016), existen fases para llegar al establecimiento del noviazgo en la pareja actual los cuales son:

- La fase de acercamiento: está dada por la amistad como la interacción inicial, posterior a esta etapa se inicia la segunda fase que es la constitución de la pareja, dentro de la cual se desarrollan elementos como la adaptación, la intimidad, la confianza y las vivencias cotidianas que se comparten. En este sentido el adaptarse se vuelve una experiencia complicada, ya que surgen diferencias entre los miembros de la pareja que pueden resultar complejos y afectar el ritmo de la relación tales como: la interacción, perspectivas, puntos de vista y expectativas de ambos hacia la relación al igual que los temperamentos que se ven conflictuados por la diferencia de opiniones o gustos (Blandón & López, 2016). Todo

ello también puede ser una oportunidad de crecimiento, aprendizaje y descubrimiento mutuo.

- En la fase de la constitución de la relación: necesita haber un reconocimiento mutuo, se debe establecer acuerdos y se debe incrementar la flexibilidad, ya que se trata de fusionar en metáfora dos mundos con todas sus características para formar un tercero, lo que requiere del trabajo mutuo; conlleva un proceso en donde interfieren los elementos formados durante la primera fase, también hay costos energéticos y emocionales para generar un estado de bienestar en ambas partes. La intimidad es la que permite el disfrute en pareja no sólo del contacto sexual, sino desde el compartir vivencias cotidianas, además permite que surja el amor. Por amor se entiende, a aquel sentimiento más puro, es un acto de la voluntad, la decisión más firme y libre que toma una persona para comprometerse a buscar la felicidad del otro.

Es importante vivir cada una de las etapas por lo que implica cada una de ellas, tomarlas con el tiempo necesario para poder disfrutarlas y concluir las como debe ser, esto permitirá que el noviazgo se desenvuelva de la manera óptima.

Amor y Tipos de Amor

Dentro del noviazgo, cuando se termina el enamoramiento pasional el cual no dura toda la vida es cuando comienza aquello que denominamos amor (Latapi, 2019). El concepto de amor ha sido analizado y retomado por diferentes autores a lo largo de la historia, sin embargo, cada concepto o idea formada sobre este sentimiento puede ser tan diferente una de otra, ya que es difícil formular un solo concepto universal. Podemos ver este sentimiento reflejado desde el arte hasta un artículo científico donde se busca explicar el funcionamiento y repercusiones de este sentimiento sobre los seres humanos.

El amor es definido desde distintos enfoques y disciplinas, recientemente a nivel fisiológico se han encontrado relaciones importantes entre los niveles de hormonas como son la serotonina, la dopamina y la oxitocina con los estados amorosos los cuales producen una sensación de bienestar y felicidad

Al amor se le considera como un estado mental orgánico que aumenta o disminuye dependiendo de cómo se retroalimente ese sentimiento en la relación de los que componen el núcleo amoroso; la retroalimentación depende de factores tales como el comportamiento de la persona amada, sus atributos, involuntarios o por las necesidades particulares de persona que ama. El amor es una inclinación del alma hacia un objeto o persona (DIF Jalisco, 2012, p. 51).

A nivel fisiológico se dice que:

“En el amor participan varios mensajeros químicos que proporcionan una gama de sensaciones que van desde el placer, la euforia, la confianza y la seguridad, hasta la ansiedad, la obsesión y la depresión. Es un fenómeno que incluye patrones conductuales, cognitivos y emocionales característicos” (Camacho, 2011, p.10). Debido a los diversos cambios fisiológicos se ve afectado el estado de ánimo y la conducta. las cuales han sido estudiadas desde diferentes ámbitos tanto neurológicos como sociales.

Dadas las diferentes sensaciones de placer que provoca el amor -que incluso pueden generar ciertas conductas adictivas-, cuando sufrimos alguna decepción o “terminan” con nosotros, se produce una ausencia de todas estas sensaciones positivas, placenteras y reconfortantes, lo que nos lleva al “mal de amores”: nuestra salud se deteriora debido a un estrés crónico; hay confusión y se pueden alcanzar estados significativos de depresión. (Camacho, 2011, p 13).

Esto provoca en la mayoría de los jóvenes sentir la necesidad de seguir con la pareja para evitar sensaciones desagradables e intentar seguir en la relación para volver a experimentar el placer que provoca el amor.

El DIF Jalisco (2012) menciona una definición tripartita del amor, en donde se distinguen tres procesos cerebrales distintos, relacionados; cada uno de ellos está regulado hormonalmente. Dichos procesos son:

- a) Impulso sexual: Indiscriminado a grado de excitación sexual para la búsqueda de pareja, regulada por la testosterona y detectable neurológicamente.
- b) Atracción sexual selectiva: Pasión amorosa o enamoramiento, regulado por la dopamina o los circuitos cerebrales del placer, inusualmente prolongado a otras especies.
- c) Cariño o apego: Lazo afectivo de larga duración que permite la continuidad del vínculo entre la pareja, regulado por la oxitocina, también afectan al circuito cerebral del placer y su duración es indeterminada.

Cuando hay amor, existe conocimiento y una aceptación del otro con todas sus virtudes y sus defectos, y ello no quiere decir que se debe aceptar del todo a la persona con todos sus defectos porque así es y será, sino más bien debe haber un crecimiento tanto del que ama como a quien se ama, con el mutuo apoyo que se puedan brindar. Cuando escuchamos la palabra amor lo asociamos a una pareja, pero no es el único tipo de amor que se puede llegar a sentir, para ello es valioso que los jóvenes reconozcan al amor como un gran sentimiento que se manifiesta de diversas maneras y que existen distintos tipos de amor como pueden ser desde el materno hasta el erótico (Corona, 2010).

Tipos de Amor Según Fromm (1959)

Fromm (1959) elabora una teoría acerca del amor en la cual, se habla sobre el hombre y sus diferentes formas de amor, al pasar por los estados de separación y trascendencia de la propia individualidad.

"Sin embargo, la mayoría de la gente supone que el amor está constituido por el objeto, no por la facultad." (Fromm, 1959, p. 52)

Para este autor, el amor es la respuesta al problema de la existencia humana, entre el amor de padres e hijos, amor fraterno, amor materno, erótico, amor a sí mismo, y amor a Dios. El desarrollo de los elementos necesarios para lograr un amor maduro son el cuidado, la responsabilidad, el conocimiento y el respeto. Con lo anterior se hace un análisis del amor y su significado en la actualidad.

La capacidad de amar es un acto de dar sin esperar nada a cambio, también implica cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento, todo en interdependencia.

“El amor no es esencialmente una relación con una persona específica; es una *actitud*, una *orientación* del *carácter* que determina el tipo de relación de una persona con el mundo como totalidad, no con un «objeto» amoroso.” (Fromm, p. 52)

Al nacer el hombre se ve necesitado de los padres al cien por ciento, la alimentación, la atención y los cuidados que un recién nacido debe tener son primordiales para su salud y desarrollo óptimo. En esta etapa se comienzan a hacer analogías entre lo que necesitamos y lo que no es complacido. Todo lo que necesitamos es obtenido simplemente por qué es merecido.

“El infante necesita el amor incondicional y el cuidado de la madre, tanto fisiológica como psíquicamente. Después de los seis años, el niño comienza a necesitar el amor del padre, su autoridad y su guía. La función de la madre es darle seguridad en la vida; la del padre, enseñarle, guiarlo en la solución de los problemas que le plantea la sociedad particular en la que ha nacido” (Fromm, 1959, p. 49).

Conforme vamos creciendo el amor se va formando un concepto de acuerdo con lo que hemos recibido: "El amor infantil sigue el principio: «Amo porque me aman.» El amor maduro obedece al principio «Me aman porque amo.» El amor inmaduro dice: «Te amo porque te necesito.» El amor maduro dice: «te necesito porque te amo.»" (Fromm, 1959, p47)

Amarse a sí mismo, por otro lado, no es señal de egoísmo, ni excluye el amor a los demás, ambos están íntimamente ligados. La persona egoísta, además de no amar a los demás es incapaz de amarse a sí misma.

La capacidad de amar por lo tanto se va a ver modificada por la evolución del objeto amoroso, en los primeros meses de vida, el hijo depende totalmente de la madre, conforme va creciendo se va independizado y la relación con la madre comienza a perder su importancia vital. propone que tanto hombres como mujeres tienen objetivos que permiten encontrar un objeto adecuado para amar. Él lo considera un arte ya que requiere de un proceso de aprendizaje al igual que cualquier

arte, por lo cual se debe dominar tanto la teoría como la práctica. A continuación, se mencionan algunos tipos de amor de acuerdo con el autor.

Objetos Amorosos

El amor no es esencialmente una relación con una persona específica; es una actitud, una orientación del carácter que determina el tipo de relación de una persona con el mundo como totalidad, no con un «objeto» amoroso. (Fromm, p. 52)

El Amor Entre Padres e Hijos. Al nacer nos vemos necesitados de los padres al cien por ciento, la alimentación, la atención y los cuidados que un recién nacido debe tener son primordiales para su salud y desarrollo óptimo. En esta etapa comenzamos a hacer analogías entre lo que necesitamos y lo que no es complacido. Todo lo que necesitamos es obtenido simplemente por qué es merecido.

Tipos de Amor:

a. Amor fraternal

Por éste, se entiende el sentido de responsabilidad, cuidado, respeto y conocimiento con respecto a cualquier otro ser humano, el deseo de promover su vida.

b. Amor materno

Este amor presenta dos aspectos importantes, el primero es la conservación de la vida y el crecimiento y el segundo es la actitud del amor a la vida, de sentirse vivo y afortunado de estarlo.

Hablando del amor en pareja, se dice que es difícil de encontrar porque se requiere de una entrega ya que es un sentimiento que uno no controla de manera consciente, para ello, las etapas por las que atraviesa una persona para llegar a esa entrega de acuerdo con el proyecto “Escuela para novios” del DIF Jalisco (2012) son:

a) Atractivo físico: El proceso del enamoramiento entre dos personas que se atraen mutuamente. Cuando no se supera esta etapa la relación se vuelve vulnerable ya que el atractivo físico tarde o temprano desaparece.

b) Sentimientos: El físico que atrae la atención lleva a las personas a comenzar un diálogo, a entablar una relación por medio del intercambio de ideas, sentimientos y así se pasa a otra etapa ya que la atracción inicial se refuerza con la comprensión y la ternura recíproca. Cuando el cuerpo cambia, pero el entendimiento existe la relación se mantiene, se va desarrollando, y se va nutriendo cada día más.

c) Inteligencia y voluntad: Dos personas tienen una relación madura cuando interviene la inteligencia y la voluntad de ambos. La inteligencia: para que juntos establezcan un rumbo, un destino común, además la inteligencia permite superar las apariencias y descubrir en el otro su verdadero valor. La voluntad permite tomar la decisión de comprometerse realmente con el otro, ya que el verdadero amor es más que un “te amo”, hay que demostrarlo.

Para tener una adecuada relación de noviazgo desde la aproximación del buen trato,¹ y el respeto, se requiere tener una adecuada² elección de pareja; suena verdaderamente sencillo, sin embargo, esta es una de las decisiones más importantes en la vida del ser humano, por la trascendencia que tendrá, pues esta elección determina en gran parte la felicidad o la desdicha de la pareja y por consecuencia a futuro en la familia, si se continúa con la cohabitación o matrimonio. Algunos de los factores que intervienen en la elección de la pareja son la historia de vida personal, la familia, la sociedad y la cultura, los cuales se abordarán en capítulos posteriores.

“Por otra parte, investigaciones realizadas en escuelas de nivel medio y superior en algunos países de origen anglosajón han documentado que muchos adolescentes sienten "presión" para enrolarse en una relación de noviazgo y permanecer en ella, independientemente de que ésta sea del todo de su agrado o no. Carecer de una

¹ Buen trato de acuerdo con la autora Fina Sanz Ramón se genera y desarrolla en tres niveles: social, relacional e interno (individual, espacio personal); se refiere a aprender a entender y a escuchar nuestro cuerpo y nuestras emociones, saber despedirnos de las cosas o personas, aprender a valorarse, y respetarse en todos los sentidos, aprender a relajarse y saber respirar, crear vínculos solidarios, afectivos y equitativos, expresar lo que sentimos, construir autonomía y “desarrollar la capacidad de estar en compañía o en soledad” (Blanco & Ruiz-Jarabo, 2004. pp. 11).

² “La elección de pareja objetivamente más adecuada es la que encierra en sí, mayor afinidad posible entre los diversos componentes psicológicos de la personalidad de ambos miembros de la pareja. La simetría psicológica es, pues, la más importante y fundamental” (Flores & Rodríguez, 2015, p. 34).

pareja de este tipo puede significar diversas formas de exclusión por parte de los pares, en especial para las mujeres” (Chung, en Castro & Casique, 2010, p. 19).

En el siguiente capítulo se describe a la violencia en el noviazgo.

Capítulo 2. Violencia en el Noviazgo

Violencia en el Noviazgo

El reconocimiento de la violencia en las relaciones de pareja (específicamente en las de noviazgo), como un problema de salud ha representado un gran avance a nivel social, pues ha recibido atención como foco de alerta en la población de jóvenes. La violencia en el noviazgo es un hecho frecuente pero poco reconocido como parte de la violencia escolar que afecta a miles de estudiantes (Barreto-Ávila & Flores Garrido, 2018, p.44); sobre todo, en los últimos años, la violencia en las relaciones de noviazgo se ha visto mayormente reflejado en los espacios de educación.

En su Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define la violencia como “el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho, o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones” (OPS & OMS, 2003, p. 5).

Esta definición comprende tanto la violencia interpersonal como el comportamiento suicida y los conflictos armados; cubre también una amplia gama de actos que van más allá del acto físico para incluir las amenazas e intimidaciones, además de la muerte y las lesiones. La definición abarca igualmente innumerables consecuencias del comportamiento violento, a menudo menos notorias, como los daños psíquicos, privaciones y deficiencias del desarrollo que comprometen el bienestar de los individuos, las familias y las comunidades (OPS & OMS, 2003).

La definición incluye implícitamente todos los actos de violencia, sean públicos o privados, sean reactivos (en respuesta a acontecimientos anteriores, por ejemplo, una provocación) o activos (que son decisivos para lograr resultados más favorables para el agresor o para anticiparse a ellos) y tanto si tienen carácter delictivo como si no lo tienen (OPS & OMS, 2003, p. 6).

La Organización Mundial de la Salud clasifica a la violencia en tres categorías generales (estas se subdividen a su vez para reflejar tipos de violencia más específicos), según las características de los que cometen el acto de violencia:

- La violencia autoinfligida: la persona se daña a sí misma. Comprende el comportamiento suicida incluidos los pensamientos e intentos suicidas o el acto suicidio consumado y las autolesiones, como la automutilación.
- La violencia interpersonal: es la infligida por otro individuo o un número pequeño de individuos, esta se divide en dos subcategorías.
 - a. Violencia familiar o de pareja: aquí la violencia que se produce sobre todo entre los miembros de la familia o de la pareja, y por lo general en el hogar.
 - b. Violencia comunitaria: es la que se produce entre personas que no guardan parentesco y que pueden conocerse o no, sucede por lo general fuera del hogar en establecimientos como escuelas, lugares de trabajo, prisiones, etc.
- La violencia colectiva: es infringida por grandes grupos. Se subdivide en:
 - a. Violencia social que es infligida para promover intereses sociales sectoriales, incluye los actos delictivos de odio por grupos organizados, las acciones terroristas y la violencia de masas.
 - b. Violencia política incluye la guerra y otros conflictos violentos afines, la violencia de Estado y actos similares.
 - c. Violencia económica comprende los ataques motivados por el afán de lucro económico, como los llevados a cabo con la finalidad de trastornar las actividades económicas, negar el acceso a servicios esenciales o crear división económica y fragmentación.

Se dice que la violencia tiene intencionalidad y dirigida; es intencional porque un insulto, un golpe, una mirada o una palabra, para que sean considerados como actos violentos, deben tener la intención consciente o inconsciente de dañar y es dirigida porque no se violenta indiscriminadamente, ni de la misma manera en todos los casos, sino que existe una “selección” de la víctima. (IAM, [s.f]); OPS & OMS (2003).

La violencia se distingue de los hechos no intencionales que ocasionan lesiones como lo son los accidentes, por la presencia de la intención de usar la fuerza, sin embargo, esto no significa necesariamente que haya habido la intención de causar daño; incluso puede haber una considerable discrepancia entre la intención del comportamiento violento y las consecuencias deseadas. “Una persona puede cometer intencionalmente un acto que, a juzgar por normas objetivas, se considera peligroso y con toda probabilidad causará efectos adversos sobre la salud, pero puede suceder que el autor no los perciba como tales” (OPS & OMS, 2003. p. 6), esto debido a sus antecedentes culturales y sus creencias.

Ostrosky (en Guerrero-Mothelet, 2010) experta en las bases biológicas de la violencia humana desde el enfoque neurobiológico, señala que “nacemos con una predisposición a la agresión, para posteriormente aprender cuándo podemos y debemos expresar o inhibir estas tendencias”. De acuerdo con la perspectiva biológica, la agresión es propia del ser humano como medio de supervivencia con fines de adaptación, cumpliendo funciones biológicas y evolutivas. La conducta agresiva desde las bases biológicas es regulada por ciertas estructuras cerebrales, hormonas y neurotransmisores; sin embargo, estos no producen por sí mismos la conducta agresiva, si no que interfieren aspectos como el aprendizaje social en la presencia y regulación de esta conducta (Guerrero-Mothelet, 2010).

Conceptos importantes dentro de la problemática de la violencia en pareja son el término perpetrador que hace referencia a quien ejecuta el acto violento y victimario que hace referencia a quién recibe los actos violentos (Alegría del Ángel & Rodríguez, 2015).

En la década de los años sesenta, alrededor del mundo se ha generado un intenso desarrollo de políticas para erradicar las muy variadas formas de desigualdad contra las mujeres. Sin embargo, el hecho de que un hombre sea agredido ya sea física, sexual o psicológicamente por una mujer, no es fácilmente aceptado en nuestros días por la sociedad (Siller, Trujano, & Velasco, 2012). Conceptos importantes dentro de la problemática de la violencia en pareja son el término perpetrador que hace referencia a quien ejecuta el acto violento y victimario que hace referencia a quién recibe los actos violentos (Alegría del Ángel & Rodríguez, 2015).

Guerrero-Mothelet (2010) menciona que en un estudio realizado en la Universidad de Wisconsin-Madison se encontró una asociación entre la violencia, el maltrato infantil y la participación de un gen que regula la producción de una enzima conocida como MAO-A (Monoamino Oxidasa A), la variación en este gen reduce la producción de la enzima y un aumento de la conducta violenta; esto debido a que la función de la enzima es degradar neurotransmisores como la dopamina³ y la serotonina⁴, las cuales tienen funciones importantes para las emociones y el estado de ánimo. Relacionado a esto, un estudio realizado por el equipo de Moffitt (2002), encontró que los hombres que tienen variaciones en ese gen (se encuentra en el cromosoma X) pueden verse afectados desproporcionadamente, los hombres en comparación de las mujeres solo tienen un cromosoma X, por ende, están más predispuestos a sufrir los efectos.

También se han relacionado ciertas hormonas con las conductas violentas, las cuales afectan todos los sistemas del cuerpo, incluido el nervioso, como sucede con la adrenalina y la noradrenalina, relacionadas con las conductas de “atacar o huir”. La hormona asociada a la violencia es la testosterona que es principalmente segregada en los hombres y en cierto grado por las mujeres; estudios han vinculado un alto nivel de testosterona con temperamentos dominantes, agresivos, impulsivos y en ciertos casos violentos; existen evidencias que sugieren que la testosterona puede ser tanto causa como resultado de la violencia (Guerrero-Mothelet, 2010), ya que depende de los niveles en que se encuentra.

De manera breve se consideró mencionar estas diferencias fisiológicas para comprender las desigualdades a la hora de manifestar la violencia, pero de ninguna manera para justificar, ya que, si bien influye, finalmente la persona es la que ejecuta el autocontrol de dichas conductas.

Tipos de Violencia

Cuando se piensa en violencia normalmente se asocia con aquella rudeza y brutalidad de la que nos informan los medios, sin embargo, al hacer esto se pasan por alto otros tipos de violencia, incluso más cercanos y cotidianos. Muchas veces resulta común que aquella violencia

³ La dopamina participa en el sistema de recompensa cerebral y su producción genera sentimientos de placer (Guerrero-Mothelet, 2010).

⁴ La serotonina se involucra en la regulación de las emociones y también afecta el sistema endocrino, que produce las hormonas, y cuando se altera puede provocar conductas impulsivas y agresivas (Guerrero-Mothelet, 2010).

brutal sea motivo de preocupación y afecte nuestra vida y actividades, así mismo las otras formas de violencia son igualmente perjudiciales (Guerrero-Mothelet, 2010).

Cuando comenzó a indagarse sobre la VN, las primeras investigaciones se enfocaron en las agresiones físicas creando así una visión limitada sobre el fenómeno, posteriormente con el paso del tiempo y el avance de los estudios se ha comprobado la existencia y posible interrelación entre distintos tipos de agresiones (Rojas-Solís, 2013). La violencia que puede tener lugar dentro de las relaciones de noviazgo principalmente es la emocional, física y sexual; de una forma muy parecida a lo que ocurre con la violencia de género en otros ámbitos. “La forma de violencia más prevalente en el noviazgo es la emocional, las consecuencias y daños causados por esta última pueden ser tan o más devastadores que los de la violencia física” (Castro & Casique, 2010, p. 23).

Existen diferentes formas de clasificar las manifestaciones de violencia que se suscitan durante el noviazgo, pero la más difundida, por su presencia es la “triada de violencia en el noviazgo” que se agrupa en tres esferas: violencia física, violencia psicológica y violencia sexual (Instituto Mexicano de la Juventud [IMJUVE], 2008b; Ramírez-Morán, 2013), aunque autores como Amador, Arias y Olvera, (2012) consideran también la violencia económica dentro del noviazgo.

- **Violencia física:** Cualquier acto de agresión intencional que inflige o intenta dañar la integridad de la persona, se usa la fuerza física o algún tipo de arma u objeto que pueda provocar, o no, lesiones, ya sean internas, externas o ambas. Comprende un amplio rango de agresiones: desde un empujón o pellizco, hasta lesiones graves con secuelas físicas permanentes, o la muerte misma. Incluye acciones como jaloneos, bofetadas, jalar los cabellos, torcer el brazo, golpes con el puño, patadas, arrojar objetos, provocar quemaduras, apretar el cuello o agredir con algún tipo de arma.
- **Violencia psicológica y emocional:** Cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica, principalmente dirigidos al menoscabo de la autoestima. Comprende acciones de menosprecio a su persona o sus ideas, insultos, amenazas, celos, posesividad, críticas, burlas, comparaciones desfavorables con terceros, degradar, humillar, dejar de hablarle, resaltar defectos, poner sobrenombres ofensivos, destruir objetos personales, proferir

amenazas verbales en su contra, aislamiento y prohibición a frecuentar a familiares y amigos.

- **Violencia sexual:** Cualquier acto que degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la víctima y que por tanto atenta contra su libertad, dignidad e integridad física. Comprende obligar a realizar el acto sexual, forzar a hacer prácticas sexuales no deseadas o que generan dolor, hostigamiento, críticas a su comportamiento sexual, comparación denigrante, uso de objetos o personas sin previo consentimiento y forzar a tener relaciones sin protección.
- **Violencia económica o patrimonial:** agresiones que se ven caracterizadas mediante el control y manejo del dinero, o bien, el uso de pertenencias. Comprende reclamos por el dinero y los gastos, peleas por objetos o pertenencias regaladas o compartidas.

Este último tipo de violencia en ocasiones no es considerado ya que no se presenta en todos los casos ya que dentro del noviazgo “por una parte, en esta etapa temprana de la vida, y en el marco de una relación en la que no se han establecido pautas de dependencia económica de la mujer respecto al hombre, hay una ausencia de elementos que tradicionalmente otorgan mayor poder a los hombres que a las mujeres, lo que facilita una relación más igualitaria” (Castro & Casique, 2010, p. 24). Lo que sí es evidente acorde a lo revisado es qué:

La violencia en el noviazgo se enmarca, además, en un estilo de interacción adolescente caracterizado por mucha violencia superficial o aparente (incluyendo empujones, golpes, pellizcos, etc.) como medio rudimentario de mantener relaciones y de sugerir intimidad y resolución de conflictos (Wekerle & Wolfe, 1999). Ello contribuye a que muchas veces se tenga la percepción de que las agresiones son simples juegos y bromas: evaluación que aparentemente es más frecuente entre los varones (Jouriles, et al., 2009; Molidor & Tolman, 1998), pero la atribución de juego que Jouriles et al. sugieren podría ser también una reinterpretación justificativa posterior que no necesariamente elimina el potencial daño de la agresión (Castro & Casique, p. 24).

Con frecuencia, es en el marco de juegos y bromas que muchas veces se incurre en pequeños actos de agresión física o emocional que pueden crecer fuera de control. Esto también

puede presentarse a la inversa, que a veces ocurra una percepción de estos juegos y bromas como formas de agresión.

Por otra parte, dentro de la tipología de la violencia en el noviazgo, existe la violencia simbólica como una forma de percibir la violencia dentro de las relaciones

La violencia simbólica es esa coerción que se instituye por mediación de una adhesión que el dominado no puede evitar otorgar al dominante (y, por lo tanto, a la dominación) cuando sólo dispone para pensarlo y pensarse o, mejor aún, para pensar su relación con él, de instrumentos de conocimiento que comparte con él y que, al no ser más que la forma incorporada de la estructura de la relación de dominación, hacen que ésta se presente como natural. (Bourdieu, en Ramírez-Morán, 2013, p. 45)

Lo que manifiesta de esta manera que la violencia simbólica está estrechamente relacionada con elementos como el poder y la forma en la que este se da, lo que a su vez impone o naturaliza comportamientos, disminuyendo la fuerza que la impone, propiciando a su vez la desigualdad.

En cuanto al orden de presentación de los diversos tipos de violencia es fundamental enfatizar que no existe un orden definido como tal, aunque puede comenzarse principalmente por la violencia psicológica o emocional, también es importante considerar que en las relaciones de noviazgo donde se presenta la violencia, no solo se vive un tipo de violencia sino por el contrario, estas están involucradas en diversas combinaciones, tampoco se ha encontrado una relación establecida entre la duración de la relación y la aparición de los primeros brotes de violencia (Amador, et al., 2012).

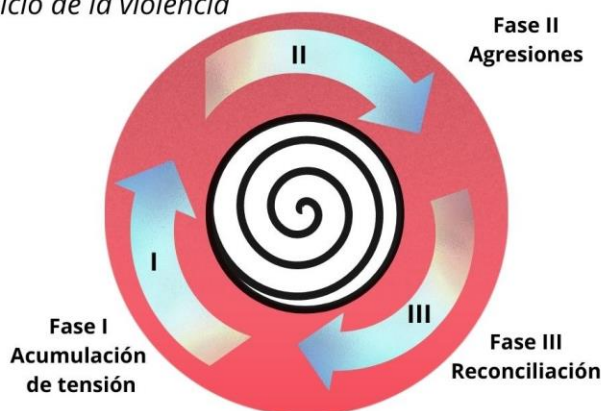
Entre los elementos que acentúan la posibilidad de vivir violencia en el noviazgo destacan las nociones del amor romántico, la creencia de los celos como indicador de amor, la invisibilidad o no identificación de la violencia padecida, la negación y normalización de las agresiones que el orden de género trae consigo (Ramírez-Morán, 2013).

La violencia durante el noviazgo como ya se ha mencionado es una problemática reconocida con variadas repercusiones en la vida. Cuando se presenta en una relación de noviazgo afecta la vida de hombres y mujeres que la padecen o la ejercen y puede desarrollarse con mayor magnitud en etapas posteriores (Ramírez- Morán, 2013).

Ciclo de la Violencia

La violencia en el noviazgo conlleva ciertos patrones repetitivos que se dan en un orden o fases por las que pasa la pareja. Estas pautas son conocidas como “el ciclo de la violencia” y tiene dependiendo del autor tres fases y subfases o cinco fases. Estas fases suelen representarse por medio del siguiente esquema y se le llama ciclo porque tiende a ser de carácter cíclico (repetitivo) aunque cada vez la duración de las fases se hace más corta y su intensidad va en aumento, cómo en forma de espiral (IMJUVE, 2008; Oviedo, 2014). (Ver Figura 1).

Figura 1.
Ciclo de la violencia



Nota: adaptado de Walker en Oviedo (2014)

La fase I se llama acumulación de tensión puede ser debida a distintas razones en torno a la relación de pareja (incumplimiento del estereotipo, pelagra la estabilidad del sistema, atentado a la identidad de sus miembros, se genera impotencia y necesidad de aceptación). Se manifiesta con acciones mínimas que aumentan en fuerza y maltrato (celos, reproches, silencios, burlas, etc.), escenas que llevan a roces permanentes entre la pareja. Afecta sobre todo la esfera emocional (incremento de ansiedad y hostilidad), tiende a existir una “adaptación” a la situación, esta fase se caracteriza por registrarse de manera inconsciente, aparente existe pasividad por la víctima, aunque la agresividad cada vez es mayor.

La fase II se le llama de agresiones, es el episodio agudo del ciclo donde hay: golpes, ofensas, humillaciones, etc. En esta fase es donde las mujeres pueden pedir ayuda. Esta situación de agresiones es la descarga de la/s tensión(es) acumulada(s) en la fase anterior las cuales dan lugar a una explosión de violencia (puede ir de un empujón a un homicidio, recordando que la intensidad creciente)

Dentro de esta fase la víctima puede quedar paralizada o sumisa (indefensión aprendida) e incluso puede aislarse, ocultando las lesiones por vergüenza, culpa, lo que puede desencadenar un desequilibrio emocional (ansiedad, angustia, miedo, depresión, insomnio, falta de apetito, etc.).

Fase intermedia de alejamiento o separación temporal: La víctima puede buscar ayuda y consejos de terceros. Esta fase es fundamental ya que en ella la víctima accede a información y realiza actividades que pueden ayudarle a enfrentar la problemática y la situación de violencia en la pareja.

La fase III se le llama reconciliación o luna de miel donde existe una manipulación afectiva. Normalmente la terminación de esta fase depende del agresor quien se justifica y minimiza la situación, para la víctima es momento de más confusión, se quiere creer que él agresor va a cambiar. Existe una tregua amorosa, donde se produce un arrepentimiento del agresor, a veces instantáneo, seguido de un periodo de disculpas y promesas que pueden ser reforzadas con conductas temporales del agresor para arreglar la situación dentro de la relación de pareja.

Al completarse el ciclo, el tiempo para regresar a la fase I puede variar, poco a poco las situaciones de tensión vuelven a aparecer reanudando así el ciclo, con una presente escalada en el nivel de violencia ya que es cada vez más grave (se escala en los niveles de intensidad de acuerdo al violentómetro, pasando de acciones sutiles y naturalizadas hasta las agresiones verbales, psicológicas y/o físicas) y a su vez los ciclos cada vez más breves o cortos en duración (IMJUVE, 2008b; Oviedo, 2014).

Cuervo & Martínez (2013) identificaron mediante las narrativas de las mujeres víctimas un ciclo que fue denominado “Ciclo de Violencia MCP”. Dentro de este se describen tres fases con sus respectivas subcategorías y factores en común, antes, durante y después de la violencia:

Primera fase compuesta por violencia psicológica, verbal y económica. Subcategorías:

- Incertidumbre: implica pensamientos repetitivos y constantes de la víctima en torno al temor del rompimiento de su relación afectiva, donde el agresor ha amenazado de forma directa e indirecta (abandonar, dejar, y/o marcharse).
- Detonante: actos, palabras y conductas, que siguen a la incertidumbre. Son argumentados como la razón que provoca la violencia, aunque por lo general, son falsos e irreales y representan sólo una justificación por parte del agresor en donde cualquier situación o palabra por simple que parezca, servirá como pretexto para dar lugar a la agresión hacia la pareja.
- Actos de tensión: aquellos que preceden la violencia física y anticipan la siguiente fase; son parte del castigo, ya que pueden ocasionar dolor a nivel emocional.

Segunda fase violencia física y/o sexual. Subcategorías:

- Violencia: es el comportamiento directo que imparte el agresor sobre su víctima, estos actos están fundados en los detonantes y situaciones propuestas por él mismo, pueden ser desde un empujón, cachetada, patada, jalar cabello, mordida, et., que provocan dolor físico, castigo del cual es merecedora la víctima, por la situación supuestamente provocada, donde el agresor se ve en la obligación de impartir una lección para que no se repita.
- Defensa-Autoprotección: la víctima no siempre asume el papel de sumisión frente a su agresor, puede responder con violencia, mientras es castigada. Cuando la víctima está demasiado atemorizada frente a su agresor no responde con actos violentos en su defensa, en donde implementa el uso de imaginarios para protegerse de su agresor.

Tercera fase reconciliación: promesas por parte del agresor y esperanza de cambios por parte de la víctima. Subcategorías:

- Reconciliación: desde el planteamiento de Walker (en Oviedo, 2014), el agresor se muestra arrepentido por la violencia ejercida hacia su pareja y promete que no se repetirá. Cabe resaltar que a pesar de que el agresor promete hacer cambios en su conducta no lo logra, debido a que no hay una causa real del maltrato; por lo tanto, no sabe lo que debe cambiar el agresor. Así el acto violento se repite con el mismo o un nuevo detonante.

- **Justificación:** se da luego de que la víctima accede a la reconciliación, dando paso a la explicación de su agresor, la víctima cree que debe cambiar su comportamiento, porque no ha actuado de forma correcta como le ha hecho creer su agresor, y asume que aprendió una lección. Por ende, pasa por alto la violencia ejercida, en ocasiones divide las cargas de culpa y en otras las asume totalmente, sintiéndose responsable, ante todo.
- **Aceptación:** la víctima ve lo ocurrido como algo cotidiano y acepta la violencia, puesto que la percibe como una estrategia de resolución de conflictos, normalizando la violencia en su vida y entorno.

Se identifica una categoría adicional, que se presenta de forma transversal al Ciclo de Violencia:

- **Dependencia:** impide el rompimiento del ciclo. Se presenta en la víctima, dado que lo que se pretende todo el tiempo es no perder a la pareja, existe miedo ante la posibilidad de dicha pérdida. Es por esto, que se permite la violencia y sus repeticiones desde múltiples modalidades, ya que la víctima piensa y actúa bajo la pretensión de mantener una relación de pareja al costo que sea sin medir las consecuencias. Está acompañada de situaciones de aislamiento que contribuyen al soporte y mantenimiento del Ciclo de Violencia en el cual se halla inmersa la pareja.

Se identifica una categoría excepcional, con relación a la posibilidad de romper con el Ciclo:

- **Rompimiento del ciclo:** se presenta cuando la víctima se hace consciente sobre la situación y cambia los imaginarios sobre la posibilidad de que el agresor y la relación cambien, pues la relación puede permanecer así durante toda su vida y las promesas de cambio de su agresor seguirán siendo promesas. Entonces al generarse un cambio en la víctima en consecuencia se romperá el ciclo, puede darse con el rompimiento definitivo de la relación.

Al repetirse el ciclo de la violencia pueden existir cambios en la manera en que se presentan las fases, cómo puede llegar a ocurrir qué ya no haya arrepentimiento en la fase de reconciliación por parte del agresor, quien asumirá una postura de tranquilidad cómo si nada hubiera sucedido.

También puede ocurrir que después de la subcategoría de aceptación se dé nuevamente la subcategoría de incertidumbre de la fase I.

Se evidencia que, en el transcurso y repeticiones del ciclo, cada fase se hace más corta y la violencia más intensa, al dar inicio al Ciclo de Violencia, este puede tardar hasta un año en presentar todas sus fases, después las repeticiones del ciclo pueden darse en un día o incluso varias veces en el mismo día.

Violencia en el Noviazgo

“El término anglosajón *dating violence* hace referencia a los conflictos y a la violencia que tienen lugar en las relaciones de pareja” (Ortega, Sánchez & Viejo en Benítez & Muñoz, 2014, p. 2), lo interesante a tomar en cuenta es que apelan a la violencia no sólo como el acto de controlar, dominar o someter a una persona a nivel físico, psíquico o sexual; sino que también, previo y posterior al acto.

El estudio de la violencia en el noviazgo hasta hace no mucho tiempo se apoyaba únicamente en el marco de análisis empleado para la violencia conyugal o la violencia de pareja en cohabitación; sin embargo, con el paso del tiempo se han encontrado problemáticas, ya que desde esa mirada lleva a ignorar los elementos y aspectos distintivos de las relaciones de noviazgo, además de que el contexto y desarrollo del tipo de relaciones también difieren. Por lo cual se comenzó recientemente a estudiar la violencia en el noviazgo como una problemática diferente y separada de la violencia marital (Castro & Casique, 2010).

Es importante tener presente la definición de violencia anteriormente descrita, para así poder adentrarse en lo que aquí nos compete explicar, la violencia en el noviazgo, que puede definirse de acuerdo con 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” (p. 22), en donde no toda la violencia es de género, ya que dentro de la relación la puede padecer cualquiera de las partes e incluso ambas.

La principal característica de la violencia en el noviazgo es el abuso de poder mediante el empleo de la fuerza o superioridad de uno para someter al otro dañando o causando dolor (Alegría del Ángel & Rodríguez, 2015; IAM, s.f.). Según Giordano, Longmore, Manning y Soto (2010) en promedio las relaciones de violencia en el noviazgo se caracterizan por ser de larga duración, donde también esta se ve asociada con la percepción de poder de una persona sobre la otra.

El reconocimiento de las actitudes y conductas agresivas en el marco de las relaciones de noviazgo ha comenzado a tomar importancia en México ya que constituye un problema social y de salud, esto no significa que no existiera desde antes, sino que hasta hace poco ha comenzado a ser objeto de investigaciones.

“La violencia en el noviazgo puede ser precursora de la que se ejerce en el ámbito conyugal (i.e. Follingstad et al., 1991; Roscoe & Benaske, 1985), sin que ello implique un vínculo directo, ni causal, ni inevitable entre una y otra. Simplemente se señala que hay una mayor probabilidad de sufrir violencia marital entre aquellas personas que sufrieron violencia en el noviazgo” (Castro & Casique, 2010, pp. 21-22).

La violencia en el noviazgo se hace presente tanto entre adolescentes como entre jóvenes universitarios, en la mayoría de las ocasiones, cuando se presenta violencia, tiene una tendencia a incrementarse conforme el noviazgo se prolonga y se hace más serio. Los patrones de violencia entre los jóvenes en la actualidad se encuentran menos diferenciados por el género. Una gran parte de los jóvenes considera que sus parejas y ellos tienen el mismo poder, así que los intentos por controlar al otro no son exclusivos ni predominantes únicamente de los varones (Castro & Casique, 2010).

Las investigaciones sobre la violencia en parejas heterosexuales muestran que la violencia es común y que incrementa con la duración y seriedad de la relación. Ya que al participar en una relación cercana de noviazgo incrementa el riesgo de violencia, el cual aumentará conforme la duración y profundidad de la relación, esto significa que mientras se invierte y se comprometan más las emociones, el nivel de la relación se eleva.

En la actualidad es común que desde edades tempranas se tenga fácil acceso y oportunidades a una exposición constante de la violencia a través de la tecnología y los medios de comunicación, incluso hay quienes han estado expuestos a la violencia en sus comunidades y familias mediante la violencia interparental, maltrato infantil o ambas (McDonald & Merrick, 2013), lo que hace que conductas violentas que se manifiestan en los jóvenes se minimicen y normalicen.

Rojas- Solís (2013) así como Alegría del Ángel & Rodríguez (2015), menciona formas de cómo se puede llegar a manifestar la violencia dentro de las relaciones de pareja/ noviazgo:

- Modelo unidireccional concentrándose en aquella ejercida por los hombres contra las mujeres, pero no la perpetrada por las mujeres contra los hombres, sólo un miembro de la pareja es el agresor.
- Modelo bidireccional en donde ambos sexos por igual presentan niveles similares de agresiones cometidas y sufridas, se violentan recíprocamente. “Con una perspectiva interaccional e interpersonal, donde este fenómeno no es exclusivo de un sexo como víctima o perpetrador” (Rojas-Solís, 2013, p. 8).

Archer (2000) hace una reflexión donde menciona que si se asume que la violencia es un problema individual entonces habría que cuestionarse quién es el que inicia con las conductas violentas, ya que al establecerlo de esta forma se le da un enfoque diferente a la investigación sobre el tratamiento y metodologías que pudieran ser utilizadas, por lo tanto, si la violencia es de pareja debería ser tratada como un problema del funcionamiento de esta, y no como una patología individual.

De aquí la relevancia que tiene el prevenir la violencia en el noviazgo, antes de que sea tarde e incluso por desconocimiento se permanezca en una relación violenta que tendrá consecuencias en distintos ámbitos cómo se revisará más adelante. Por lo tanto, como mencionan Castro y Casique (2010), “el noviazgo representa un espacio privilegiado de intervención para cortar la "espiral" de la violencia (p. 22), esto no significa tampoco que sea la única o la más importante razón para erradicarla.

Identificación de la Violencia

La violencia en las parejas en la mayoría de ocasiones aparece con sutileza y se expresa primero en formas leves, las cuales incluso podrían pasar desapercibidas como bromas hirientes, chantajes, mentiras, ignorar, celar, culpabilizar, golpear “jugando”, pellizcar, arañar, jalonear, hasta ir escalando a agresiones más fuertes como patear, aislar, golpear con el puño, amenazar con objetos o armas, forzar a tener relaciones sexuales e incluso al asesinato (Instituto Estatal de las Mujeres, [IEM], 2010) por ello conocer la forma en la que la violencia se puede presentar y escalar resulta útil para prevenir situaciones que incrementen el riesgo de sufrir o permanecer dentro de una relación de noviazgo violenta.

Existen diferentes comportamientos que los agresores pueden adoptar y de los cuales se debe estar atento, ya que, si la pareja presenta alguno o varios, podrían ser propensos a desarrollar actos de violencia hacia su pareja en un futuro cercano, algunas de las señales de violencia como se ha mencionado se caracterizan por su sutileza mientras otras son muy evidentes (Gobierno Federal, 2012).

Para identificar algunas señales de alerta y manifestaciones respecto a la violencia, en el año 2009 el Instituto Politécnico Nacional (IPN) desarrolló una investigación sobre la dinámica en las relaciones de pareja en la comunidad estudiantil, dentro de esta se aplicó una encuesta a 14 046 estudiantes de nivel medio superior y superior del IPN de ambos sexos con un rango de edad de los 14 a los 30 años que tuvieran o recientemente hubieran tenido una relación de noviazgo.

Derivado de la investigación realizada por el IPN, se diseñó el Violentómetro, que es un material gráfico y didáctico en forma de regla que consiste en visualizar las diferentes manifestaciones de violencia que se encuentran ocultas en la vida cotidiana y que muchas veces se confunden o desconocen; actualmente es una herramienta útil que permite estar alerta para detectar y atender cualquier tipo de práctica violenta en instituciones educativas, ámbitos familiar, social y laboral.

El violentómetro se divide en tres escalas o niveles de diferentes colores, dentro de cada cual hay una serie de acciones o palabras de una situación de alerta o foco rojo. El primer nivel alerta es sobre tener cuidado: la violencia aumentará, en el segundo invita a reaccionar y no dejarse

destruir, mientras que en el tercero recomienda la ayuda profesional; las manifestaciones de violencia se pueden presentar de manera escalonada o de manera intercalada.

Las señales de alerta de acuerdo con el Violentómetro son:

1. Bromas hirientes.
2. Chantajear.
3. Mentir, engañar.
4. Ignorar, ley del hielo.
5. Celar.
6. Culpabilizar.
7. Descalificar.
8. Ridiculizar.
9. Ofender verbalmente.
10. Humillar en público.
11. Intimidar, amenazar.
12. Controlar.
13. Prohibir (amistades, familiares, dinero, lugares, apariencia, actividades, celular, mails y redes sociales).
14. Destruir artículos personales.
15. Manosear sin consentimiento.
16. Caricias agresivas.
17. Golpear jugando.
18. Pellizcar, arañar.
19. Empujar, jalonear.
20. Jalar el cabello
21. Cachetear.
22. Patear.
23. Encerrar, aislar.
24. Amenazar con objetos o armas.
25. Amenazar de muerte.
26. Forzar a tener una relación sexual.
27. Abuso sexual
28. Violar.
29. Mutilar.
30. Asesinar.

Estas son solo algunas de las señales que pueden ayudar a identificar si hay probabilidad de caer en el ciclo de violencia, las manifestaciones de la violencia pueden variar y presentarse de otras formas que se engloban en las anteriores; es de suma importancia que los jóvenes conozcan las señales de alarma para así poder prevenir la violencia de pareja en el noviazgo.

“Tal vez los/las jóvenes no admitan iniciar una relación con alguien que les golpea en la primera cita, pero sí que el empujón, el chantaje, la burla, la amenaza, el desvalor y el ridículo, entre otros, no tienen importancia. Ese es precisamente el problema, la violencia en las relaciones de pareja es invisible, comienza con una tímida aparición para luego adueñarse de algunas relaciones durante años o por toda la vida” (Tronco, 2012, pp. 25).

Se considera importante que la población joven conozca esta información ya que en esta etapa es factible identificar y modificar el inicio y desarrollo de mecanismos que dan lugar a diversas formas de violencia que, de no ser atendidas oportunamente, pueden permanecer a lo largo de la vida e incluso con diversas parejas; lo adecuado es detener la violencia desde sus primeras manifestaciones para evitar mayores niveles que pueden hacer perder a la pareja la perspectiva de la situación que se vive hasta desenlaces fatales (Tronco, 2012).

Otro estudio realizado con estudiantes universitarios consistió en presentarles el violentómetro, después de conocer las escalas y grados de la violencia se les preguntó “¿has recibido o realizado algún tipo de violencia? El 78% respondió afirmativamente” (Boix, Freyre, & Bringas, 2018, p. 386), de acuerdo con la misma investigación se encontró que “más del 75% de las y los estudiantes encuestados han tenido contacto con la violencia: violentando o siendo violentados. Más del 70% realizan ambas acciones y sólo un 5% únicamente violenta” (Boix, et al., 2018, p. 392).

No se debe normalizar ni minimizar ninguna situación de violencia para poder erradicarla, ya que en los datos encontrados en la investigación del IPN, fue que tanto hombres como mujeres “no se perciben inmersos/as en relaciones violentas, pues consideran que los celos, las amenazas, los golpes “jugando”, las prohibiciones, las llamadas constantes por teléfono, el indicarles cómo

vestir, maquillarse y comportarse son muestras de cariño, de atención, de amor” (Tronco, 2012, pp. 26), por lo cual tener un referente para identificar la violencia en cualquier situación puede apoyar para tener en claro cuándo poner límites y hacer algo al respecto.

Magnitud de la Violencia en el Noviazgo

La magnitud de la violencia y los alcances que puede llegar a tener son alarmantes, de manera general de acuerdo con la OMS (2002) cada año, más de 1,6 millones de personas en todo el mundo pierden la vida violentamente. La violencia es una de las principales causas de muerte en la población de edad comprendida entre los 15 y los 44 años y la responsable del 14% de las defunciones en la población masculina y del 7% en la femenina.

Estudios recientes muestran que una de cada tres parejas en el colegio se verá envueltas en al menos un incidente de violencia durante el curso de su relación (*Centers for Disease Control and Prevention* [CDC], 2012).

Son de extrañar los pocos avances en la materia, si se toma en cuenta que la población estudiantil padece problemas propios de la juventud como la violencia en el noviazgo, acoso sexual, entre otros (Castro & Casique, 2010). De manera específica la frecuencia con la que se han presentado casos de violencia en el noviazgo a nivel escolar ha ido en aumento. “La violencia en el noviazgo es un hecho frecuente pero poco reconocido como parte de la violencia escolar que afecta a miles de estudiantes” (Barreto-Ávila & Flores, 2018, p.44); sobre todo, en los últimos años, la violencia en las relaciones de noviazgo se ha visto mayormente reflejada en los espacios de educación superior.

La violencia en el noviazgo no es propia de un sexo y tampoco es ajena a la población de los estudiantes universitarios en México como lo veremos a través de las estadísticas más representativas en torno al tema, las cuales representan y enfatizan la magnitud de la violencia dentro de las relaciones de noviazgo entre jóvenes. Existen estadísticas mundiales y nacionales que serán consideradas:

“Una de las investigaciones más comprehensivas realizadas hasta ahora, que abarcó a 31 universidades de 16 países del mundo, Straus (2004) mostró que entre 17 y

45% de las parejas de novios tuvieron incidentes de violencia física en el año de realización de la encuesta, de los cuales alrededor de 10% alcanzó grados de severidad importantes” (Castro & Casique, 2010, pág. 11).

La mayoría de las encuestas existentes en el mundo sobre violencia en el noviazgo se han realizado principalmente con muestras estadísticas de estudiantes de nivel medio superior y universitarios. De los estudios realizados a nivel mundial en distintos países, se mencionan a continuación algunos de los más relevantes en la población juvenil.

Hawkins, Glickman, Lovald, Pittman, Wekerle y Wolfe (2001) realizaron un estudio con adolescentes de entre 12 y 15 años de edad, se encontró que sufrían de violencia en sus relaciones de pareja, mayormente de tipo física y verbal. También cabe recalcar las diferencias de género encontradas en relación con el maltrato infantil y la violencia ejercida en las relaciones de pareja.

Un estudio representativo de jóvenes entre las edades de 14 a 18 años de una ciudad de Estados Unidos de Norteamérica reveló que el 4,2% de las mujeres y el 2.6% de hombres han sufrido algún tipo de violencia no especificada por un compañero durante sus vidas y que el 1.4% de las niñas y el 1.2% de los niños han sufrido agresión sexual o violación. (Ackard & Neumark-Sztainer, en Boivan, Gagné, Hébert, & Lavoie, 2014).

Las estadísticas mostradas son impactantes ya que la violencia se sufre y se ejerce; se estima que una de cada tres mujeres repite cierto nivel de violencia en las relaciones siguientes (O'Keefe, 2005). Por otro lado, se encuentra que los hombres tienden a desarrollar patrones de abuso, mientras que las mujeres tienden a asumir roles de víctimas, estas relaciones se caracterizan por el abuso de poder (O'Keefe, 2005).

En el estudio realizado por Gidycz & Luthra, (2006) en Estados Unidos de Norteamérica los resultados obtenidos arrojaron que el 25% de las mujeres y el 10% de los hombres evaluados admitieron haber perpetrado violencia hacia su actual o más reciente pareja afectiva. Este estudio finalmente remarca la importancia de los programas preventivos específicos hacia el género, los cuales deben hacer énfasis en los factores de riesgo que previenen la violencia según cada género; de esta forma plantean que serán más efectivos en el decremento de la ocurrencia de la violencia en el noviazgo.

Herman (2009) recopila que los estudios proyectan una amplia gama de porcentajes sobre los jóvenes que experimentan relaciones de violencia, con cifras que van del 9% al 57%. A pesar de que la violencia doméstica en adultos es un crimen más común por parte del hombre hacia la mujer, las investigaciones sugieren que tanto hombres como mujeres son víctimas y perpetradores de la violencia en el noviazgo, con un reporte de 8.8% de chicas y 11% de chicos en ocurrencia de violencia. (CDC, 2012). Las cifras sobre violencia en el noviazgo a nivel mundial revelan datos importantes sobre los cuales hay que tener consideración para atender la problemática que aqueja a los jóvenes.

En contraste, a nivel nacional se realizó una encuesta de hogares (Encuesta Nacional de violencia en las Relaciones de Noviazgo, [ENVINOV], 2017), siendo sus datos de carácter altamente representativo debido a que recoge información de jóvenes en diversas condiciones y circunstancias de vida, el nivel de escolaridad de la población fue el 11% primaria, 41% secundaria, 34% media superior y 13.1% universitarios, incluyendo a jóvenes de ambos sexos como veremos a continuación. La ENVINOV 2017 utilizó una muestra nacional representativa rural/urbana de 7 millones 278 mil 236 jóvenes mexicanos y mexicanas, con edades entre 15 y 24 años, que tuvieron o tenían durante el 2008 una relación de noviazgo.

Se encontró que del total de la muestra de la ENVINOV 2017, 76% manifestaron haber sido víctima de violencia psicológica y el 15% señaló haber experimentado al menos un incidente de violencia física; mientras que 16.5% de las jóvenes señaló haber sufrido un evento de violencia sexual (IMJUVE, 2008a). Los incidentes de violencia se presentan mayormente en zonas urbanas: la violencia psicológica con el 76.3% y en zona rural 74.7%; la violencia física con el 16.4%, en comparación con las rurales con el 13.2 %, se obtuvo que quienes reciben en mayor proporción la violencia física son las mujeres abarcando el 61% y los hombres el 46%. Por su lado la violencia sexual se presentó en niveles similares en zonas rurales o urbanas con el 16.5% (IMJUVE, 2008a).

De manera específica, en los jóvenes universitarios mexicanos en una revisión de 20 investigaciones que realizó Rojas-Solís (2013) se pueden visualizar las estadísticas y resultados en torno al estudio de la violencia en el noviazgo.

Rojas-Solís (2013) encontró que en la mayoría de los trabajos revisados prevalece el carácter descriptivo de la violencia en el noviazgo de tipo psicológica, física y sexual. Otro hallazgo importante es que, dentro de la violencia en el noviazgo tanto en hombres como mujeres, hay culpabilización, negación o minimización de las conductas violentas, “donde cuestiones como la satisfacción con la relación o aspectos de género pueden influir en la interpretación de conductas ambiguas como violentas o en la memoria de hombres y mujeres para recordar actos violentos” (Rojas- Solís, 2013, p.17).

Se considera importante advertir la presencia de la violencia en el acto y su respuesta, aunque sea en forma de represalia o autodefensa, ya que si se presenta y repite a largo plazo podría favorecer una cultura de la violencia en algunas parejas.

“De esta forma, las generaciones más jóvenes también podrían estar aprendiendo interacciones que mantienen o estimulan la violencia, fomentando las agresiones como medio válido de comunicación o solución de conflictos; algo que podría traducirse, por ejemplo, en escaladas de agresiones que inician por lo verbal y terminan en agresiones físicas” (Rojas-Solís, 2013, pp. 19-20).

Los resultados de los trabajos incluidos en la revisión confirman la presencia de la violencia en las parejas jóvenes mexicanas, en donde la psicológica es la más frecuente (considerando la coexistencia de varios tipos de violencia), se menciona que este tipo de violencia no es fácil de identificar sin embargo las consecuencias pueden ser tan perjudiciales como en los demás tipos de violencia, por ende, es importante considerarla, aunque no sea tangible.

También se encontró tanto hombres como mujeres son perpetradores, en diferentes estatus sociales, diversas edades y de diferentes niveles educativos. Por otro lado, hay gran cantidad de investigaciones que analizan y estudian la violencia de género, entendida como aquella en la cual las mujeres son las víctimas, “autores como Auinger y Klein (2005), Castro, Riquer y Medina (2004), Curry, Perrin y Wall (1998), Robertsy, Rivera y Allen (2006), manifiestan que los grupos de mujeres son los más vulnerables a sufrir algún tipo de violencia en la adolescencia y en la juventud.

“México es un país con un bagaje cultural machista, por ende, la mujer era y en muchas regiones sigue siendo vista como un objeto que cumple funciones sociales como las reproductivas y de compañía, y que en su mayoría no tiene voz ni voto en las decisiones más importantes del hogar y sociedad en la que se encuentra inmersa” (Amador, et al., 2012, p. 152).

Sin embargo, ello no significa que los hombres en todos los casos de violencia en el noviazgo sean los perpetradores. Pero debido a esta vulnerabilidad social, biológica y cultural que tienen las mujeres, Amador, et al. (2012), se interesaron por indagar si existe la violencia en las relaciones de noviazgo en población universitaria, específicamente en las mujeres estudiantes de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM) del Centro Universitario Zumpango, los resultados obtenidos muestran la magnitud de la problemática.

Se encontró que, de una población aproximada de 1000 alumnas, 980 tendrán un alto porcentaje de estar viviendo relaciones tóxicas y sólo 20 vivirían en relaciones de noviazgo sanas. Este dato es de suma importancia pues con ello se hace evidente la práctica indiscriminada en forma activa y pasiva de la violencia; entendiéndose como activa aquellos actos de violencia en contra de la pareja masculina. En tanto la violencia pasiva implica sólo recibir violencia y no darla en forma recíproca (Amador, et al., 2012).

Respecto al 98% de la población que vive violencia, también se analizó la presencia de los cuatro tipos de violencia, los datos encontrados muestran que existe violencia psicológica en un 92% en las mujeres estudiantes, la violencia económica se presenta en un 73%, la violencia física más de la mitad de la población con pareja la vive con un 53% y con menor frecuencia hay indicios de violencia sexual con el 17% (Amador, et al., 2012).

En lo que respecta al orden de presentación de los tipos de violencia, se encontró que las estudiantes no sólo viven un tipo de violencia dentro de sus relaciones de noviazgo, sino que están involucradas diversas formas de violencia en distintas combinaciones. Las estudiantes en un porcentaje mínimo (2%) no viven violencia al interior de su relación, y de forma impactante el 98% de la población vive algún tipo de violencia; como se mencionó anteriormente el tipo de

violencia que predomina en las relaciones de pareja es la violencia psicológica prevalece en la mayoría de las relaciones.

Los resultados evidentemente son alarmantes y contundentes por lo que se considera de vital importancia atender la problemática de salud mental que no se limita exclusivamente a una región o continente, pues, aunque sus formas de manifestación pueden variar de una cultura a otra sus alcances son universales.

De esta investigación realizada se puede concluir que la formación profesional no es un factor determinante que inhiba o infrinja la violencia al interior de una relación de pareja (Amador, et al., 2012, p. 166), en general la población universitaria no es ajena a vivir violencia dentro de sus relaciones de noviazgo y de igual manera que los jóvenes en muchas ocasiones no son capaces de romper con este tipo de situaciones.

En un estudio, del total de mujeres encuestadas, 29.1% respondieron haber vivido alguno de las situaciones listadas en el cuestionario por lo menos una vez durante su relación de noviazgo; este porcentaje resulta más elevado que el que se reportó en la ENVINOV 2007, en donde la incidencia de violencia física entre las jóvenes de poblaciones urbanas fue de 16.4% (Barreto-Ávila & Flores-Garrido, 2018).

Los motivos más frecuentes por los que las jóvenes deciden no recurrir a nadie para hablar de los problemas de violencia que enfrentan en sus noviazgos son porque consideran que ellas tienen la culpa de estas agresiones (76.2%), o bien, porque tienen miedo de que su novio se enoje con ellas y termine la relación (76.12%) (Barreto-Ávila & Flores-Garrido, 2018, pág. 54).

De manera general podemos observar que las estadísticas mencionadas nos muestran que la violencia en el noviazgo en México es un problema grave que debe ser atendido, a nivel de intervención y en programas de prevención.

Cabe resaltar que respecto a los enfoques de estudio sobre la violencia en la pareja se ha ampliado la mirada hacia los tipos de violencia e incluso a la consideración de victimización de los hombres dentro de la relación, ya que se ha encontrado que el acoso y control está presente

también por parte de las mujeres y no solamente por los hombres; estudios muestran que la violencia es ejercida y cometida por ambos sexos (Rojas-Solís, 2013), existen “diversos estudios que postulan que la violencia en el noviazgo es un problema "simétrico", es decir, que tanto varones como mujeres ejercen violencia en el marco de las relaciones íntimas y que unos y otros la sufren” (Castro & Casique, 2010, pág. 12).

Modelos Explicativos de la Violencia

En el campo de la investigación de la violencia, se han desarrollado distintos modelos y teorías que tratan de explicar el fenómeno, así como sus causas; a continuación, se mencionan los modelos y teorías más afines para el tema de la violencia en el noviazgo.

Teoría del Aprendizaje Social

Bandura (en Ferguson & Dyck, 2012), sugiere que el comportamiento agresivo se puede aprender a través de los comportamientos complejos, como son el condicionamiento o el aprendizaje observacional, propone que el aprendizaje es un proceso cognitivo que tiene lugar en un contexto social; esta idea se basa en un origen familiar, al presenciar la agresión en los padres un niño puede aprender la conducta y replicarla de adulto en sus relaciones de pareja.

En este modelo el estudio de la agresión se centró en el efecto de la exposición a modelos agresivos de otros, la premisa de la imitación a la agresión y los orígenes de la imitación para la agresión se remontan a los experimentos de muñeco bobo de Bandura, en los que los niños modelan comportamientos agresivos hacia una muñeca inanimada vista en una grabación de video.

Con base en este modelo, investigadores han sugerido varios medios para clasificar la agresión; el más conocido clasifica la agresión en respuesta proactiva versus respuesta reactiva. Los niños reactivos son aquellos que responden agresivamente a la agresión de los demás hacia ellos y los niños proactivos, son los que inician la agresión hacia los demás (Hamama & Ronen-Shenhav, 2013).

Esta teoría apoya la idea de que variables como el tener redes sociales donde hay violencia en el noviazgo, haber presenciado violencia entre los padres durante la infancia o haberla sufrido

directamente, interfieren en el establecimiento de relaciones con violencia en el noviazgo cómo se revisará más adelante, porque se aprende viendo a los pares e imitando su modo de proceder (O'Leary & Riggs, 1996).

Teoría del Apego

La teoría del apego se origina en 1991 del trabajo de Ainsworth y Bowlby (en Burton; Halpernn-Felsher; Humphreys; Rankin, & Rehm, 2010) en donde apego se refiere a un fuerte lazo afectivo que desarrolla una persona hacia otra, entendiendo apego como la respuesta del ser humano al ser separado de su objeto de amor; dentro de la teoría del apego se postula que el apego entre un niño pequeño y un cuidador primario podría servir como una base segura o insegura. El apego sirve como motivo de supervivencia e inicia rasgos que se quedarán para toda la vida llamados estilos de apego, los cuales influyen en las cogniciones, afecto y el comportamiento de las relaciones íntimas (Dutton & White, 2012).

Bowlby del trabajo que realizo con bebés, menciona tres principios para el funcionamiento del sistema del comportamiento de apego:

1- Una alarma de cualquier tipo o fuente, activa el sistema intensamente y sólo puede terminarse por el contacto físico con la figura de afecto.

2- Cuando el sistema de apego se activa durante un largo periodo, se observa un comportamiento de enojo. Un principio fundamental de la teoría de apego es que la ira sigue a las necesidades de apego insatisfechas, lo que Bowlby llamó ira nacida del miedo.

3- Bowlby se refirió al comportamiento coercitivo enojado que actúa al servicio de un vínculo afectivo para describir cómo el apego se puede manifestar a través del enojo o el control del otro. Estos comportamientos se originan en previsión de prevenir la separación (Dutton & White, 2012).

El concepto de base segura significaba que un niño vulnerable tenía una fuente confiable de protección y asistencia, así cualquier amenaza encontrada podría ser manejada sin consecuencias personales severas; mientras el inseguro presenta conductas para retener la proximidad de la otra persona. Las desviaciones del apego seguro son el apego inseguro y se

manifiesta a través del apego ansioso-ambivalente, el apego evitativo y el apego desorganizado; los cuales pueden generar un desarrollo inadecuado para la regulación de las emociones provocando conductas desadaptativas, incluida la agresión. Si bien los estilos de apego se pueden cambiar a través de las experiencias de la vida adulta, el apego temprano diacrítico juega un papel muy poderoso en la formación del estilo de apego que prevalece (Dutton & White, 2012).

Por lo tanto, esta teoría sugiere que los patrones en los vínculos afectivos están determinados por el tipo de apego desarrollado con el cuidador primario en la infancia, sin embargo, éstos no son completamente deterministas de las relaciones posteriores en la vida adulta. Se ha encontrado que existen diferentes estilos de apego emocional en las relaciones amorosas adultas, los cuales corresponden con el estilo de apego generado en la infancia (Glover, 2018), ya que el apego es un modo de representación interna, una estructura psicológica cognitivo-afectiva que se generaliza con el tiempo e influye en el funcionamiento en relaciones interpersonales más amplias a lo largo de la vida (Dutton & White, 2012).

Según Glover (2018) basada en la teoría de Bowlby, las características de apego en los adultos se presentan de la siguiente manera en las relaciones de pareja (ver Tabla 1).

Tabla 1*Características del apego en adultos*

Tipo de apego	Características
Apego seguro	<ul style="list-style-type: none"> -Se sienten seguros del amor que sienten por su pareja y del que su pareja siente por ellos. -Disfrutan de las relaciones íntimas, sin preocuparse que pueda suceder después. -Saben expresar sus necesidades, deseos y sentimientos a la otra persona sin problemas. -Se sienten contentos por el bienestar de la pareja. -Les gusta pasar tiempo con su pareja, pero también saben darle su espacio. -Aceptan cuando la pareja no desea continuar con la relación a pesar del dolor natural que esto pueda causarles. -Saben disfrutar de la intimidad y cercanía en una relación de pareja
Apego evitativo	<ul style="list-style-type: none"> -Les cuesta mucho confiar totalmente en su pareja, dejarse llevar y depender emocionalmente de ella, así como también demostrarle afecto y cariño. -Se muestran distantes e incluso fríos con la pareja. -Les genera ansiedad e incomodidad que la pareja busque un mayor nivel de intimidad y compromiso. -Les cuesta expresar sus sentimientos y emociones. -Le dan mucho valor a la independencia y autonomía personal. -Superan con facilidad los rechazos ya que no le dan mucha importancia a las relaciones sentimentales. -La pareja no suele ser su prioridad.
Apego ambivalente	<ul style="list-style-type: none"> -Suelen ser personas temerosas e inseguras en cuanto a sus relaciones amorosas. -Tienen un miedo constante a ser abandonadas y tratan de generar un vínculo muy estrecho con sus parejas para que esto no suceda. -Son sumamente dependientes. -Basan su felicidad casi exclusivamente en la relación de pareja. -Se sienten inseguros sino están cerca de la pareja. -Gran parte de su energía emocional y pensamientos están basados en la relación de pareja. -Intentan interpretar todo el tiempo lo que dice o hace la pareja. -Frecuentemente sienten que la pareja no los ama como lo desean, por lo que suelen ser exigentes en cuanto a la demostración de su amor.
Apego desorganizado	<ul style="list-style-type: none"> -Sus relaciones tienden a ser muy conflictivas y dramáticas. -Por un lado, tienen temor a que puedan ser abandonados, pero por otro les cuesta tener demasiada intimidad. -Suelen hacerse muy dependientes de sus parejas cuando se sienten rechazadas y sentirse asfixiadas cuando la pareja es la que busca más cercanía. -Pareciera que no existe una conexión entre lo que hacen y lo que sienten. -Pueden amar y odiar a su pareja al mismo tiempo.

Modelo Feminista o de Género

Esta propuesta ha puesto énfasis en el contexto social patriarcal, en donde la discriminación es por el sexo y el poder no es equitativo entre hombres y mujeres, ni en sus relaciones cotidianas. Al “hombre se le ve con admiración y respeto, como el que todo lo sabe ya que es el dirigente de la familia, mientras a la mujer se le ve en una posición de inferioridad debido a que es la que sirve, obedece y acepta castigos” (Flores & Rodríguez, 2015, p. 49).

Postula que las mujeres están sujetas a una desigualdad sistemática frente a los hombres y que el origen de ésta es de carácter histórico, es decir que obedece a los arreglos de poder que caracterizan a las sociedades (que pueden transformarse) y de ninguna manera a cuestiones de orden biológico o natural. Las investigaciones enmarcan que la violencia en el noviazgo está basada en relaciones de poder originadas en el género que se desarrollan en las relaciones de parejas íntimas. En este campo, el postulado fundamental de la teoría feminista es que la violencia en las relaciones de pareja es una expresión radical de la dominación masculina sobre las mujeres. En este sentido, la violencia contra las mujeres cumpliría la función de "restablecer el orden patriarcal", perpetuando la dominación sobre las mujeres y asegurando su subalternidad (Castro & Casique, 2010, p. 31).

Desde una perspectiva teórica feminista se considera que el abuso a las mujeres en las relaciones es relevante dada la intensidad con que los roles de género a menudo se hacen cumplir durante la adolescencia y la juventud.

Aunque la teoría feminista generalmente llama la atención sobre algunas de las construcciones sociales que afectan la socialización de las relaciones de las mujeres jóvenes, carece de especificidad sobre el desempeño del género en lo que respecta a las expectativas y comportamientos de las relaciones.

Teoría de Buss y Perry

Remarca los vínculos entre tres componentes: pensamientos, emociones y comportamientos; los analiza colectivamente como una tendencia interna a desarrollar la agresión.

Dentro de estos componentes el conductual incluye agresión física y verbal, el componente cognitivo son los pensamientos hostiles (visión negativa y fija de las situaciones interpersonales, percibe amenazante el entorno), mientras el componente emocional comprende respuestas afectivas a sentimientos de enojo, ira, frustración, provocación y ansiedad junto con la excitación fisiológica (Hamama & Ronen-Shenhav, 2013).

De acuerdo con esta teoría, la ira aumenta la sensibilidad a situaciones u obstáculos frustrantes, desencadena pensamientos combativos y puede intensificar o incitar la acción contra la fuente percibida de amenaza. Esta teoría remarca la importancia de diferenciar la hostilidad y la ira; la hostilidad es una respuesta cognitiva, mientras que la ira es emocional, ambas fomentan pensamientos negativos de naturaleza acusatoria o pensamientos sobre infligir daño. Además, la ira y el comportamiento agresivo son relativamente cortos en duración, mientras que la hostilidad es persistente y puede continuar mucho después de que los sentimientos de ira, hayan disminuido (Hamama & Ronen-Shenhav, 2013).

Modelo de Procesamiento de Información Social de Crick y Dodge

Este modelo aborda cómo la información social es procesada por niños y adolescentes que experimentan rechazo social. Según su modelo, el procesamiento de la información social consta de cinco etapas que se realizan mentalmente antes de llevar a cabo sus conductas: a) percepción de señales del entorno, b) interpretación de las señales, c) buscar una respuesta, d) selección de respuesta.

Todos estos pasos se ven influenciados o guiados por la memoria a largo plazo, eligiendo la más favorable, intervienen factores como resultados esperados y grado de confianza en la habilidad para obtener la respuesta deseada.

Este modelo explica cómo los adolescentes inseguros y socialmente rechazados pueden desarrollar hostilidad, pensamientos que causan sentimientos de enojo, que luego resultan en comportamientos agresivos hacia el entorno (Hamama & Ronen-Shenhav, 2013).

Modelo Psicopatológico

Varias revisiones respecto al origen de la violencia han concluido consistentemente que, además de los precursores de la infancia, las influencias sociales y los contextos interpersonales, los perpetradores masculinos de violencia en el noviazgo se caracterizan por problemas relacionados con la psicopatología, distorsiones cognitivas y deficiencias de habilidades sociales (Eckhardt & Norlander, 2004).

Se basa en las explicaciones biológicas, médicas, psicológicas y psiquiátricas; explica que los trastornos psicológicos son el origen de la conducta violenta, ya que al presentarse en situaciones donde el sujeto se encuentra bajo presión, responde en forma agresiva, al buscar biológicamente la supervivencia humana del más fuerte (Chávez en Flores & Rodríguez, 2015, p. 49).

Modelo Sociológico-Antropológico

Explica que la violencia es el resultado de situaciones socio-estructurales, las cuales se desencadenan con eventos determinados que se dan entre las personas, cómo pueden ser el desempleo y el bajo nivel socioeconómico, esta influencia parece ser similar tanto para hombres como para mujeres. Dentro de este modelo resulta fundamental el momento histórico donde se desenvuelve el individuo y su cultura. Cabe resaltar que “la responsabilidad de la expresión de la violencia en la familia se sitúa en el contexto sociocultural donde se desarrollan los individuos” (Chávez en Flores & Rodríguez, 2015, p. 49).

La cultura también desempeña un papel importante ya que proporciona un contexto general en el que los grupos o comunidades determinan cómo se percibirá, aceptará o rechazará la violencia doméstica como un comportamiento apropiado entre los ciudadanos.

Teoría Cognitivo-Social

La teoría cognitiva social se centra en la interacción recíproca que ocurre entre el comportamiento, los factores personales y los eventos ambientales. Esta interacción implica

conductas que se aprenden de manera directa o indirecta a través del aprendizaje observacional, como ya se mencionaba en la teoría de Bandura.

Sostiene que la agresión es en gran medida un proceso de cognición, en el cual los esquemas cognitivos y los guiones que se aprenden a través de la observación se aplican de manera automatizada e inconsciente ante los factores ambientales. Las teorías cognitivas sociales también sugieren que la exposición repetida a la violencia disminuye la aversión afectiva normal a la violencia, a través de un proceso de desensibilización (Ferguson & Dyck, 2012).

La teoría cognitiva social plantea diferentes supuestos para comprender la participación en el comportamiento violento. La evidencia sugiere que la participación en la violencia es un fenómeno complejo y, como tal, una explicación teórica puede no ser suficiente.

Modelo de la Violencia de Mackal

Mackal (en Flores & Rodriguez, 2015, p. 50) realizó una clasificación según el elemento que considera determinante para la explicación de la agresión y las englobó en seis títulos.

1- Teoría clásica del dolor: el dolor está condicionado y es siempre suficiente en sí mismo para activar la agresión en las personas. El ser humano tiende a evitar sufrimiento y por ello agrede cuando se siente en una circunstancia ofensiva, con el fin de anticiparse al dolor (Bonals & Sánchez en Flores & Rodriguez, 2015, p. 50).

2- Teoría de la frustración: el estado de frustración puede provocar la aparición de un proceso de agresión directa hacia la persona que siente el displacer, ya sea físico o verbal, en dado caso que no sea alcanzable, aparece el desplazamiento hacia alguien o algo más (Bonals & Sánchez en Flores & Rodriguez, 2015, p. 50).

3- Teorías sociológicas de la agresión: la causa determinante de la violencia y de cualquier otro hecho social está en los hechos generales que la preceden. Hay dos tipos de agresividad social: por un lado, está la individual, que se genera cuando los objetos son de tipo material e independiente; el otro tipo es el grupal, el cual se crea cuando hay un sujeto al que respetan más

que a sí mismos y dirigen hacia él todas sus funciones (Bonals & Sánchez en Flores & Rodríguez, 2015, p. 50).

4- Teoría catártica de la agresión: ésta emerge de la teoría psicoanalítica, considera la catarsis como la solución a la agresividad, la cual sustenta que la descarga de las tensiones o una expresión de afecto reprimido, hacen una liberación en la persona generando un estado de relajación (Bonals & Sánchez en Flores & Rodríguez, 2015, p. 50).

5- Teoría etológica de la agresión: surge de etólogos y teorías psicoanalíticas; indica que la agresión es una reacción impulsiva e innata que se presenta a nivel inconsciente y puede ser activa o pasiva; por ejemplo, el deseo de herir (activo) o de ser herido (pasivo). No se distingue el fin del impulso agresivo, pero son diferentes los grados de descarga o tensión agresiva (Bonals & Sánchez en Flores & Rodríguez, 2015, p. 51).

6- Teoría bioquímica o genética: el comportamiento agresivo es una consecuencia de una serie de procesos bioquímicos que se desencadenan en el interior del organismo y las hormonas juegan un papel decisivo (Bonals & Sánchez en Flores & Rodríguez, 2015, p. 51).

Modelo de Agresión General (GAM)/ Modelo de Aprendizaje General

Es una extensión de las teorías cognitivas sociales de la agresión, incorpora los componentes cognitivos y afectivos básicos de la teoría del guion y la desensibilización. Pretende ser un modelo integral de la agresión, tiene en cuenta los factores biológicos, ambientales, psicológicos y sociales para explicar cómo aparece un acto agresivo en una situación concreta y, también cómo se desarrolla ese tipo de comportamiento a lo largo del tiempo. Propone que la agresión se basa en gran medida en la activación y aplicación de estructuras de conocimiento relacionadas con la agresión almacenadas en la memoria (esquemas).

Este modelo se enfoca principalmente en el aprendizaje, el desarrollo de guiones cognitivos, la desensibilización afectiva relacionada y la excitación; sostiene que las estructuras de conocimiento social se desarrollan con el tiempo debido a la exposición y el aprendizaje como un proceso automático y mecanicista sobre el cual el individuo tiene poco control. En donde cada nueva experiencia o exposición a la violencia, ya sea en el mundo real o imaginario (medios de

comunicación, juegos, etc.), representa un ensayo de aprendizaje que puede acumularse y con el tiempo consolidar los guiones relacionados a la agresión, creando así personalidades potencialmente agresivas. Una de las suposiciones del GAM, es que el comportamiento agresivo es universalmente dañino, indeseable y desadaptativo (Ferguson & Dyck, 2012).

Modelo Ecológico de la Violencia

Heise (en Incháustegui & Olivares, 2011) a partir de la propuesta de Bronfenbrenner (1979) menciona que el modelo ecológico parte del supuesto de que, cotidianamente, cada persona está inmersa en una multiplicidad de niveles relacionales (individual, familiar, comunitario y social), donde pueden producirse distintas expresiones y dinámicas de violencia.

Dentro del modelo ecológico se considera a la violencia cómo un fenómeno complejo y multicausal que afecta a las personas por razones derivadas de la estructura y el funcionamiento del orden del género, afirma que existe un vínculo entre la violencia que se vive en lo privado y la que se experimenta en lo públicos atravesando las relaciones micro, meso y macro sociales, este vínculo está conformado por la cultura y las ideologías de género que expresan un sistema de poder; el enfoque visualiza los espacios en los cuales se encuentran inmersas las personas en la cotidianidad para comprender, atender y prevenir la violencia (Incháustegui & Olivares, 2011).

Este modelo parte de la idea de que el ser humano se encuentra integrado en una red de relaciones, de esta manera la conducta es el resultado de la interacción entre diferentes sistemas que se superponen y se relacionan de manera bidireccional y concéntrica, es decir, cada uno de los niveles está contenido en el siguiente (Martinez, Monreal, & Povedano, 2014).

El planteamiento de Heise fue asumido en 2003 por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y en él se proponen cinco niveles/planos con los que se abordan las relaciones, condiciones y actores que influyen en el comportamiento violento de las personas y en los riesgos que los incrementan:

- **Ontosistema:** está relacionado con las características individuales y biológicas, se refiere a los factores biosociales que subyacen en la historia personal (edad, sexo, nivel educativo, trabajo, nivel económico, autoestima, entre otros). Algunos factores de riesgo

considerados en este nivel son la presencia de antecedentes de conductas agresivas o de autodesvalorización, trastornos psíquicos de la personalidad, adicciones o situaciones de crisis individual debido a la pérdida de empleo, las frustraciones profesionales o el fracaso escolar.

- **Microsistema:** considera las relaciones más próximas (familia de pertenencia, parejas, grupo familiar y amistades cercanas), es un patrón de actividades, roles y relaciones interpersonales que influyen de manera directa en el individuo; los factores de riesgo en este plano es vivir en ambientes familiares violentos, sufrir agresiones de cualquier tipo o gravedad en la familia, así como el tener amistades que cometan o inciten actos violentos.
- **Mesosistema:** abarca los contextos comunitarios en donde se desarrollan los individuos y las familias participando activamente, así como las relaciones sociales que se establecen en los vecindarios, el barrio, iglesia, los ambientes escolares y laborales más cercanos. Específicamente se refiere a las características de estos ambientes que pueden aumentar el riesgo de ocurrencia de actos violentos o fomentar la cultura de la violencia, tales como: conflictos comunitarios derivados del deterioro urbano, el hacinamiento, pobreza, el desempleo o la falta de oportunidades de desarrollo educativo y deportivo, falta de espacios lúdicos, la presencia de comportamientos delictivos, robos, vandalismo, homicidios, tráfico de drogas, racismo y discriminación.

Desde la perspectiva sociocultural de la violencia se considera que los comportamientos agresivos se encuentran institucionalizados (asentados en valores y prácticas que la justifican y/o aceptan) y normalizados de tal forma que se sabe quién, cómo y cuándo pueden o deben actuar con formas de violencia (dependiendo del rol y del lugar que ocupen) al asumir que la violencia es una conducta ajustada a la posición o situación social en que se encuentre cada persona (Incháustegui & Olivares, 2011).

- **Macrosistema:** se refiere a las correspondencias, en forma y contenido, de los sistemas de menor orden que existen o podrían existir en el nivel de la subcultura o de la cultura en su totalidad (Martinez, et al., 2014), son factores que pueden contribuir a favorecer un clima que incite o inhiba la violencia, abarca los factores de carácter más general, relativos a la estructura y representación de la sociedad (organización, creencias culturales, estilos de vida), por ejemplo: la impunidad, la posibilidad de adquirir armas fácilmente, la cultura de

la ilegalidad, estereotipos, las relaciones o tratos corruptos con agentes de seguridad y de justicia, la falta de respeto por las instituciones (desobediencia a la ley), la práctica del poder autoritario, desigualdad de género y la violación a los derechos humanos por las autoridades.

- **Cronosistema:** corresponde al momento histórico en el que se ejecuta el acto de violencia, “implica los cambios temporales en el ambiente que producen nuevas condiciones que inciden en el desarrollo” (Martínez, et al., 2014, pp. 110), se toman en cuenta las posibles motivaciones de las personas, los grupos o los colectivos sociales para llevar a cabo actos de violencia, así como los elementos que explican el sentido social y simbólico del uso de la violencia en sus diversas modalidades (ideologías intrínsecamente violentas, etc.).

Causas de la Violencia

Factores de Riesgo

Aunque la relación romántica íntima prototípica es aquella donde hay compañerismo y armonía, la evidencia de la investigación sugiere que las relaciones se caracterizan por conflictos, angustias y daños bastante extensos a la pareja (Hammock, Janit, South, & Williams, 2012), las causas por las que se instala la violencia en una relación sentimental son variadas y muy complejas.

Los factores de riesgo son características, rasgos, conductas o situaciones que provocan efectos negativos hacia una persona en diferentes categorías que interfieren o dañan la salud física y psicosocial; una acumulación de factores de riesgo (en cualquier combinación) sin posesión de factores protectores significativos, intensifican la vulnerabilidad a sufrir o perpetrar algún tipo de violencia (Ramírez-Morán, 2013).

Por lo tanto, los factores de riesgo sirven para predecir bajo qué circunstancias es más probable que ocurra la violencia y ayudar a diseñar estrategias de prevención.” (Cornelius, Shorey, & Stuart, 2011). Gonzalez, Graña y Muñoz (2003), recopilaron múltiples factores de riesgo y causas por las que se instala la violencia en una relación de noviazgo de acuerdo con los estudios publicados en revistas internacionales y nacionales, la Tabla 2 muestra la información.

Tabla 2*Causas y factores de riesgo para la violencia en el noviazgo*

Clasificación	Víctimas	Agresores
Variables demográficas	-Género -Edad -Raza -Lugar de residencia -Nivel económico	-Género -Edad -Raza -Lugar de residencia -Nivel económico
Variables históricas	-Abuso en la infancia -Violencia intrafamiliar -Separación o divorcio de los padres	-Abuso en la infancia -Prácticas disciplinarias irregulares o muy duras -Conductas agresivas en la familia -Agresiones recibidas por hermanos -Separación o divorcio de los padres
Variables clínicas	-Baja autoestima - <i>Distress</i> emocional -Distanciamiento emocional -Síntomas de ansiedad	-Baja autoestima -Uso de alcohol o drogas -Control externo de ira -Aceptación de la violencia como actitud -Actitudes y creencias tradicionales en los roles de género -Síntomas depresivos -Ausencia de empatía -Distorsiones cognitivas -Estrés -Control interpersonal
Variables interpersonales	-Deterioro en las habilidades de comunicación -Déficit en la satisfacción de la relación -Ausencia en las habilidades de resolución de problemas	-Deterioro en las habilidades de comunicación -Deficientes habilidades para la resolución de conflictos
Variables sociales	-Ausencia de apoyo social	-Ausencia de apoyo social -Influencia de los pares

Breiding, Hall, Latzman, Rothman, Tharp y Vagi (2013) realizaron una revisión de 20 artículos publicados entre 2000–2010 sobre la perpetración de violencia en el noviazgo en los Estados Unidos y Canadá. Se identificaron 53 factores de riesgo que se agrupan en las siguientes categorías generales abarcando nivel individual, familiar y social:

- Problemas de salud mental (depresión, ansiedad, etc.)

- Pensamientos / cogniciones agresivas (aceptación de la violencia en las relaciones de pareja, etc.)
- Violencia juvenil (peleas, comportamiento antisocial general, etc.)
- Uso de sustancias (consumo de alcohol, uso de marihuana, etc.)
- Conductas sexuales de riesgo (sexualmente activo en octavo grado, alto número de parejas sexuales, etc.)
- Mala relación y calidad de amistad (interacciones de pareja hostiles, participación con compañeros antisociales, baja calidad de amistad etc.)
- Mala calidad familiar (conflicto entre los padres, abuso físico infantil, abuso sexual, etc.)
- Datos demográficos (sexo del niño, raza, etc.)
- Uso de medios agresivos

Brookmeyer, DeGue, Massetti, Matjasko, Tharp y Valle (2012) realizaron una revisión de 191 artículos (119 muestras de Estados Unidos y 72 muestras internacionales) sobre factores de riesgo en la violencia. La revisión arrojó 67 factores de riesgo que se mencionan junto con todos los demás factores relacionados con el modelo ecológico.

De acuerdo con el modelo ecológico propuesto por Heise y asumido por la OMS, los factores de riesgo para la violencia en pareja son el individual, relacional, comunitario y social (Olivares & Incháustegui, 2011). Diversos autores, abordan factores de riesgo en las mismas clasificaciones, los cuales se describirán a continuación.

Individual. Influyen características como la edad, el sexo, la falta de metas u objetivos a largo plazo, falta de satisfacción a la vida, falta de actividades recreativas, presiones, rasgos de personalidad, falta de regulación emocional (inteligencia emocional), inmadurez, poco autocontrol, entre otros (Brookmeyer, et al., 2012; Gobierno federal, 2012; Gover, 2004).

De un análisis realizado por la OPS en conjunto con la OMS (2003) respecto a los factores de riesgo para la violencia en el noviazgo, se encontraron factores demográficos, de antecedentes personales y de personalidad vinculados directamente con la probabilidad de que se agrediera físicamente a su pareja. “Entre ellos, se encontró sistemáticamente que la edad joven y los ingresos

bajos eran factores vinculados con la probabilidad de que un hombre fuese violento con su compañera” (OPS-OMS, 2003, p. 106).

Conductas de riesgo de niños y adolescentes, incluido el comportamiento agresivo, la abstinencia y los trastornos de conducta también se identificaron como predictores significativos de violencia en el noviazgo (perpetración y victimización). Esta evidencia se fortalece con la inclusión de informes de padres, maestros y pares recopilados respectivamente en la infancia y la adolescencia (Capaldi, Dishion, Stoolmiller, & Yoerger, 2001)

Inteligencia Emocional. Los resultados de un estudio realizado en España con estudiantes universitarios “indican que los jóvenes con menores recursos emocionales utilizan en mayor medida la violencia psicológica (críticas, insultos, descalificaciones, minusvaloración, hostilidad, desapego, coartación, exigencias desmedidas, ridiculización, culpabilización y manipulación) en sus relaciones de pareja” (Blázquez-Alonso, García-Baamonde, Guerrero-Barona, & Moreno-Manso, 2012, pp. 292-293).

Capacidad de Afrontamiento. La exposición de los adolescentes y jóvenes a cambios o crisis ambientales (ejem. divorcio, guerra, etc.) y su capacidad de afrontamiento (resiliencia), puede influir en su comportamiento aumentando las probabilidades para el desarrollo de la agresión (Hamama & Ronen-Shenhav, 2013). Los estudios epidemiológicos muestran que los adolescentes con frecuencia responden a situaciones estresantes o traumáticas desarrollando problemas conductuales y emocionales que impactan de manera personal, escolar y social (Hamama & Ronen-Shenhav, 2013).

Edad. Los noviazgos prematuros aumentan los factores de riesgo, provocando consecuencias en su presente y en futuro (DIF Jalisco, 2012). Los jóvenes son la población más vulnerable, sobre todo si interactúan en contextos complejos e inestables.

Un rasgo de la violencia entre los jóvenes es que éstos carecen de mayor experiencia en el establecimiento y mantenimiento de relaciones de pareja. Se encuentran en una etapa de maduración hacia la plena adultez, lo que explica que en ocasiones tengan dificultades para comunicarse, para identificar y formular sus sentimientos, manifestar cariño, manejar las desilusiones y enfrentar los conflictos, lo que puede

llevarlos a recurrir a mecanismos inadecuados para expresarse, tales como el abuso emocional o físico (Castro & Casique, 2010, p. 24).

Se convierte en un proceso más significativo si se suma el enamoramiento, esto coloca en doble vulnerabilidad a los jóvenes, pues se agrava y aumenta la probabilidad de atentar contra la salud física y emocional (Ramirez-Moran, 2013).

Sexo. Respecto al sexo, los hombres se han mostrado más inclinados hacia la agresión (especialmente la física) en comparación con las mujeres. Weisbrod, et al. (en Hamama & Ronen-Shenhav, 2013) mencionan que encontraron diferencias entre los sexos en sus patrones de desarrollo de la agresión. Entre las mujeres, la agresión deriva de pensamientos hostiles y enojo; es decir, cuando sufren de pensamientos hostiles o ira, responden con agresión verbal y física; sin embargo, entre los varones no se encontró este vínculo, ellos actúan agresivamente incluso cuando no están pensando hostilmente o sintiéndose enojados.

Relaciones Sexuales Tempranas. Se ha encontrado que es un factor de riesgo para la violencia el tener actividad sexual temprana y/o victimización sexual previa, así como la promiscuidad. La violencia en el noviazgo se asoció con una serie de actitudes, creencias y normas arraigadas entre las niñas sexualmente activas; aumentando la probabilidad de que se perciban a sí mismas con un control limitado sobre su sexualidad (Avina, Lenberg, O'Donohue, Rinehart, & Yeater, 2008; Brookmeyer, et al., 2012; Campbell, Fredland, Glass, Kub, Sharps, & Yonas, 2003; Gover, 2004; OPS-OMS, 2003).

Baja Autoestima. La baja autoestima es un factor de riesgo importante, es la causa por la cual las personas buscan o mantienen relaciones tóxicas, cuando esto ocurre provoca no poder o no querer reconocer los defectos graves de la pareja o someterla de manera hostil encubriendo su fragilidad (Avina, et al., 2008; Brookmeyer, et al., 2012; Gover, 2004; Ryan, Sprechini, & Weikel 2008). En las personas ocurre que “cuando no hay amor a uno mismo, no se siente merecedora de ser amada y comienza a justificar las actitudes del otro pues cree que nadie la amará” (DIF Jalisco, 2012, p. 148). Por ejemplo, los agresores:

“Tienden a ser personas agresivas con un perfil marcado de inmadurez que dependen emocionalmente de otras personas, son inseguros, pero tratan de cubrir

esta inseguridad por medio de la violencia, además son impacientes e impulsivos. Gran parte de los agresores han sido víctimas de agresión en otros ámbitos de su vida; el uso de actitudes agresivas se aprende. Frecuentemente son seres aislados, no tienen amigos, celosos y su baja autoestima les provocan frustración (DIF Jalisco, 2012, p. 120).

En el caso de víctimas, una mujer que busca la validación de otros o una que se siente abrumada por el estrés situacional puede recurrir a una relación íntima como fuente de gratificación y fortaleza, lo que la hace más vulnerable a ser aprovechada si su pareja decide hacerlo (Few & Rosen, 2005).

Así mismo el deseo y la atracción sexual son un factor de riesgo por el cual ambos sexos pueden aceptar una relación tóxica, esto es por el fuerte impulso de sentirse queridos y aceptados físicamente.

Apego. El apego es uno de los principales predictores psicológicos para la violencia en pareja, principalmente el apego inseguro, que es el resultado inadecuado de una base inestable entre padres e hijos por falta de armonía y el rechazo. El apego inseguro es un factor de riesgo dentro de las relaciones de noviazgo para la victimización y perpetración de la violencia en adolescentes y jóvenes dentro de sus relaciones de pareja (Dutton & White, 2012).

Fenichel en (Flores & Rodriguez, 2015), mencionaba que los fracasos en las relaciones en muchas ocasiones se debían al permanente estado de infantilismo que se mostraba al elegir pareja y llevar la relación; tratando de resolver las necesidades de seguridad, estabilidad y permanencia. Por ende, se espera que la pareja satisfaga las necesidades afectivas como la aceptación, posesión, seguridad y cariño, así mismo las carencias infantiles no resueltas y proyectadas sobre la otra persona, volviéndose dependientes de la pareja.

Narcisismo. Otro factor de riesgo es la personalidad narcisista, donde aparentemente existe una gran autoimagen y existe una necesidad de admiración, falta de empatía, arrogancia, un sentido de derecho y la voluntad de explotar a los demás, lo que se correlaciona con el dominio y la agresión. Los narcisistas reaccionan a la decepción con vergüenza y rabia, lo que puede conducir a la agresión y venganza. El autoconcepto inestable del narcisista lo lleva a la necesidad de

admiración constante y a relaciones que se caracterizan por conflicto, emociones intensas y amenazantes, también muestran más ira, impulsividad y agresión en respuesta al insulto y al rechazo social. Esto sugiere que los narcisistas son más propensos a involucrarse en relaciones de violencia (Ryan, et al., 2008).

Un estudio realizado por Ryan, et al. (2008) exploró el narcisismo en la violencia de noviazgo en parejas de estudiantes universitarios; no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en cuanto al narcisismo, algunos lo manifiestan encubierto y otros abierto, ambos expresados en violencia física, sexual y/o psicológica.

Psicopatología. Varias revisiones han concluido consistentemente que, además de los precursores de la infancia, las influencias sociales y los contextos interpersonales, los perpetradores masculinos de la violencia en el noviazgo se caracterizan por problemas relacionados con la psicopatología, distorsiones cognitivas y deficiencias de habilidades sociales (Eckhardt & Norlander, 2004).

La infancia temprana cómo se ha mencionado es un periodo crítico del desarrollo. La falta de relaciones de crianza se asocia con problemas sociales, deficiencia en los procesos cognitivos y en el desarrollo emocional (OMS, 2010).

Los niños que presentan hiperactividad, altos niveles de comportamiento de riesgo y dificultades de atención pueden tener un mayor riesgo de ajuste escolar deficiente y es más probable que se asocien con compañeros agresivos o socialmente rechazados (OMS, 2002).

Fanti y Kimonis (en McDonald & Merrick, 2013) realizaron un estudio que vincula los rasgos insensibles y emocionales de la psicopatía juvenil con la perpetración de la violencia. Consideran que la psicopatía predice la perpetración de la agresión y la victimización; el narcisismo (probable agresor) y la impulsividad (probable víctima), dos dimensiones de la psicopatía juvenil que han recibido poca atención sin embargo pueden ayudar a distinguir a los acosadores y las víctimas.

Específicamente la depresión, la ansiedad, el estrés, trastornos de personalidad y el trastorno límite de la personalidad se han relacionado en diversas investigaciones como factores de riesgo para la violencia en el noviazgo.

Consumo de Alcohol y Drogas. Una causa importante que ocasiona que una persona se vuelva agresiva es el consumo de drogas y alcohol, ambos elementos inhiben la inteligencia de la persona (DIF Jalisco, 2012; Gover, 2004; IMJUVE, 2008a; OMS, 2010; Rojas-Solís, 2013) hay menor incidencia de violencia en quienes no consumen alcohol y drogas.

El consumo de alcohol en adolescentes es alto y está directamente asociado con violencia tanto pasiva como activa; el consumo de alcohol en adolescentes en América varía según el país, del 15% al 51% aproximadamente, el cuál empieza entre los 12-16 años de edad. Los factores de riesgo que lo desencadenan se ven fuertemente influenciados por el entorno social y económico.

Un estudio realizado en Canadá con estudiantes adolescentes obtuvo que el consumo de alcohol se asoció con la violencia en el noviazgo; ambos sexos informaron haber consumido alcohol antes o durante la fecha en que se produjo violencia (Campbell, et al., 2003). De manera similar Foran y O'Leary (en Cornelius, et al., 2011) encontraron una asociación entre el consumo de alcohol y la perpetración de violencia de pareja de hombre a mujer y de mujer a hombre; Moore, et al. (en Cornelius, et al., 2011) encontraron una asociación entre el uso de cocaína y marihuana con la perpetración de violencia física, psicológica y/o sexual contra la pareja.

De manera específica, en estudiantes universitarios se han realizado revisiones y estudios respecto al consumo de alcohol y la violencia en el noviazgo, considerando el uso de alcohol como un factor de riesgo. Shook, et al. (en Bahman, Leahy, & Walters, 2009) en un estudio encontraron que beber dentro de las tres horas posteriores a un evento de conflicto era un fuerte predictor de la perpetración de agresiones físicas y psicológicas tanto para hombres como para mujeres, también se ha descubierto que beber antes de un incidente de violencia aumenta la probabilidad de perpetrar agresiones. En la investigación realizada por Bahman, et al. (2009) con estudiantes universitarios al sur de los Estados Unidos respecto a el consumo de alcohol y violencia de pareja, se encontró que una concentración más alta de alcohol en la sangre durante el último mes se asoció con un puntaje de abuso verbal-emocional más elevado de las víctimas y puntajes de abuso verbal-

emocional y amenazantes de los perpetradores. El estudio actual proporciona evidencia de que el consumo de alcohol está asociado con la violencia en el noviazgo entre estudiantes universitarios que beben mucho.

En la mayoría de las ocasiones ocurre lo que postula la teoría de rechazo de la desviación, donde los individuos pueden sentir que el consumo de alcohol les permite no ser responsables de sus acciones, por lo tanto, las personas creen que la violencia en la relación es más aceptable porque el perpetrador o la víctima están intoxicados. El modelo de umbral múltiple de violencia de pareja propone que los factores de riesgo personales y de relación para la agresión pueden ser más difíciles de controlar cuando se consume alcohol ya que hay falta de autocontrol, se nubla el juicio y se deteriora la capacidad para interpretar, lo que provoca que el conflicto se intensifique más rápidamente (Bahman, et al., 2012; OPS-OMS, 2003).

Además, la investigación respecto al tratamiento de uso de sustancias para adultos muestra que la disminución en el uso de sustancias están asociadas con reducciones en la perpetración de violencia en la pareja (Fite, Shorey, Stuart, & Temple, 2013), lo que reafirma la asociación entre el consumo de sustancias y violencia de pareja ya que el uso de sustancias por parte de uno o ambos integrantes de la pareja puede aumentar las posibilidades de discusiones entre los socios, lo que lleva a una menor calidad de la relación y la presencia de agresión.

Familia. La familia es el principal medio por el cual se transmiten los valores, la cultura, las tradiciones, las formas de ser, pensar y actuar (IMJUVE, 2008b). La familia es posiblemente el contexto más importante para el desarrollo temprano en la infancia, ya que es aquí donde generalmente las conductas sociales y actitudes se adoptan. La influencia de la familia usualmente continúa a lo largo de la vida en diferentes niveles y grados. Hay evidencia sobre las características de cada familia y los factores de riesgo para conductas agresivas y violentas.

Previas revisiones han investigado la violencia en el noviazgo y sus factores de riesgo durante la infancia, adolescencia y vida adulta a través de estudios longitudinales; estos han encontrado que los problemas familiares, incluidas las malas prácticas de crianza y quiebres familiares, predicen la externalización e internalización de problemas de conducta.

Esta evidencia sugiere que la parentalidad es importante y causa de problemas conductuales desde la infancia. Por lo que la falta de relaciones de crianza se asocia con problemas sociales, deficiencia en los procesos cognitivos y en el desarrollo emocional (OMS, 2010).

Los factores de riesgo primarios, como la baja situación económica en la familia, la violencia doméstica, la experiencia abusiva, los estilos de crianza caóticos e ineficaces y las experiencias sexuales tempranas prevalecen en adolescentes y jóvenes (Avina, et al., 2008; Brookmeyer, et al., 2012; Lee & Shek, 2013; OPS-OMS, 2003).

Aquí se ven involucrados estilos de crianza, uso de disciplina violenta por parte de los padres, malas prácticas parentales, mal funcionamiento familiar, mala calidad de la relación entre padres e hijos, desorganización familiar, abuso físico, sexual y psicológico, así como la repetición de patrones, pues el ser testigo de maltrato o violencia en la infancia es un factor importante para reproducirla (Avina, et al., 2008; Brookmeyer, et al., 2012; OPS-OMS, 2003).

Experiencias adversas en la vida temprana y estilos de crianza inadecuados se asocian en la literatura con relaciones negativas a largo plazo y son resultados de una variedad de comportamientos violentos (OMS, 2010), las diferencias en la naturaleza de situaciones de abuso promueven el riesgo de desencadenar violencia en las relaciones de pareja.

Los episodios de violencia que se presentan en las relaciones afectivas durante la infancia se ven reflejados en el transcurso de la adolescencia y juventud; son la semilla en la vida adulta para la violencia y la incapacidad de resolución de conflictos. Por ello se considera que las relaciones de noviazgo en las que algún integrante de la pareja haya sufrido violencia durante su infancia, tiene un alto riesgo de establecer relaciones violentas (Avina, et al., 2008; Bahman, et al., 2009; Brookmeyer, et al., 2012; Flores & Rodriguez, 2015; IMJUVE, 2008b; Ramírez-Morán, 2013; Rojas-Solís, 2013), debido a que los jóvenes con historia de violencia intrafamiliar en la infancia constituyeron modelos de relaciones interpersonales estructurados sobre los roles de agresores y víctimas (Castro & Casique, 2010) por ende:

El panorama que se vislumbra es el de una formación familiar en donde hombres y mujeres son configurados para adoptar y representar estos tipos de violencia en el momento en que los jóvenes inician una relación de pareja, entonces dichos

patrones son normalizados y validados como formas de común convivencia en la sociedad (Amador, et al, 2012., p. 167).

En las mujeres se ha encontrado que, si fueron víctimas de abuso temprano, la violencia es un método válido en la resolución de conflictos, por lo que les resulta fácil adaptarse a la violencia experimentada en las relaciones de pareja debido al abuso que experimentaron y aceptaron en la infancia, situación que no es ajena de los hombres quienes en la vida adulta suelen comportarse agresivos o pasivos (Dyson, Ulloa, & Wynes, 2012).

Grasley, Scott, Straatman, Wekerle y Wolfe (2004) y Hawkins, et al. (2001) sugieren en su investigación que los síntomas del trauma de la crianza severa interfieren en la violencia de pareja entre adolescentes, especialmente en las mujeres. Pues cómo se ha encontrado el trauma desempeña un papel importante en el vínculo entre el maltrato infantil y la perpetración de violencia en el noviazgo entre adolescentes.

También sucede que en la actualidad en muchas ocasiones la familia no enseña a los niños y adolescentes a resolver sus propias dificultades mediante sus capacidades y habilidades, lo que los convierte en jóvenes inseguros y desconfiados, con dificultades para el compromiso (DIF Jalisco, 2012).

Es importante identificar y comprender los factores de riesgo para la perpetración de violencia en el noviazgo entre aquellos que están en riesgo de participar en tal comportamiento, para que los jóvenes en riesgo puedan ser mejor atendidos.

También estos hallazgos sugieren que un enfoque para prevenir el abuso de parejas adolescentes y adultas es intervenir con los padres para disminuir la probabilidad de que los niños estén expuestos a factores de riesgo parentales y familiares asociados con el abuso de la pareja en la adolescencia y la adultez. Los programas dirigidos a los padres de bebés, niños y adolescentes pueden ser efectivos para reducir los factores de riesgo y la agresión relacionados con la familia.

Comunitario. En la adolescencia y la juventud la susceptibilidad a la influencia de los compañeros es mayor, ya que la influencia de los padres se debilita y surgen nuevas fuerzas como las relaciones románticas y sexuales. Estas fuerzas operan en el contexto de una explosión en el

desarrollo cerebral y la reorganización de los procesos cognitivos y emocionales que pueden hacer que las capacidades de resolución de problemas y toma de decisiones sean inestables. Los cambios sociales y los factores psicológicos contribuyen al mayor riesgo de perpetrar o ser víctimas de violencia, cada uno puede complicar e interrumpir la trayectoria del desarrollo psicosocial a lo largo de la vida (McDonald & Merrick, 2013).

La falta de apoyo y orientación en el entorno educativo, la falta de espacios de recreación, el fracaso académico o la presión de los pares contribuyen a las conductas de riesgo para la violencia en el noviazgo (Gobierno Federal, 2012). Un factor de riesgo es tener amigos, pares o allegados que hayan sido víctimas o victimarios de hechos violentos, así como tener antecedentes personales de violencia con su pareja (como víctimas o victimarios) (Flores & Rodriguez, 2015).

Se ha encontrado que tener un nivel educativo u ocupacional más bajo en comparación con una pareja se ha asociado positivamente con la violencia de pareja masculina pero no femenina.

Otro factor de riesgo son los pares hipermasculinos entendiendo la masculinidad como la “construcción social referida a valores culturalmente aceptados de las prácticas y representaciones de ser hombre” (INMUJERES, en Ayllón, Fernandez, & Vargas, 2014, p. 32) cómo aquellos miembros de fraternidades y deportistas. La escuela afecta la victimización de la violencia en el noviazgo, donde las más vulnerables son las niñas.

Por otro lado, mucha investigación apunta a una asociación desmedida con comportamientos negativos y de riesgo entre los jóvenes de las pandillas en comparación con sus compañeros que no son pandilleros; están relacionados con el crimen, actos de violencia y a nivel individual, los miembros de pandillas y sus parejas tienen un riesgo significativamente mayor de comportamientos de violencia de pareja. Las pandillas a su vez contienen dentro de su afiliación a miembros con hogares monoparentales, altos niveles de aceptación de la violencia, bajos niveles de normas positivas entre pares, el uso de drogas y/o alcohol por parte de los padres y abuso sexual infantil, lo que hace que se encuentren en mayor riesgo de vivir violencia en sus relaciones (Dyson, et al., 2012).

En la revisión realizada por Dyson, et al. (2012) se identificaron algunas características típicas de las pandillas que fomentan un ambiente abusivo para sus miembros por la alta

dependencia de poder y violencia para mantener el estatus dentro de su comunidad, así como los roles tradicionales de género que son un poder impulsor en la asignación de tareas, los cuales pueden reforzar las ideas de violencia y fuerza como medios para resolver conflictos.

En respuesta a años de victimización en la juventud, muchas mujeres maltratadas se sienten atraídas por aquellos que consideran “machos alfa dominantes” afiliados a pandillas, quienes pueden hacer que se sientan protegidas y proporcionar un sentido de respeto y estatus (Dyson, et al., 2012).

Tiene un impacto la exposición a la violencia familiar en la perpetración de la violencia comunitaria y el efecto de exposición a la violencia en la comunidad aumentando el riesgo de convertirse en una víctima o perpetrador de violencia en una relación íntima, como el noviazgo. El estrés postraumático y el trauma psicológico asociado con presenciar violencia familiar y comunitaria han sido reportados en varios estudios y pueden estar asociadas con la perpetración de violencia (Campbell, et al., 2003).

Social. Influyen todos aquellos aspectos que tienen un impacto dentro de la sociedad como las normas, la religión y la cultura (Gover, 2004), la cual se puede definir como:

El conjunto de todas las formas, los modelos o los patrones, explícitos o implícitos, a través de los cuales una sociedad se manifiesta, qué son dominantes y que son creados por la transmisión de conocimientos y que de alguna manera rigen el actuar de las personas. Como tal incluye costumbres, prácticas, códigos, normas y reglas de la manera de ser, vestimenta, religión, rituales, normas de comportamiento y sistemas de creencias. Desde otro punto de vista se puede decir que la cultura es toda la información y habilidades que posee el ser humano, aquellos valores y creencias (Flores & Rodriguez, 2015, pp. 37-38).

Se ha sugerido que diferentes grupos raciales / étnicos tienen diferentes valores culturales, experiencias de vida y exposiciones, recursos y factores situacionales que producen diferencias en factores intrapersonales y contextuales que a su vez impactan el comportamiento. El ámbito de la pobreza se encuentra como desventaja, ya que se cree que estas tasas suben al 33% de los niños y al 68% de niñas (Chase, O’Leary, & Treboux, 2002).

Los medios de comunicación y los espacios recreativos a los que se tiene mayor acceso influyen en las conductas de riesgo, sobre todo si el entorno justifica la conducta violenta como un acto normal o “merecido” (Gobierno federal, 2012). Los medios de comunicación en todas sus formas tienen una poderosa influencia en todos, incluidos los jóvenes, los medios de comunicación influyen en prácticamente todos los aspectos de la vida. Gran parte de lo que los adolescentes aprenden sobre las relaciones interpersonales del sexo opuesto o del mismo sexo y las relaciones de citas a través de una variedad de medios, incluidas películas, programas de televisión populares, videos musicales, estaciones de radio comunitarias y revistas enfocadas en los adolescentes y jóvenes; cada uno de estos medios populares puede tener diferentes efectos en las relaciones adolescentes, incluida la violencia de pareja (Campbell, et al., 2003).

En muchas ocasiones los mensajes que transmiten los medios de comunicación al respecto de vivir un noviazgo son negativos, muestran que en un compromiso formal se pierden más cosas que las que se pueden llegar a ganar. En ocasiones se favorecen las relaciones prematuras por “la influencia que tienen los medios de comunicación sobre la vida de los adolescentes por medio de la pornografía, el cine, la televisión, la música, etc.; convirtiéndolos en adultos en el aspecto sexual sin proveerles una educación afectiva” (DIF Jalisco, 2012, p. 103).

Las normas sociales generalmente conciben la agresión verbal como menos severa y más aceptable que la agresión física, que ocurre con menos frecuencia, existen creencias y normas que apoyan la violencia mediante la tolerancia y la normalización de comportamientos violentos (Avina, et al., 2008; Brookmeyer, et al., 2012; OPS-OMS, 2003). La agresión en las relaciones de pareja muchas veces resulta de una cultura que mantiene la idea de las diferencias entre hombres y mujeres por ejemplo en cuanto a roles y estereotipos, cómo se revisará a continuación (Avina, et al., 2008; Brookmeyer, et al., 2012; Flores & Rodriguez, 2015).

El DIF Jalisco (2012) en su programa Escuela para novios se menciona que “la causa central de la violencia en el noviazgo es la base social en la que vivimos ya que a pesar de todo lo que se ha luchado para lograr una equidad de género existe la visión machista y patriarcal” (p. 122).

Cómo ya se pudo observar, existe una gran cantidad de factores de riesgo a nivel personal, relacional, comunitario y social para la perpetración y victimización de la violencia en el noviazgo.

Una comprensión más profunda de estos factores facilitará que la red de apoyo social de la víctima, así como los profesionales de la salud legal y mental, examinen no solo la gravedad de las acciones en sí mismas, sino también las intenciones y motivaciones tanto de la víctima como del autor de la agresión físico y psicológica (Hammock, et al., 2012).

Los factores de riesgo son un aspecto fundamental para poder desarrollar estrategias de prevención de la violencia en el noviazgo, ya que se debe prestar atención a los factores de riesgo y protección para la perpetración de la violencia en el noviazgo para poder hacer frente a esta problemática que aqueja a jóvenes (Breiding, et al., 2013).

Mitos Sobre las Relaciones de Noviazgo

Otro de los factores de riesgo más comunes para que se pueda presentar la violencia en el noviazgo son los mitos que giran en torno a las relaciones de pareja. Para ser más específicos, la palabra mito se refiere a una narración que presenta explicaciones fantásticas de hechos reales o fenómenos de la naturaleza, se manifiestan en alguna persona o cosa a la que se atribuyen cualidades o excelencias que no tiene (Asociación de Academias de la Lengua Española (ASALE) & Real Academia Española (RAE), 2020).

Contrario al concepto del mito, la realidad se define cómo aquello que acontece de manera verdadera o cierta. Lo que ocurre en las relaciones de noviazgo es que se suelen considerar a los mitos por realidades.

Los enunciados que se muestran en la Tabla 3, retomados del IAM (s.f) son algunos ejemplos que muestran la discrepancia entre los mitos y realidades respecto a las relaciones de pareja.

Tabla 3*Discrepancia entre enunciados mito vs realidad*

Mito	Realidad
“Si te cela es porque te quiere”.	Los celos solo demuestran inseguridad y posesión, el sentirlos no siempre está mal, lo importante es saberlos manejar y demostrar de manera prudente.
“La prueba de amor fortalece tu relación”	Tener relaciones sexuales con amor, seguridad y responsabilidad es un punto importante en una relación, pero no siempre el tenerlas indica que una relación marchara mejor.
“Es fácil reconocer una relación violenta”	Es difícil para los jóvenes reconocer la violencia en sus propias relaciones, por diversos factores que interfieren.
“En una relación de noviazgo no existe la violación”	Tener relaciones sexuales con una mujer sin su consentimiento es violación, aunque sea amiga, novia o esposa. Una violación no es determinada por el tipo de relación, sino por la falta de consentimiento para la actividad sexual.
“La violencia en las parejas se resuelve sin ayuda de otras personas”	La violencia en la pareja no es un acto sólo privado, ya que tiene consecuencias sociales muy graves. Una actitud de autosuficiencia en estas situaciones es contraproducente. Si alguien se encontrara en una relación abusiva, tendría que ser capaz de pedir ayuda.
“Los hombres son violentos por naturaleza”	Los hombres aprenden a ser violentos por ciertos mensajes sociales y familiares. La violencia es una manera en que muchos hombres resuelven conflictos y establecen control y dominio sobre otra persona.
“El alcohol causa la violencia”	El alcohol exagera la violencia, pero esto no significa que solo por tomar se vuelva violento.
“La violencia es responsabilidad de quien la provoca”	La responsabilidad de la violencia es de quien la ejerce, es necesario hacer hincapié en no culpar a las víctimas de violencia, ya que este es el discurso de los emisores de ésta.
“Si una persona tiene una relación violenta y se queda es porque le gusta”	Ni a hombres ni a mujeres les gusta estar en una relación en la que los traten mal, pero tenemos que estar conscientes de que hay diversas razones emocionales, económicas, sociales, culturales, etcétera, por las cuales una persona se queda en una relación violenta.
“Si te pide perdón es porque se arrepiente y ya va a cambiar, porque el amor lo cambia todo”	Las actitudes violentas ejercidas no cambian por la cantidad de amor hacia la pareja; el cambiar es una cuestión personal que depende de la disposición, responsabilidad, trabajo personal y compromiso.

Problemas que Interfieren en la Relación de Noviazgo

Los conflictos dentro del noviazgo también pueden surgir debido a que las expectativas de la relación no se cumplieron generando violencia y frustración. Pues la mayoría de las personas comparten una imagen de una pareja ideal, de esta forma se forman ideas sobre cómo debe de ser la pareja en su forma de ser (valores, gustos, intereses, etc.) y físicamente. Cuando estos ideales no se cumplen totalmente o en su mayoría la pareja presiona, manipula y exige que sean cumplidos sin darse cuenta de que en una pareja las dos personas son como dos mundos cada cual con su criterio, opiniones, prejuicios, vanidades y hábitos. No es fácil la convivencia diaria, es difícil sostener una relación que está sujeta a rutinas y diferencias que frecuentemente chocan (Flores & Rodríguez, 2015, p. 33).

Estereotipos y Roles de Género

El género hace referencia a el conjunto de constructos culturales e históricos de lo femenino y lo masculino, se definen como el conjunto de prácticas, ideas y discursos relativos a la feminidad y la masculinidad, que determinan las características consideradas socialmente como masculinas (propias de los hombres) y como femeninas (propias de las mujeres). Este conjunto de prácticas determina una serie de comportamientos asociados a características específicas que derivan en atribuciones sociales impuestas a uno y otro sexo, involucrando relaciones de poder y desigualdad (Ayllón, et al., 2014; Rojas-Solís, 2013).

Los roles de género y las nociones tradicionales sobre las relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres hacen que la construcción de identidad en las relaciones íntimas sea una fuente potencial de conflicto (Straus, 1999).

En el proceso de formación de identidad, los jóvenes pueden tratar de encajar en las normas de un grupo social, como el género y la apariencia. Por ejemplo, la función de las relaciones en la formación de la identidad entre las mujeres jóvenes puede ser parcialmente aclarada por las teorías de roles feministas y de género, que buscan exponer los efectos de las influencias de género socialmente construidas en los equilibrios de poder interpersonales.

Los estereotipos de género y roles representan un factor de riesgo importante dentro de las relaciones de noviazgo (Avina, et al., 2008; Brookmeyer, et al., 2012; Campbell, et al., 2003; Gobierno Federal, 2012; OPS-OMS, 2003). Estos “influyen en la existencia de violencia en el noviazgo porque en la sociedad, la cultura y la familia, es donde se aprenden los roles que cada persona sigue de acuerdo con su sexo, creando estilos de vida” (Corona, 2010, p. 67). Dentro de los cuales los varones, tienen ciertas preferencias y privilegios lo que aumenta la vulnerabilidad de las mujeres a sufrir violencia (Avina, et al., 2008; Brookmeyer, et al., 2012; Flores & Rodríguez, 2015). Estos elementos socioculturales generan relaciones de poder entre sexos dentro del noviazgo, por medio de la concesión de roles y estereotipos para cada uno, pues “la violencia es resultado de no entender que hombres y mujeres tienen los mismos derechos y obligaciones” (DIF Jalisco, 2012, p. 132).

Es inevitable recurrir a cuestiones de género, en las investigaciones observamos diferencias respecto al sexo, por ejemplo, que “las mujeres toman más en cuenta cuestiones como la forma en que son tratadas y otros factores emocionales, en tanto que los hombres priorizan el aspecto físico” (Valladares & Crisanty en Flores & Rojas-Solís, 2013). En el noviazgo pueden influir diversos aspectos, pero el atractivo físico y los aspectos comunicacionales parecen seguir siendo factores claves para el inicio y mantenimiento de una relación de noviazgo amorosa.

Stern (en Flores & Rojas-Solís, 2013) realizó una interesante investigación con jóvenes de tres contextos socioculturales: un sector marginal urbano de la Ciudad de México, un sector popular en Matamoros-Tamaulipas y un sector de clase media alta de la Ciudad de México.

En el sector marginal-urbano los estereotipos de masculinidad y feminidad fueron rígidos y tradicionales en cuanto al reparto de roles en la expectativa, formación y vivencia de la vida en pareja. Mientras que en el sector popular-urbano pueden persistir estereotipos de masculinidad y feminidad, pero se observan otras variaciones por ejemplo los espacios públicos para socializar con el sexo opuesto son distintos, los encuentros heterosexuales en las “discos” son conocidos como “*frees*”, relaciones sin compromiso de ninguna de las partes que funcionan como prácticas informales de socialización sexual (Flores & Rojas-Solís, 2013, p. 130).

Dyson et al. (2012) señala diferencias de género entre los miembros de pandillas masculinos y femeninos, incluidos sus roles e identidades dentro de las pandillas, y cómo estos roles contribuyen a la violencia. Principalmente se identificó una división entre las expectativas sociales para ambos sexos, con los hombres típicamente teniendo más libertad dentro de la pandilla, mientras los miembros femeninos tenían una imagen mucho más tradicional. Los miembros varones esperan que las mujeres cumplan con los deberes del hogar y que participen en actividades de pandillas donde no solo se espera que cumpla con los deberes domésticos tradicionales, sino que también se exige que ella aporte parte de los ingresos del hogar. Cuando ella no cumple con estos dos roles, a menudo, se recurre a la violencia

Dentro de los roles y estereotipos de género la respuesta de una mujer al maltrato suele estar limitada por las opciones de que dispone, por lo que continúan en una relación en la que son maltratadas. Estudios de mujeres en Estados Unidos, África, América Latina, Asia y Europa, revelan diversos factores:

Entre ellos sobresalen comúnmente: el temor al castigo, la falta de medios alternativos de apoyo económico, la preocupación por los hijos, la dependencia emocional, la falta de apoyo de la familia y los amigos, y la esperanza constante de que el hombre cambie. [...] también citan la estigmatización que trae aparejada el hecho de no estar casadas como una barrera adicional que les impide dejar una relación violenta. A menudo, la negación y el temor de aislarse socialmente impiden a las mujeres buscar ayuda (OPS-OMS, 2003, p. 104).

Considerar el abuso en las relaciones de pareja desde una perspectiva teórica feminista puede ser especialmente relevante dada la intensidad con que los roles de género a menudo se hacen cumplir y se cumplen durante la adolescencia (Crooks, Jaffe, & Wolfe, 2006).

El género impacta no solo en si un individuo puede estar involucrado en la violencia, sino también en el tipo de violencia experimentada y la cantidad de daño.

Los diferentes comportamientos exhibidos por hombres y mujeres pueden estar influenciados por las normas de género dentro de la sociedad (OMS, 2010). En algunas sociedades, ser hombre se asocia con asumir riesgos y comportamientos agresivos. Los hombres también

pueden observar a compañeros del mismo género y hombres mayores que exhiben un comportamiento delincuente y modelar este comportamiento.

Las diferencias de género también pueden estar relacionadas con la historia política y / o económica de un país. Los países que han experimentado conflictos violentos a menudo tienen una alta tasa de violencia interpersonal, incluso después de que el conflicto haya cesado (OMS, 2002).

Por lo tanto, un fuerte estereotipo de rol de género se asocia con la violencia en el noviazgo en donde los hombres tienden a mostrar actitudes más tolerantes hacia la violencia de pareja y a justificar o aprobar su uso bajo condiciones o circunstancias específicas (Dixon, Humphreys, & Pornari, 2013). Los roles y estereotipos en la actualidad con la equidad de género en la vida cotidiana generan conflictos en las relaciones de noviazgo y concubinato.

Dominio y Poder

En las relaciones interpersonales incluida la de noviazgo, existen diversos factores que pueden propiciar conflictos que desencadenan la violencia entre ellos se encuentra dominio que es: la capacidad de la que un individuo dispone para controlar o manipular a otra persona u objeto, con el objetivo de que realice lo que quiere, privándolo de su total libertad en un acto egoísta; otro factor es el poder, el cual es aquella facultad, habilidad, capacidad o autorización que tiene una persona, para llevar a cabo una determinada acción sobre algo o alguien, el poder implica también creer poseer mayor fortaleza corporal y/o intelectual en relación a otro individuo (Merino & Pérez, 2012).

Durante la relación de noviazgo pueden estar presentes la lucha por el control y el dominio y la insatisfacción del afecto recibido, de tal manera que se compite o pelea por el afecto y la sobreprotección a los seres queridos (Corona, 2010).

Como parte de estos aprendizajes de sentimientos hacia los demás, puede transmitirse el problema por el control y el dominio hacia otra persona, basado en la insatisfacción del afecto recibido, que genera inseguridad y celos. La capacidad o incapacidad de comunicar sentimientos, según haya sido el tipo de relación que tenían con su familia, ya sea de afecto o de contención. La violencia se basa

principalmente en una desigualdad en la distribución del poder, en el que las normas rígidas, los estereotipos y valores mal orientados llevan a los jóvenes a tomar una posición, ya sea de agresores o de víctimas según la personalidad o la manera de percibir los actos violentos de cada persona (Corona, 2010, p. 21).

Se ha encontrado una asociación entre la perpetración de violencia en el noviazgo y el control y dominio sobre la pareja, así como el derecho percibido de disciplinar y castigar a la pareja tanto para hombres como para mujeres (Dixon, et al., 2013).

Como menciona Alberoni (en Corona, 2010) cuando el amante quiere poseer la libertad del otro, quiere ser el mundo entero para el ser amado. De cierta forma la persona actúa de manera egoísta, pues el amante solo piensa en ser el dueño absoluto de su pareja, dominar sus actos, controlar sus pensamientos, decidir por ella, coartar su libertad, crear una persona dependiente. “En ocasiones el amante, inconscientemente por su exagerado deseo de mantener a su pareja cerca todo el tiempo, comienza a obligarla a seguir reglas y a actuar como él dice, incluso quiere controlar sus sentimientos” (Corona, 2010, p. 70).

Ciertos estudios describen actos de violencia y abuso como un mecanismo de disuasión y control sobre las mujeres. Muchos miembros masculinos de pandillas siguen la creencia patriarcal de que es apropiado controlar a las mujeres y castigarlas cuando están fuera de línea o se comportan de una manera que podría empañar su reputación y estado. Dentro de estas subculturas patriarcales, el uso del abuso y la intimidación en las relaciones de pareja son muy frecuentes y aceptadas tanto por el autor como por la víctima (Dyson, et al., 2012).

La violencia en el hogar surge de la desigualdad en la distribución del poder entre los involucrados, y si la familia es el espacio social donde se practican y reproducen normas, estereotipos y valores, entonces a través de éstos, se reforzará la desigualdad e inequidad entre mujeres y hombres (Ramírez, 2006), es por ello por lo que se ejerce por parte de quienes detentan ese poder y la sufren quienes se hallan en una posición más vulnerable (Corona, 2010, p. 19).

Datos descriptivos y cualitativos de investigaciones muestras indicaron una asociación entre la violencia en el noviazgo y el derecho percibido del autor de controlar y dominar a la pareja,

además mostraron que las razones comúnmente respaldadas, dadas por hombres y mujeres de por su violencia dentro de la relación de noviazgo, giran en torno a la coerción, el control y derecho sobre el socio (Dixon, et al., 2013).

En el maltrato en las parejas, el motivo del control es el más relevante en la literatura psicológica, donde la violencia se convierte en una de las tácticas más comunes para conseguir las pretensiones del cónyuge (Cárdenas, et al., 2013), encuentran que el motivo más probable de las agresiones de los varones es el intento de controlar el comportamiento de la víctima. Según los autores, el deseo de los hombres de dominar a las mujeres proviene de la socialización de una cultura tradicional patriarcal.

En las relaciones de noviazgo la violencia comienza por conductas agresivas a raíz de manifestaciones de dominio y poder queriendo apoderarse de la pareja en todos los sentidos, sin dejarlo ser libre haciéndola que haga lo que deseemos, por ejemplo, dominando sobre qué hace, con quien habla, a donde sale, etcétera; lo que se quiere más que de lastimar a la pareja es tener control total sobre ella.

Muchas veces por falta de seguridad y baja autoestima también se manifiesta menospreciando (sintiéndose superior), creer que es de nuestra propiedad y sometiendo con actos violentos. Por ello es importante reconocer el dominio y poder como problemas que influyen en las relaciones de noviazgo, para detectarlos, identificarlos y detenerlos, evitando caer en la violencia dentro del noviazgo.

Celos

Además del dominio y poder, otro factor que interviene en los problemas de pareja y que genera violencia, son los celos, los cuales se pueden definir como una “respuesta emocional que surge cuando una persona percibe una amenaza hacia algo que considera propio” (Corona, 2010).

Los celos representan uno de los principales conflictos en la pareja, estos surgen

de la desconfianza y la inseguridad con la que cuenta la pareja qué experimenta celos. En ocasiones, cuando los celos se vuelven muy intensos o patológicos se cae en la paranoia y se

imaginan cosas que no son reales y dentro del instinto de defenderse se puede dañar a otras personas como respuesta a la provocación percibida (Corona, 2010).

Esto se puede relacionar con el noviazgo, si una de las dos partes es insegura en el afecto y no cuenta con una buena autoestima, se presenta la desconfianza y por consiguiente los celos hacia su pareja, celos sin fundamento e imaginarios, que sólo lo llevan a comportarse de manera agresiva hacia su pareja (Corona, 2010, p. 62).

Son una forma de agresividad defensiva, una respuesta ante una provocación; los celos hasta cierto punto son una respuesta natural, el problema es no identificarlos, ni controlarlos, ya que si se salen de control pueden terminar desencadenando paranoia en la pareja donde imagina cosas que no son reales.

Los celos surgen porque se sustrae algo que se considera propio, entre más valor se le asigne a la pareja mayor será la magnitud de los celos. Los celos son siempre la percepción de traición de exclusividad, la persona evitará que su pareja pueda relacionarse con alguien más (Corona, 2010).

Los celos se presentan en personas inseguras y con una autoestima baja, pues al sentirse poco o nada, cuando logran conseguir una pareja temen perderla. “Si este tipo de sentimientos no son orientados adecuadamente y toman un rumbo incorrecto pueden convertirse en un factor determinante para provocar violencia en las relaciones de pareja” (Corona, 2010, p. 73).

Consecuencias de la Violencia

Experimentar agresión dentro de una relación romántica puede tener considerables consecuencias para el ajuste psicológico de los adolescentes y jóvenes, por lo tanto, las víctimas y los perpetradores de violencia en el noviazgo a menudo experimentan una variedad de resultados adversos que dañan la salud. La violencia en el noviazgo tiene consecuencias negativas en la calidad de vida y el bienestar de los seres humanos (Ackard, Eisenberg, & Neumark-Sztainer, 2007; Cárdenas, et al., 2013).

Cuando se utiliza la violencia hay un ataque contra los derechos, la integridad y la dignidad de la persona provocando un desarrollo inadecuado e inclusive daños físicos y psicológicos que repercuten en su vida y en la relación que mantiene con los demás (DIF Jalisco, 2012, p. 118).

Compartir la vida con una pareja que somete a malos tratos puede tener una repercusión profunda sobre todos los ámbitos en las vidas de los integrantes. La violencia se ha vinculado con un sinnúmero de resultados de salud diferentes, tanto inmediatos como a largo plazo. Aunque la violencia puede tener consecuencias directas sobre la salud, como sufrir lesiones, ser víctima de la violencia también aumenta el riesgo de tener mala salud en el futuro (OPS-OMS, 2003).

Las consecuencias del maltrato son profundas, y van más allá de la salud y la felicidad de los individuos para afectar al bienestar de toda la comunidad. Vivir en una relación violenta afecta al sentido de autoestima [...] y a su capacidad de participar en el mundo. Diversos estudios han revelado que las mujeres maltratadas suelen tener restricciones en cuanto al acceso a la información y los servicios, la participación en la vida pública y la consecución de apoyo emocional por parte de amigos y familiares. No es de sorprender que tales mujeres sean a menudo incapaces de cuidar debidamente de sí mismas y de sus hijos o de tener un trabajo o seguir una carrera (OPS-OMS, 2003, p. 109-110).

Es posible que la violencia en el noviazgo sea un factor de riesgo inespecífico, lo que significa que es probable que aumenten significativamente las probabilidades de problemas de salud, pero ningún problema o conjunto de problemas es más prominente que otros para todos los que han experimentado violencia en el noviazgo (Cerel, Ely, Nugent, & Vimbba, 2011).

La violencia tiene diversas consecuencias, siendo más específicos, impacta en la salud física, emocional, y reproductiva (especialmente de las mujeres). Además, se ha demostrado que los impactos de la violencia persisten a través del tiempo, aunque las agresiones hayan terminado, en donde las consecuencias psicológicas son más devastadoras y duraderas afectando principalmente su autoestima, de acuerdo con lo que reportan las víctimas (Hamama & Ronnen-Shenhav, 2013). La presencia de manifestaciones de maltrato psicológico durante el noviazgo tiene

consecuencias en los integrantes cómo "la desvalorización, la hostilidad, indiferencia, intimidación, imposición de conductas, culpabilización y bondad aparente" (Blázquez-Alonso, et al., 2012, p. 289).

La investigación más amplia sobre la violencia de pareja ha demostrado claramente que además de las lesiones físicas, hay una serie de resultados psicológicos, incluida la depresión, la baja autoestima, los síntomas de ansiedad y trauma, los cuales se han relacionado con las experiencias de agresión por parte de una pareja romántica, en donde los síntomas pueden ser debilitantes. Al igual que con la agresión física, experimentar agresión psicológica en una relación romántica se correlaciona positivamente con la angustia (Garrido, Jouriles, McDonald, & Rosenfield, 2009; Kaukinen, 2014).

Hallazgos refieren que las experiencias de agresión psicológica pueden ser más perjudiciales para la salud mental que las experiencias de agresión física. Los adolescentes que informaron haber experimentado casos frecuentes de agresión psicológica tendieron a informar preocupaciones más frecuentes sobre estar a solas con su pareja, preocupaciones de que su pareja les hiciera daño y que quisieran evitar a su pareja; esto incluso puede resultar una construcción útil para ayudar a identificar a los adolescentes que tienen relaciones abusivas (Garrido, et al., 2009).

De hecho, los resultados de la literatura de violencia en el noviazgo muestran que los agresores hombres y mujeres tienen actitudes que toleran la violencia de pareja y tienden a minimizar su gravedad y/o consecuencias; así mismo los perpetradores masculinos y femeninos tienden a externalizar la culpa, a menudo, atribuyen la causa de su violencia a un mal control personal o emocional, u otros factores fuera de su control, como el estrés, la ira o las características de su pareja.

El presenciar o experimentar abuso, no solo lleva a internalizar las normas agresivas y el comportamiento externo moldeando actitudes, sino también una amplia gama de resultados psicológicos y conductuales internalizadas, como la ansiedad, depresión, baja autoestima, retraimiento social, estrés postraumático y disociación (Dixon, et al., 2013).

La OMS (2003) menciona que las repercusiones de ser víctima de la violencia pueden considerarse un factor de riesgo sobre la salud con una variedad de enfermedades y afecciones.

Ackard, et al. (2007), DIF Jalisco (2012), Cárdenas, et al. (2013) y la OMS (2012) en sus revisiones mencionan que las consecuencias de vivir en una relación basada en la violencia se clasifican en diversos ámbitos de la salud del individuo cómo se mencionan a continuación.

Salud Física

Las consecuencias de violencia a nivel físico pueden ser leves o graves, sin embargo, de cualquier forma, generan un daño; estas pueden ser desgarros, hematomas, rasguños, fracturas, lesiones (torácicas, cerebrales, etc.) que varían desde cortes y equimosis hasta la discapacidad permanente y la muerte. También pueden producirse el síndrome del colon irritable, la fibromialgia, los trastornos del aparato digestivo, trastornos psicosomáticos y diversos síndromes de dolor crónico. Las personas que han sido maltratadas también experimentan una disminución del funcionamiento físico (OPS-OMS, 2003; OMS, 2012).

"Las víctimas de maltrato presentan más operaciones quirúrgicas, visitas médicas, estancias hospitalarias, visitas a farmacias y consultas de salud mental a lo largo de sus vidas que las no maltratadas, aun después de tener en cuenta los posibles factores de confusión" (OPS-OMS, 2003, p. 112).

Salud Mental

La mayor parte de la investigación sobre las consecuencias para la salud de la violencia en el noviazgo se ha centrado estrechamente en el impacto de la violencia física. Sin embargo, el trabajo teórico y empírico reciente sugiere que puede haber distintos subtipos o patrones de violencia en el noviazgo que se distinguen por la dinámica y la mutualidad del control coercitivo en la relación, generando consecuencias en la salud mental (Ansara & Hindin, 2011).

Respecto a las consecuencias de la agresión, los estudios realizados tanto en mujeres adolescentes como en adultas confirman que "las agresiones a las mujeres tienen un carácter más perjudicial y llevan consigo consecuencias psicológicas más graves, como manifestaciones de miedo y ansiedad y peor rendimiento académico" (Cárdenas, et al., 2013, p. 29).

Las consecuencias psicológicas generan un daño en diversos aspectos de la vida como la baja autoestima, escaso rendimiento escolar e incluso el abandono de estudios. Ackard, et al. (2002) encontraron asociaciones entre la violencia en el noviazgo y las tasas más altas de trastornos alimentarios, pensamientos y/o comportamientos suicidas, disminución de la salud mental, así como baja satisfacción con la vida (Banyard & Cross, 2008). También algunas consecuencias son el abuso de alcohol y drogas, ansiedad, trastorno por estrés postraumático, trastornos del sueño, aislamiento, deficiencias de la atención, hiperactividad, comportamiento de externalización, tabaquismo, prácticas sexuales de riesgo y conflictos dentro de las relaciones interpersonales.

Las mujeres maltratadas por su pareja padecen más depresión, ansiedad y fobias que las no maltratadas, según estudios realizados en Australia, Estados Unidos, Nicaragua y Pakistán; las investigaciones indican que las mujeres maltratadas por su pareja presentan mayor riesgo e intentos de suicidio (OPS-OMS, 2003).

El abuso psicológico también puede ayudar a mantener relaciones abusivas, lo suficientemente graves, que puede dar lugar a: dudas, confusión y depresión (Sackett & Saunders, 1999); en efecto la violencia en el noviazgo se asoció con mayores niveles de depresión que pueden llevar al suicidio. La literatura que rodea la relación entre la violencia de pareja y el pensamiento suicida indica una fuerte relación entre los dos problemas, los resultados de un estudio realizado por Strauss (2008), sugieren que tanto los perpetradores como las víctimas de violencia en el noviazgo han aumentado las tasas de pensamiento suicida (Ackard, et al., 2007; Strauss, 2008). Otra investigación indica que las chicas que reportaron antecedentes de pensamientos suicidas tenían más probabilidades de reportar antecedentes de abuso físico en comparación con aquellas que no tenían antecedentes de pensamientos suicidas (Cerel, et al., 2011).

Respecto a las consecuencias psicológicas, Mickey & Strauss (2012) realizaron un análisis estadístico de 14 estudios publicados y datos de un estudio de 32 universidades con estudiantes universitarios, analizando resultados del uso de la escala de tácticas de conflicto en naciones dominantes masculinas. El análisis factorial del perfil de abuso psicológico reveló cuatro formas principales de abuso: criticar el comportamiento, ignorar, rasgos de ridículo y celos/control, aquí el factor de celos/control es similar al factor de dominio-aislamiento; sin embargo, el abuso psicológico tuvo un impacto mucho más fuerte que el abuso físico en el miedo. Los rasgos donde

se tiende a ridiculizar, el comportamiento crítico y los celos/control tenían relación más fuerte con el miedo. La cantidad de abuso físico (no su duración), también se relaciona significativamente con el miedo y la depresión se relaciona con la crítica, la acción de ignorar, el ridiculizar y la violencia.

Las consecuencias psicosociales también generan un impacto en la salud mental, en un estudio realizado por Ansara & Hindin (2011) sobre violencia en el noviazgo, se les preguntó a los participantes que informaron al menos un acto de violencia física o sexual lo siguiente: "En el momento del incidente (s), ¿cómo te afectó esta experiencia?".

Los resultados de este estudio sugieren que experimentar cualquier patrón de relación de violencia está asociado con una gama de resultados psicosociales negativos para mujeres y hombres, demostrando un impacto cada vez más negativo y la peligrosidad percibida para patrones más crónicos y severos de violencia y control. Los resultados también demuestran que las consecuencias psicosociales de la violencia de pareja se extienden más allá del miedo e incluyen cambios en el afecto o la salud mental, el sentido de autoestima y el funcionamiento interpersonal, ya que experimentan reacciones, como los ataques de depresión/ansiedad, problemas para dormir, vergüenza/culpa, sentirse victimizado, molesto/confundido/ frustrado, herido/decepcionado y dificultad para relacionarse.

Como ya se ha revisado, las consecuencias psicológicas reciben un mayor impacto ya que tienen diferentes factores que las promueven, entre ellos agresiones físicas, psicológicas, económicas y/o sexuales, que generan un daño en la integridad de las personas que viven en relaciones de noviazgo violentas; todas estas consecuencias son de tipo negativo y afectan principalmente la estabilidad de la persona, algunas veces haciendo muy difícil que la víctima busque ayuda (Gobierno Federal, 2012). Es muy importante tener en consideración estas consecuencias a nivel de intervención y prevención.

Salud Reproductiva

Diversos estudios realizados en adultos por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos han analizado ampliamente los efectos sobre la salud de los diferentes tipos de violencia (físico, sexual y psicológico) experimentados en las relaciones

íntimas. Estos estudios han demostrado que los adultos que experimentan tipos de violencia física/sexual dentro de relaciones íntimas (noviazgo, maritales) tienden a tener impactos adversos a la salud más pronunciados que los adultos que experimentan sólo tipos de abuso no físicos.

La violencia sexual tiene los impactos más devastadores en la salud de las mujeres adultas, incluida una asociación con síntomas depresivos severos, trastorno de estrés postraumático, ansiedad, dificultad para dormir, salud regular/deficiente, síntomas físicos/somáticos, tabaquismo y problemas para el consumo de alcohol (Anderson, Bonomi, Buettner, Nemeth, & Rivara, 2013).

Las mujeres que viven con un compañero violento tienen dificultades para protegerse de embarazos no deseados y de enfermedades. La violencia mediante relaciones sexuales forzadas puede desembocar directamente en un embarazo no deseado o en infecciones de transmisión sexual, incluida la infección por el VIH (OPS-OMS, 2003).

Dentro de los daños y riesgos a la salud sexual y reproductiva, además de los ya mencionados, existen embarazos no deseados, complicaciones en el embarazo, abortos, trastornos ginecológicos, síndromes de dolor complejo y dolor pélvico crónico. Además, los resultados de estudios recientes apoyan lo anterior, ya que se ha encontrado que las pacientes con aborto tienen altas tasas de violencia en la pareja (Dickey, Harland, Peek-Asa, Saftlas, Shochet, & Wallis, 2010).

Los resultados también sugieren que la violencia entre parejas se asocia con el pensamiento suicida en adolescentes y jóvenes que buscan abortos; esta relación es moderada por los problemas generales de agresión en los noviazgos (Cerel, et al., 2011), las consecuencias impactan en cualquier nivel y aspecto la vida de victimarios y perpetradores, muchas veces estas consecuencias son irreversibles.

Repercusiones Económicas

Las mujeres reportan en ocasiones renunciar al trabajo debido al maltrato y/o perder un promedio de siete días laborales por incidentes; la violencia en la pareja influye en los ingresos de la pareja y en su capacidad de conservar un trabajo.

Un estudio en Estados Unidos encontró que las mujeres con antecedentes de haber sido víctimas de la violencia en pareja solían haber experimentado períodos de desempleo, haber cambiado con mayor frecuencia de trabajo y haber sufrido más problemas de salud físicos y mentales que podrían afectar a su desempeño laboral (OPS-OMS, 2003) situación que en los hombres funciona de la misma manera.

Repercusiones Escolares

Un estudio encontró efectos directos de la violencia en el noviazgo en el ámbito escolar, ya que los problemas de salud mental, incluida la depresión y el uso de sustancias, parecen complicar la relación entre la victimización, las calificaciones y los pensamientos de abandonar la escuela (Banyard & Cross, 2008).

Cualquier tipo de violencia genera un impacto en las personas que la sufren y esto se ve reflejado en diversos ámbitos de su vida, como lo es el ámbito escolar en el caso específico de los jóvenes y adolescentes, quienes debido a la problemática que enfrentan tienden a bajar su rendimiento escolar, disminuyendo sus calificaciones y participaciones, presentan mayor número de faltas a sus clases y en ocasiones se abandonan los estudios. Estas son manifestaciones de los daños que genera vivir en una relación de noviazgo violenta.

Repercusiones Sociales

En la sociedad actual las formas en que la tecnología interfiere en la vida, como los mensajes de texto, el correo electrónico y las redes sociales, ha afectado las relaciones entre los adolescentes y jóvenes, generando conflictos, incluida la violencia que se produce en las relaciones de noviazgo (Anderson, et al., 2013); en donde no todo termina ahí, sino que se generan consecuencias negativas, que afectan la vida de quienes viven violencia.

Los adolescentes altamente agresivos experimentan un mayor rechazo de sus pares y sufren más trastornos de internalización y externalización que sus pares menos agresivos. La agresión también crea problemas para las familias, tanto del agresor como de la víctima, que a menudo deben involucrarse con la escuela y las autoridades; la agresión también afecta a las comunidades

y a la sociedad en general debido a sus efectos inmediatos en los jóvenes (Hamama & Ronen-Shenhav, 2013).

Cuando se vive violencia en el noviazgo las redes de apoyo comienzan a deteriorarse, ya que hay un distanciamiento con las amistades, se dejan o se comienza a faltar a las actividades recreativas (quienes las tenían), escuela, entre otras; y debido a la importancia de estos factores protectores, al debilitarse aumentan la vulnerabilidad de sufrir violencia en las relaciones.

Al menos 20 estudios han encontrado que la violencia bidireccional es el patrón predominante en las relaciones violentas (Strauss, 2008), esto hace referencia a que tanto hombres como mujeres la padecen, y que el ser victimario no es exclusivo de las mujeres, por lo que ambos sexos pueden sufrir las consecuencias de vivir una relación de noviazgo violenta, además de que no solo los victimarios enfrentan consecuencias negativas sino también los perpetradores.

Las investigaciones actuales acerca de las consecuencias generales del maltrato sobre la salud concluyen que la influencia del maltrato puede persistir mucho tiempo después que éste ha cesado, además en cuanto más grave es el maltrato, mayores son sus efectos sobre la salud física y mental. Finalmente mencionan que los efectos de los diferentes tipos de maltrato y de episodios múltiples de maltrato, con el transcurso del tiempo parecen ser acumulativos (OPS-OMS, 2003).

Prevención de la Violencia en el Noviazgo

La importancia de prevenir la violencia en el noviazgo en jóvenes y adolescentes se destaca por su tasa de ocurrencia, las consecuencias para la salud y el potencial para llevar este patrón de relación a sus relaciones íntimas futuras (Fite, et al., 2013).

Debido a las altas tasas de violencia entre parejas y los resultados negativos asociados entre estudiantes universitarios, los investigadores se han centrado en aumentar la comprensión de los correlatos y predictores de perpetración de violencia en el noviazgo para informar sobre los trabajos de prevención primaria (Dardis, Edwards, Gidycz, & Kelley, 2015). Por ende, a nivel regional y mundial, las principales recomendaciones de la OMS (2014), son reforzar el programa mundial de prevención de la violencia y reforzar el apoyo al establecimiento de programas amplios e integrados de prevención de la violencia.

La prevención de la violencia en el noviazgo por diversas cuestiones ya mencionadas es una prioridad importante de salud pública. Diversos estudios resaltan la fuerte necesidad de fomentar la prevención y provisión de recursos para los jóvenes y adolescentes en todos los niveles del modelo ecológico, tal vez con un enfoque particular en la comunidad, desarrollando estrategias e intervenciones en torno a los comportamientos de riesgo juveniles particulares de cada comunidad (Banyard & Cross, 2008).

Factores Protectores

Estudios científicos demuestran que la violencia puede prevenirse: los hallazgos de una investigación realizada por Anderson, et al. (2013) mostraron una salud adversa en adolescentes expuestas a violencia física, sexual y psicológica en el noviazgo, particularmente para las mujeres víctimas. Esto pone en relieve la necesidad de implementar programas para prevenir la violencia en el noviazgo e intervenir cuando ocurre; el deber de la investigación académica es informar a los proveedores de salud mental y de educación de las universidades para que puedan identificar mejor las necesidades de tratamiento de las víctimas y perpetradores (Kaukinen, 2014).

Para ello la OMS (2014) y sus asociados han seleccionado estrategias que se centran en la prevención de la violencia y en la iniciativa de respuesta a lo largo de la vida; las estrategias pueden reducir diferentes tipos de violencia y contribuir a reducir la probabilidad de que las personas cometan actos de violencia o sean víctimas de ella. Las estrategias son:

1. Favorecer relaciones sanas, estables y confortantes entre los niños, sus padres y los cuidadores.
2. Fomentar las aptitudes para la vida en los niños, adolescentes y jóvenes.
3. Reducir la disponibilidad y el consumo nocivo de alcohol o drogas.
4. Reducir el acceso a las armas de fuego y las armas blancas.
5. Promocionar la igualdad de género para prevenir la violencia contra la mujer.
6. Cambiar las normas sociales y culturales que propician la violencia.
7. Establecer programas de detección, atención y apoyo a las víctimas.

Las estrategias para cambiar las normas sociales y culturales fueron el enfoque más habitual para abordar la violencia contra las mujeres, mientras que la formación en aptitudes para la vida y la prevención de la intimidación fueron las estrategias más frecuentes para abordar la violencia juvenil (OMS, 2014, p. 5)

La prevención de la violencia también se puede abordar desde un enfoque educativo, este se centra en la enseñanza de diez destrezas de carácter psicosocial para fortalecer las habilidades para la vida (Ayllón, et al., 2014):

1. Autoconocimiento.
2. Manejo de problemas y conflictos.
3. Empatía.
4. Comunicación asertiva.
5. Pensamiento creativo.
6. Manejo de emociones y sentimientos.
7. Relaciones interpersonales.
8. Manejo de tensiones y estrés.
9. Pensamiento crítico.
10. Toma de decisiones.

Estas habilidades forman parte de los factores protectores a nivel individual (más adelante se abordan a detalle), los cuales sirven para prevenir la violencia.

Como ya se ha revisado existen factores de riesgo que predicen la violencia en el noviazgo, los cuales son utilizados para informar a los programas de prevención sobre comportamientos y características modificables que, cuando se reducen o inhiben, impiden el desarrollo de la violencia (Dixon & Graham-Kevan, 2011; Fite, et al, 2013), “así pues, toda estrategia amplia de prevención de la violencia debe señalar maneras de mitigar o amortiguar tales riesgos” (OMS, 2014, p. 6).

La prevención integral debe considerar los factores de riesgo y de protección de acuerdo con los niveles de la ecología social: a nivel individual, relacional, comunitario y social, entonces la prevención debe enfocarse en fortalecer los factores protectores disminuyendo los de riesgo (Brookmeyer, et al., 2012).

Por ello el identificar y comprender el papel de los factores protectores es tan importante como investigar los factores de riesgo, ya que los factores protectores son aquellos eventos, oportunidades y experiencias que reducen o protegen contra la probabilidad de participar en comportamientos problemáticos, cuantos más factores de protección posea un joven, mayor será la probabilidad de que muestre resistencia, a pesar de la presencia de riesgo.

Brookmeyer, et al. (2012) realizaron una revisión que incluyó 191 artículos (119 incluyeron muestras de Estados Unidos y 72 muestras internacionales) sobre factores de riesgo y protectores, utilizaron los términos factores de riesgo y protectores para describir cualquier correlato, predictor o característica que diferencie entre aquellos que han perpetrado violencia en pareja y aquellos que no; mencionan que los factores protectores amortiguan el efecto esperado de un factor de riesgo o son más frecuentes entre aquellos que no informan violencia de pareja.

De una revisión de 20 artículos se identificaron seis factores protectores: a nivel individual, se encontró la alta disonancia cognitiva sobre la violencia en el noviazgo (darse cuenta de que lo que estaban haciendo estaba mal), alta empatía, mejor promedio de calificaciones y un coeficiente intelectual verbal (más alto); en el nivel de relación se encontró tener una relación positiva con la madre de uno y tener un sentido de apego a la escuela (Breiding, et al., 2013; Ferguson & Dyck, 2012).

Algunos estudios sugieren que la empatía funciona como un factor protector potencial que amortigua el efecto de otros factores de riesgo debido a que existe una preocupación por cómo las acciones de uno afectan a los demás, lo que puede ejercer un control inhibitorio cuando la toma de decisiones se ve comprometida por otros factores de riesgo situacionales, como la intoxicación, la ira o la ansiedad (Brookmeyer, et al., 2012).

Borowsky, Hogan e Irlanda (en Mulvey & Yang, 2012), encontraron que la salud emocional y la conexión eran factores protectores para la perpetración en violencia de los chicos,

y el logro académico era un factor protector para la perpetración de las chicas. Por ello se deben desarrollar e identificar estrategias de prevención que pueden adoptar un enfoque integral de promoción de la salud y resiliencia (Brookmeyer, et al., 2012).

Se menciona que la prevención de la violencia en el noviazgo se debe abordar con un enfoque que pretenda incrementar la salud y el bienestar mediante “la identificación de habilidades, recursos como la resiliencia, rasgos positivos o factores protectores” (Rojas-Solís, 2013, p. 21), para lograr obtener mayor eficacia y eficiencia.

Un recurso importante dentro de la prevención de la violencia, para reorientar los problemas de dominio y poder en las relaciones de noviazgo, son la reflexión y aceptación de nuevos valores, o principios que orienten nuevas formas de relación. Habilidades y destrezas, como lo es la autoestima que ayudará al joven a ser una persona auto afirmativa, segura de sí misma, asertiva y autónoma (Corona, 2010; Rojas-Solís, 2013).

A continuación, se mencionan algunos factores protectores de la violencia en el noviazgo:

Edad. El noviazgo es una etapa en la vida del ser humano por lo tanto es necesario vivirlo en la edad y momento adecuado con la madurez suficiente, disminuyendo así las probabilidades de enfrentarse a conflictos y situaciones de violencia.

Resiliencia. La resiliencia es la capacidad de afrontamiento ante situaciones adversas, se trata de todas aquellas actitudes, herramientas, habilidades y capacidades que son útiles en el logro de metas, toma de decisiones y relaciones interpersonales que llevan a la calidad de vida (Hijar & Valdez, 2010).

Autocontrol. El autocontrol es de gran importancia para la salud psicológica, se considera el principal recurso personal para evitar la violencia en el noviazgo; este comprende un comportamiento dirigido a objetivos que ayudan a las personas a superar situaciones estresantes, dolor y emociones perturbadoras.

Se refiere a los esfuerzos del individuo para cambiar las respuestas a eventos externos, en lugar de tratar de cambiar la realidad externa. Cualquier persona que carece de este recurso tiene

dificultades para hacer frente a los eventos estresantes que son parte de la vida cotidiana, en donde en muchas ocasiones se recurre a la agresividad.

Para fortalecer el autocontrol se requiere que las personas evalúen las interrupciones en su forma habitual de pensar, que crean que sus acciones pueden mejorar su capacidad de afrontamiento y sean capaces de crear el cambio deseado en la emoción, el pensamiento o el comportamiento, sin cerrarse solo a una opción o un plan (Hamama & Ronen-Shenhav, 2013).

El aumentar el autocontrol en las personas proporciona una sensación de seguridad, bienestar e independencia en la dirección de sus vidas, lo que brinda a las personas esperanza, un sentido de responsabilidad y un sentido de poder porque se perciben a sí mismas como sus propios agentes de cambio (Hamama & Ronnen-Shenhav, 2013). Ponerlo en práctica como recurso personal contribuye no solo a disminuir los efectos del estrés ambiental, sino también a una menor incidencia de agresión entre los adolescentes y jóvenes.

Regulación Emocional. Las emociones pueden verse como un conjunto de habilidades que permiten socializar y adaptarse al mundo; los refuerzos, las cogniciones y los conocimientos obtenidos a lo largo de la infancia y la adolescencia influyen en el proceso de evaluación, tratamiento y regulación de las emociones. El desarrollar una amplia gama de conceptos emocionales ayuda a interpretar las propias experiencias emocionales para identificarlas, controlarlas y regularlas (Hamama & Ronnen-Shenhav, 2013).

Existe evidencia de que la regulación emocional desadaptativa está asociada con el comportamiento agresivo. La mayor parte de esta evidencia proviene de estudios que han encontrado asociaciones entre varios aspectos de la regulación/control de la ira y la agresión (Bucks, Daffern, & Roberton, 2011), por ello tener una adecuada regulación emocional resulta indispensable. Debido a esto muchas intervenciones se han centrado en enseñar el control sobre comportamientos como los golpes y sobre los sentimientos subyacentes de frustración, enojo e impotencia que evocan la agresividad (Hamama & Ronnen-Shenhav, 2013).

El control efectivo de los estados emocionales puede ser ayudado a través de la adopción de prácticas de meditación y respiración, conocidas como técnicas de atención plena que se caracterizan por la aceptación de los pensamientos a medida que surgen, lo que permite al

individuo responder de manera reflexiva en lugar de agresiva (Beech, Fisher, Gillespie, & Mitchell, 2012).

Bucks, et al. (2011), describen los tipos de regulación emocional y sus características específicas, las cuales se describirán a continuación:

-Regulación adaptativa: es la que permite que un individuo funcione con éxito en su entorno, utilizando la regulación de la emoción de manera adaptativa al enfrentar una experiencia emocional difícil, se puede contener la experiencia emocional lo suficiente como para continuar participando en comportamientos dirigidos a objetivos mientras se permite que la experiencia emocional siga su curso.

-Regulación desadaptativa: un individuo que utiliza la regulación de la emoción desadaptativa cuando se enfrenta a una experiencia emocional difícil es incapaz de contener la experiencia emocional lo suficiente como para participar en comportamientos dirigidos a objetivos o no permite que la experiencia emocional siga su curso.

Existen dos estilos de regulación emocional desadaptativa: sub-regulación y sobre-regulación, ambos son los extremos de un continuo, donde la regulación de la emoción va desde una sub-regulación (en un extremo), la regulación adaptativa (en medio) y la sobrerregulación (en el otro extremo) (Bucks, et al., 2011).

Sub-regulación emocional: la excitación emocional y la expresión no siempre son útiles o apropiadas, esta ocurre cuando un individuo no puede contener experiencias emocionales difíciles lo suficiente como para continuar participando en conductas dirigidas a objetivos o inhibir conductas impulsivas.

Sobre-regulación: ocurre cuando un individuo usa estrategias de regulación de la emoción en un esfuerzo por detener constantemente el desarrollo de la experiencia emocional utilizando, por ejemplo: la evitación, la modificación de situaciones, el despliegue atencional, la reevaluación cognitiva, supresión o inhibición de la emoción etc. Sin embargo, para que las experiencias emocionales difíciles puedan ser absorbidas y puedan continuar otras experiencias y

comportamientos, un individuo debe permitir que los procesos fisiológicos y psicológicos que acompañan a una experiencia emocional sigan su curso.

Flexibilidad y funcionalidad de la regulación emocional: aunque las personas suelen desarrollar estilos de regulación emocional consistentes y estables (adaptativos o desadaptativos), la mayoría utiliza una variedad de estilos de regulación emocional en diferentes situaciones y emociones; por ejemplo, una persona que experimenta consecuencias negativas debido a una emoción poco regulada a una edad temprana puede comenzar a evitar o reprimir sus emociones a medida que envejece. Además, la sobre-regulación puede conducir a una acumulación de emociones inhibidas que ya no pueden ser contenidas, lo que resulta en instancias de emociones sub-reguladas. Por lo que se puede argumentar que la sub-regulación y la sobrerregulación siguen siendo funcionales en la medida en que permiten que el individuo funcione en el entorno inmediato.

Reconocer las habilidades de regulación emocional y su relación tanto con la sobre-regulación como la sub-regulación, incluida la agresión, ayuda a tener claramente la utilidad de dichas habilidades (Bucks, et al., 2011), que son:

-Conciencia emocional: la regulación efectiva de las emociones requiere conciencia, comprensión y claridad de las respuestas emocionales. La capacidad de reconocer y describir experiencias emocionales internas se considera importante porque proporciona acceso a la información funcional adaptativa en la emoción y los estados emocionales tienen un alto valor informativo, particularmente cuando pueden diferenciarse claramente de otros estados emocionales; incluso las emociones incómodas o dolorosas proporcionan información sobre valores, objetivos y necesidades. Ser consciente de lo que la emoción está indicando puede ayudar a las personas a comportarse de acuerdo con estas necesidades (Bucks, et al., 2011).

-Aceptación emocional: la regulación emocional efectiva requiere que las experiencias emocionales sean aceptadas, esto implica encontrar sin prejuicios todas las emociones sin experimentar reacciones negativas ante estas. La disposición a experimentar emociones tanto positivas como negativas es un componente necesario de la regulación emocional efectiva porque permite que los procesos fisiológicos y psicológicos que acompañan a la emoción sigan su curso.

Aceptar emociones puede ser difícil, sin embargo, con experiencia, las personas asocian emociones particulares con experiencias mediante recuerdos, evaluaciones, juicios y reglas sociales.

Cuando la aceptación de las emociones es difícil, los individuos pueden estar más inclinados a confiar en la agresión como un medio para reparar o terminar las experiencias emocionales difíciles. Alternativamente, una persona que tiene dificultades para aceptar emociones puede evitar o suprimir su experiencia emocional y/o expresión, lo que también puede conducir a una mayor probabilidad de comportamiento agresivo.

La literatura proporciona evidencia clara de que los estilos desadaptativos de regulación emocional pueden aumentar el comportamiento agresivo. Si bien la asociación entre la ira y la agresión sub-reguladas es familiar, el papel de la sub-regulación en otras experiencias emocionales difíciles también parece ser importante, particularmente dado que la agresión proporciona un medio alternativo para terminar las experiencias emocionales difíciles. Las experiencias emocionales difíciles que están sobre-reguladas también pueden contribuir más al comportamiento agresivo principalmente al agotar los recursos disponibles, aumentar la excitación fisiológica y disminuir las inhibiciones.

Reconociendo las emociones básicas, su función adaptativa y aprendiendo a regular dichas emociones, diversos aspectos en la vida de los jóvenes mejorarán.

Valores. Cuando se habla de valores se hace referencia a los ideales que orientan la conducta humana, acorde a lo que la sociedad valora, éstos cumplen muchas funciones sociales, sin embargo, se encuentran arraigados de forma individual e influyen en las conductas de forma única; existen los valores universales y los propios de cada sociedad los cuales “ayudan a tomar decisiones congruentes de acuerdo con lo que se cree y al mismo tiempo ayudan a resistir la presión de otros” (Corona, 2010, p. 76).

“El conocimiento del valor es un saber que se va adquiriendo y re-construyendo por medio de la experiencia, la reflexión de las consecuencias de su actuar, en el espacio personal, así como identificando criterios en la argumentación” (Corona, 2010, p. 77), estos también dependen de la

cultura y región en la que se haya desarrollado la persona, ya que es ahí donde se transmiten los conocimientos, normas y reglas que conllevan los valores.

Se ha encontrado que la base de una buena relación es el ejercicio de valores como el amor, la responsabilidad, la empatía, la tolerancia, el respeto, entre otros, por eso fortaleciendo los valores se previenen conductas de violencia. Para ello se deben construir relaciones de noviazgo sobre la confianza, el respeto y el amor, donde los jóvenes en primer lugar deben aprender a aplicar estos valores en su vida y hacia su persona, ya que una persona que es capaz de valorarse y respetarse a sí misma, podrá valorar y respetar a su pareja, formando así relaciones de noviazgo placenteras y agradables.

Autoestima. Es la percepción que cada persona tiene sobre su físico, capacidades, cualidades, limitaciones y habilidades, “es la forma en que una persona se siente y piensa de sí, es decir, el concepto que tiene de sí mismo” (DIF Jalisco, 2012, p. 169); la autoestima implica amarse, valorarse y aceptarse tal y como es la persona con su cuerpo, carácter, cualidades, defectos e historia de vida. Tener una buena autoestima permite crecer, ser libre, creativo, alegre, amistoso, amoroso, sentirse pleno y con capacidad de dar y recibir" (Corona, 2010, p. 81), la persona se siente digna, se respeta y enseña a los demás a que también lo hagan.

Las experiencias vividas durante la infancia juegan un papel importante en el establecimiento del amor propio y la calidad de estas experiencias influye directamente sobre el nivel de autoestima. Durante estos primeros años de vida los éxitos, fracasos y el trato que se recibe, contribuye a la formación de una imagen personal y en consecuencia establecer un buen nivel de autoestima (DIF Jalisco, 2012, p. 175).

El nivel de la autoestima es el responsable de muchos fracasos y éxitos en la vida del ser humano, un nivel adecuado "potenciará la capacidad para el desarrollo de habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona a la derrota y el fracaso" (DIF Jalisco, 2012, p. 170), pues la autoestima en una persona influye en cómo se siente, piensa, aprende, crea, comporta y se relaciona con los demás.

Pick (1999) refiere que la autoestima es la capacidad de tener confianza y respeto por uno mismo, por lo tanto, la autora considera que es el núcleo familiar en donde el niño adquiere las bases que necesita para una autoestima adecuada, que le permite sentirse apto para la vida, o con una autoestima inadecuada que lo haga percibirse como un ser inepto para enfrentarse al futuro. Los padres tendrán que ser “espejos” que reflejen al hijo sus cualidades y logros, ayudándole así a crear un sentido de auto confianza dentro de su familia y dentro de la sociedad. Esta confianza en sí mismo y en los que lo rodean, le ofrecerá una base firme para desarrollar su identidad con la certeza de ser aceptado, valioso y capaz (Corona, 2010, p. 80).

La baja autoestima es aquella en la que la persona le da demasiada importancia a la opinión de los demás, incluso puede llegar a valorarse en función de cómo cree que es apreciada y valorada por los demás, lo que trae como resultado que la persona presente dificultades para relacionarse con los demás (DIF Jalisco, 2012). “Las personas con baja autoestima, indica Molina (1996), presentan características emocionales tales como agresividad, timidez, alarde, impaciencia, competitividad, arrogancia, crítica, rebeldía ante figuras de autoridad y perfeccionismo, entre otras, las cuales propician conflictos en las relaciones interpersonales” (Naranjo, 2007, p. 18).

De manera general las personas con baja autoestima presentan:

- Sentimientos negativos que ocultan un enojo contra ellos mismos y los demás, las cuales producen dolor, rabia, tristeza, ira y depresión.
- Sensibilidad a las críticas.
- Exagera sus fracasos.
- Atribuye sus éxitos a elementos externos, mientras los fracasos los atribuyen a sí mismos, culpándose de que las cosas no salen bien.
- Se niega a aprender cosas nuevas o no pone interés en aprenderlas.
- Habitualmente está triste, con miedo, enojado o con sentimientos de culpa.
- Muestra una actitud negativa de sí mismo y de los demás.
- Inseguridad.
- Descuida su imagen o se obsesiona con ella.
- Ve su vida presente y futura desde una perspectiva negativa.

Las personas con baja autoestima presentan las siguientes características: no se defienden, no tienen metas, presentan sentimientos de derrota y tristeza, desconocen o niegan sus propios talentos, sienten que no pertenecen, se aíslan, presentan un deseo innecesario por complacer, no se

atreven a decir no por miedo a desagradar, se muestran muy indeciso por miedo a equivocarse, son aburridos, resentidos o asustados, presentan una autocrítica dura y excesiva, tienen un estado de insatisfacción consigo mismo, no conocen ni respetan sus propios derechos, se sienten poco por lo que aceptará ofensas y humillaciones que reciba de su pareja hasta el punto de creer que son verdaderas.

Mientras que personas con baja autoestima y agresivas presentan las siguientes características: critican, están siempre insatisfechos, son superficiales, ofensivo/as, se sienten atacados ante los comentarios de los demás, tienden a presentar rasgos agresivos/as, envidioso/as, sin control, egoístas, intolerantes, hostiles, irritables, estallan aún por cosas de poca importancia, son presumidos, engreídos, prepotentes y no respetan los derechos de los demás.

Por otro lado, una persona con adecuada autoestima tiene las siguientes características: saben que no necesitan competir, no se comparan con los demás, tienen valores, principios y los defienden ante oposiciones, confían en su juicio, no gastan demasiado tiempo preocupándose por el pasado ni por el futuro, tienen la confianza para resolver sus problemas sin sentirse derrotado por los fracasos y dificultades, se aceptan tal y como son, valoran, respetan y toleran a sus semejantes, son capaces de dar y recibir afecto, saben que es interesante y valioso para sus seres queridos, no se dejan manipular por los demás, disfrutan cualquier actividad que realicen, sólo o en compañía y respetan las normas de convivencia.

Siempre se puede aumentar el nivel de autoestima y al hacerlo mejora la calidad de vida, pues aumentar el amor propio trae muchos beneficios; implica superarse cada día y ocuparse de la relación más importante: “la relación con uno mismo”. Las actitudes que ayudan a una persona a contar con una buena autoestima son:

- 1.- Saber y aceptar que todos tienen cualidades y defectos.
- 2.- Cuidar la salud y apariencia.
- 3.- Saber que todos tienen algo bueno de lo cual pueden estar orgullosos.
- 4.- Vivir responsablemente de acuerdo con la realidad, reconociendo lo que gusta y lo que desagrada de cada uno.

- 5.- Aprender a aceptarse a través de lo que siente y de lo que se es.
- 6.- Liberarse de la culpa al evaluar lo que se quiere y lo que se piensa, perdónate a ti mismo y a los que te han ofendido.
- 7.- Actuar de acuerdo con lo que se desea, siente y piensa, sin tener como base la aprobación o desaprobación de los demás.
- 8.- Vivir auténticamente al aprender a ser congruentes entre la forma de sentir y actuar.
- 9.- Valora y agradece todo lo que tienes.
- 10.- Reconoce tus errores y aprende de ellos.
- 11.- Nadie puede hacerte sentir inferior sin tu consentimiento.
- 12.- Ten paciencia y comprensión contigo mismo y con los demás.

Es muy importante ser conscientes del diálogo interno pues son pensamientos y expectativas las que le dan forma y producen una transformación. La calidad de vida está directamente relacionada con el diálogo interno. La manera más eficaz de crear una buena comunicación interna es alimentar nuestra mente de aspectos positivos (DIF Jalisco, 2012, p. 178).

Una adecuada autoestima es una herramienta con cimientos fuertes para vivir de una manera productiva y satisfactoria; tenerla permite aprender de manera más eficiente, desarrollar relaciones más gratas, tener la capacidad para aprovechar las oportunidades con confianza en uno mismo, ser autosuficiente y tener autocuidado, lo que contribuye al bienestar físico, emocional y psicológico.

Comunicación. Las personas son seres sociales, es decir necesitan de los demás para sobrevivir (desde el nacimiento), dentro de la familia se van desarrollando las habilidades de comunicación para después adentrarse a la sociedad; en su mayoría las actividades humanas están basadas en una comunicación directa o indirecta (conversar, reír, llorar, bailar, leer, callar, ver televisión, etc.), a través de la comunicación verbal y no verbal. Dentro de esta interacción la

comunicación es una capacidad y una actitud del ser humano, “es un fenómeno social que involucra todos los actos mediante los cuales los humanos participan con sus semejantes para transmitir o intercambiar información; ya que comunicar significa poner en común e implica compartir” (DIF Jalisco, 2012, p. 178), es dar a conocer a otras personas nuestros conocimientos o pensamientos.

Cabe destacar que la comunicación verbal es una habilidad que se debe desarrollar para evitar caer en problemas de violencia en el noviazgo; la comunicación asertiva es una habilidad fundamental para la resolución de conflictos.

La asertividad y la comunicación verbal se encuentran muy relacionadas con la autoestima, pues si se cuenta con una buena autoestima será más sencillo comunicar a otras personas lo que agrada o desagrada, en lo que se está de acuerdo a hacer y lo que no. Además, una persona segura será capaz de hacerse respetar tanto física como psicológicamente (Corona, 2010, p. 82).

Por ello es de suma importancia el desarrollar e implementar técnicas que sean útiles para fortalecer una comunicación asertiva que sea directa, concreta, pero sobre todo que esté basada en el respeto, la empatía y la amabilidad. En una relación de noviazgo la implementación de habilidades como la comunicación asertiva debe ser recíproca ya que “las relaciones interpersonales pueden ser una importante fuente de satisfacción si existe una comunicación abierta y clara; pero si esta comunicación es confusa o agresiva, suele originar problemas” (Corona, 2010, p. 82).

Pick (en Corona, 2010) menciona dos factores que impiden la comunicación y actitud asertiva: el primero es la agresividad que se refiere a la expresión hostil, poco honesta, fuera de tiempo y con el objetivo de ganar o dominar, haciendo que el otro pierda o se sienta mal; la conducta agresiva generalmente rompe la comunicación mientras que la asertividad la fomenta. El segundo factor es la pasividad que se refiere a dejar que los demás opinen o decidan por uno; implica falta de lucha, falta de control, mucha frustración e impotencia lo que produce coraje y obstaculiza el logro de metas. Ambos factores impiden una comunicación sana basada en el respeto, ya que la forma agresiva transgrede los derechos de la otra persona, mientras el factor

pasivo permite que las demás personas puedan transgredir sus derechos sin hacer nada al respecto; en cambio la comunicación asertiva es el equilibrio entre pasividad y agresividad.

De acuerdo con Corona (2010), así como con Hajar y Valdez (2010) comunicarse de manera asertiva implica aprender a:

- 1.- Identificar lo que se siente, piensa y quiere.
- 2.- Aceptar los propios pensamientos, sentimientos y creencias.
- 3.- Tener seguridad y confianza personal.
- 4.- Recuperar los niveles de autonomía e independencia y reconocer los del otro.
- 5.- Hacer acuerdos desde la aceptación de los valores mutuos, no luchando por el poder (que el acuerdo no vaya en contra de nadie).
- 6.- Controlar los sentimientos que impidan la comunicación.
- 7.- Buscar el momento oportuno para expresar lo que se quiere decir.
- 8.- Ser empáticos con la otra persona.
- 9.- Escuchar activamente.
- 10.- Hablar de manera clara y directa al expresar los sentimientos, deseos o pensamientos.
- 11.- No malinterpretar los mensajes de los demás.
- 12.- Hablar en primera persona y sin ira.
- 13.- Aprender a proponer y a solicitar y no dar por hecho nada.
- 14.- Dar respuestas claras y concretas.
- 15.- Analizar la manera en cómo se suele responder y cómo afectan o benefician.

Toma de Decisiones. Se refiere a todas aquellas acciones que contribuyen a desarrollar la autonomía, la ciudadanía y la equidad, “esta habilidad ofrece herramientas para evaluar las

diferentes posibilidades en juego, teniendo en cuenta necesidades, valores, motivaciones, influencias y posibles consecuencias presentes y futuras, tanto en la propia vida como en la de otras personas” (Ayllón, et al., 2014, p. 90).

La toma de decisiones, empatía y comunicación asertiva, son habilidades que proporcionan la capacidad de actuar ante situaciones, favoreciendo de la equidad de género, estableciendo una conexión empática con otras personas para una mejor comprensión, lo que propicia la tolerancia y una respuesta solidaria, recordando que cada persona tiene derecho a expresarse libremente y decidir cómo quiere relacionarse con otras personas (Ayllón, et al., 2014).

Proyecto de Vida. Es fundamental para los jóvenes tener un proyecto de vida, ya que al tenerlo hay metas y las acciones siempre van dirigidas a un objetivo ya sea a corto o largo plazo, una persona sin un proyecto de vida tiene altas probabilidades de fracasar.

Un proyecto de vida es el conjunto de valores, actitudes y acciones que debe establecer la persona para lograr una orientación y un sentido auténtico a su vida. Es un sendero para alcanzar las metas, es el camino que el ser humano traza con el fin de conseguir sus objetivos; da coherencia en las diversas facetas y marca determinados estilos en el actuar, en el modo de ver la vida (DIF Jalisco, 2012, p. 189).

Para seguir un plan de vida, la persona previamente ha integrado y jerarquizado diversas situaciones y acciones sobre su futuro, para el logro de sus metas; es un proyecto que da coherencia y sentido a la vida en todos los aspectos, cabe destacar que el proyecto de vida es único y personal. A través de este los jóvenes y adolescentes visualizan su vida y fortalecen su desarrollo poniendo en práctica habilidades para incrementar el autoconocimiento, el pensamiento creativo y crítico, la toma de decisiones, entre otras (Ayllón, et al., 2014).

La construcción del proyecto de vida se hace a partir de la realidad y de la historia personal (tomando en cuenta los ideales), para que un proyecto de vida sea eficaz es necesario establecer acciones concretas a corto, mediano y largo plazo, así como proveer los medios necesarios para lograrlo, fomentando el compromiso hacia el crecimiento personal; de manera inteligente se deben descubrir los elementos que ayudan y los que perjudican la realización del plan de vida.

Tener un proyecto de vida es fundamental, de lo contrario se vive sin rumbo y sentido y se necesita saber hacia dónde dirigir la vida, teniendo metas y planes que motivan, se llenará de sentido la existencia (DIF Jalisco, 2012), además de que previene de posibles desviaciones que se encuentren en el camino, evitando caer en situaciones de riesgo que puedan llegar a perjudicar la integridad de la persona, fungiendo, así como un factor protector para las relaciones de noviazgo violentas.

Uso del Tiempo Libre. Cada persona tiene en vida programadas y organizadas actividades a lo largo de sus días, en ocasiones son pocos los espacios libres para hacer lo que se desea, entre el estudio y el trabajo, si bien el tener diversas actividades ya funge como un factor protector, es importante poder aprovechar tiempos para el uso de actividades que den descanso o aquellas que resulten agradables e incluso divertidas. El tiempo libre se refiere a “aquel tiempo disponible, que no es para el estudio, para el dormir o comer y que puede estar destinado al ocio, al descanso, la recreación, el desarrollo personal o para realizar actividades que satisfagan las necesidades esenciales, como la sociabilidad” (DIF Jalisco, 2012, p. 186).

Es importante emplear el tiempo de manera adecuada en actividades productivas, recreativas y de agrado personal; el tiempo que se dedican las personas a sí mismas es una buena opción para la intimidad, permitiendo conocerse, desarrollar la creatividad e incluso para poder mejorar las relaciones con los demás, incluida la pareja. Las actividades realizadas en el tiempo libre, con quienes y donde se hacen son claves en la promoción y prevención de la salud, el destino provechoso que se le dé a este tiempo será una protección ante diversos factores de riesgo (adicciones, situaciones de peligro, violencia, relaciones sexuales prematuras, etc.).

El tiempo libre puede ser una experiencia positiva, por lo que debe incluir actividades que motiven y hagan tener sentido a la vida, si no se establece un proyecto de vida el tiempo libre será poco provechoso e inclusive aburrido. El aburrimiento surge cuando además de hacer siempre lo mismo existen pocas expectativas de poder realizar algo, no hay metas ni desafíos, ni aprendizajes (DIF Jalisco, 2012, p. 188).

Relación Familiar. Lograr un entendimiento mutuo entre los miembros de la familia mediante la comunicación ayudará a prevenir y solucionar problemas característicos de etapas futuras, siendo la familia la principal red de apoyo y contención ante situaciones adversas (Hijar & Valdez, 2010). También se ha encontrado que el aumento de la asistencia a la iglesia y vivir en una familia nuclear parece reducir el riesgo directo de violencia en el noviazgo (Gover, 2004).

Hay distintas maneras para educar como padres o cuidadores, se plantea que se cumplan las siguientes funciones para generar las habilidades necesarias en los jóvenes para la vida (Hijar & Valdez, 2010):

a) Función de crianza, no se limita únicamente a la alimentación o cuidados físicos sino a aspectos que tienen como finalidad proporcionarles un cuidado que garantice su supervivencia y un aporte afectivo.

b) Función de culturización y socialización, aquí la familia es quien transmite las pautas culturales, que intervienen en la adquisición de la identidad de género, la inculcación de valores sociales, éticos y morales, así como la conformación de una identidad personal, familiar y social.

c) Función de apoyo y protección psicosocial, como una de las principales finalidades de la familia, ya que puede ejercer un efecto protector y estabilizador durante todo el desarrollo. Esto facilita la adaptación a las nuevas circunstancias en el entorno social.

d) Función educativa en tanto se refleja en las funciones anteriores.

También dentro de las funciones de los cuidadores primarios (quienes en muchas ocasiones no son los padres), cabe resaltar la importancia que tiene el apego generado, ya que interfiere en el establecimiento de vínculos afectivos en la vida adulta. Bowlby en su teoría asegura la posibilidad de que el principal transmisor de afectividad sea alguien que desarrolle un apego seguro, resulta muy efectiva generando confianza en la relación, para así formar una persona, segura e independiente (Hijar & Valdez, 2010).

Asimismo, el tener padres que usan el razonamiento para resolver conflictos familiares puede servir como un factor protector para la violencia en pareja. Pues de manera general “un buen

estilo de resolución de conflictos conlleva una reducción de la violencia ejercida tanto relacional como verbal” (Benítez & Muñoz, 2014, p.16).

Apoyo Social. El apoyo social se refiere a la red de personas con las cuales un individuo tiene relaciones personales, sociales y familiares; este desempeña un papel clave en la forma en que uno responde a eventos estresantes, el apoyo social puede abarcar múltiples niveles de apoyo, desde interpersonal hasta comunitario. Este apoyo social, medido por los apegos de los padres, la recepción del apoyo de la familia y la espiritualidad reduce el riesgo de vivir violencia en el noviazgo (Kaukinen, 2014).

La sociedad tiene un papel importante en formación de la identidad, autoimagen y autoevaluación; desde la adolescencia el papel de los compañeros reemplaza la influencia principal de la familia y los padres, convirtiéndose en una importante fuente de apoyo social y emocional para los adolescentes; aspectos cómo tener una buena red social que conlleve una compañía positiva, desarrollara una tendencia hacia un comportamiento sociable en los jóvenes (Hamama & Ronen-Shenhav, 2013).

En diversas investigaciones el apoyo social se asoció con resultados positivos respecto a la prevención de la violencia, se ha comprobado que el apoyo percibido de la familia, amigos y el vecindario redujo los pensamientos suicidas y el uso de sustancias mientras que aumentó el rendimiento escolar; el apoyo en estos lazos comunitarios y conexiones sociales puede servir como recurso de afrontamiento siendo un factor protector (Banyard & Cross, 2008). La investigación también sugiere que las percepciones de disponibilidad de apoyo pueden servir para amortiguar la relación entre la victimización y las consecuencias psicológicas, ya que amortigua los efectos negativos de muchas experiencias de vida estresantes y conduce a resultados positivos posteriores al trauma (Kaukinen, 2014).

Según Cohen y Wills (en Hamama & Ronnen-Shenhav, 2013), el apoyo social se divide en cuatro categorías principales, las cuales deben considerarse para intervenir y prevenir la violencia en el noviazgo, estas son: informativo, instrumental, emocional y social.

-El apoyo informativo se refiere a proporcionar información, consejos, orientación, y ayudar a la persona a comprender y enfrentar situaciones difíciles.

-El apoyo instrumental toma la forma de ayuda en material, aliviando la presión al proporcionar una respuesta directa a las necesidades instrumentales.

-El apoyo emocional se refiere a las interacciones en las que el individuo es apreciado, aceptado y valorado. Pretende generar en el otro el sentimiento de ser valioso, apreciado y amado; para el cual otros están disponibles para ayudar en momentos de angustia.

-El apoyo de compañía denota las relaciones que uno mantiene con aquellos más cercanos y queridos, que proporcionan un sentido de seguridad y pertenencia. Estos ayudan a reducir la sensación de presión al mejorar el estado de ánimo o desviar la atención de la preocupación por la situación.

-El apoyo social aumenta el afrontamiento a través de un efecto principal directo y a través de un efecto indirecto de amortiguación. El sentir apoyo de otros aumenta el sentido de valor y autoeficacia, también genera un efecto amortiguador que disminuye el impacto negativo experimentado como resultado de las situaciones estresantes. Para niños, adolescentes y jóvenes su principal apoyo social comprende la familia inmediata, que es quien ayuda a comprender los factores estresantes y a desarrollar técnicas de afrontamiento (Hamama & Ronnen-Shenhav, 2013).

Cómo se ha mencionado, los jóvenes y adolescentes con mayor apoyo social (amigos, grupos, familia, maestros, etc.) muestran menos pensamientos hostiles, sentimientos de enojo y comportamientos físicamente agresivos (Hamama & Ronnen-Shenhav, 2013). Por lo que fortalecer esta red de apoyo resulta necesario para la prevención de violencia en el noviazgo.

Equidad de Género. La mayoría de los estudios universitarios examinaron al menos una cognición basada en el género que sugiere que la teoría feminista puede ser una base para la prevención de violencia en el noviazgo en los campus universitarios (Brookmeyer, et al., 2012).

La perspectiva de género es una visión científica, analítica y política sobre las mujeres y los hombres. Se propone eliminar las causas de la opresión de género como la desigualdad, la injusticia y la jerarquización de las personas basada en el género. Promueve la igualdad entre los géneros a través de la equidad, el adelanto y el bienestar de las mujeres; contribuye a construir una sociedad en donde las

mujeres y los hombres tengan el mismo valor, la igualdad de derechos y oportunidades para acceder a los recursos económicos y a la representación política y social en los ámbitos de toma de decisiones (Ayllón, et al., 2014, p. 29-30).

Esta perspectiva de género no es ajena de las relaciones de noviazgo, en donde se promueve romper con los roles y estereotipos de género, considerando las capacidades y habilidades con las que cuenta cada persona y las posibilidades para hacer cosas de ambos géneros, sin esperar ni exigir que se cumplan las expectativas en hombres y mujeres. La perspectiva de género nos ayuda a desnaturalizar la lógica de género (jerárquica y opresiva) que comúnmente se asume.

Tanto el ser mujer como el ser hombre, se refiere a mandatos sociales; nadie nace ni mujer ni hombre, es la cultura quien nos adscribe el género y es la perspectiva de género la que nos ayuda a entender cómo fue el proceso de subjetivación genérica, es decir, cómo fue que hoy en día sentimos, pensamos, vivimos... como mujeres, o cómo hombres (Ayllón, et al., 2014, p. 31).

Durante la adolescencia y la juventud, el abuso en la pareja al parecer está menos determinado por razones de género que en la adultez, lo que contribuye a hacer de éste un espacio adecuado para la intervención temprana, con la finalidad de corregir y transformar conductas agresivas en expresiones no dañinas, previniendo la continuidad de estas en relaciones adultas (Wekerle & Wolfe, 1999).

Es de suma importancia que los jóvenes reflexionen acerca de la forma en que se relacionan emocional y afectivamente con su pareja y de los roles que han aprendido; para la prevención de la violencia se propone ampliar los conceptos necesarios que permitan hacer conciencia de la importancia de la equidad, respeto, solidaridad, cooperación y responsabilidad entre hombres y mujeres, originando con esto una nueva forma de pensar (Corona, 2010). Cabe resaltar que “en los noviazgos modernos la formación y mantenimiento de la pareja se ha convertido en un proyecto común, abierto a negociaciones que dependería de valores como el respeto, la reciprocidad, la confianza y la comunicación” (Flores & Rojas-Solís, 2013, p. 128).

Se ha descubierto que el dominio en las relaciones de noviazgo es un factor de riesgo de violencia por parte de las mujeres y de los hombres, es crucial eliminar posturas predominantes de

dominio y poder sobre todo masculinas, ya que es el elemento principal que debe modificarse para poner fin a la violencia de pareja (Wekerle & Wolfe, 1999).

Por lo tanto, la perspectiva de género en la actualidad ayuda a evitar situaciones de conflicto, generando en las parejas mayor empatía, conexión y trabajo en equipo, propiciando un ambiente agradable donde el trato y la forma de relacionarse siempre parte del respeto y la amabilidad. Previniendo así conflictos que pudieran llegar a desencadenar la violencia en los noviazgos.

En resumen, la violencia de pareja es más un problema del sistema familiar con inclusión de género que un problema de un sistema social patriarcal que impone el dominio masculino por la violencia. La negativa a reconocer la naturaleza del sistema familiar ha obstaculizado el esfuerzo para poner fin a la violencia doméstica, la cual ha resultado en ignorar deliberadamente a la mitad de los perpetradores; a pesar de estos obstáculos, la situación está cambiando lentamente (Hamel & Nicholls, 2006).

Sugerencias Para la Prevención e Intervención

Los esfuerzos de intervención primaria son críticos para reducir las consecuencias de la violencia en el noviazgo, existe una amplia oportunidad de intervención primaria y secundaria para reducir la probabilidad de padecer violencia en el noviazgo y disminuir el impacto entre las personas afectadas. Es importante proporcionar recursos y herramientas (folletos orientativos y consultorios médicos, salas de chat en internet y debates en grupos dentro de las aulas) para abordar la problemática de la violencia en el noviazgo (Ackard, et al., 2007).

La información sobre los antecedentes, correlatos y consecuencias de la violencia en el noviazgo ha sido fundamental en el diseño, implementación y evaluación de métodos para reducir la violencia de pareja (Kelley, Lewis, Milletich, & Woody, 2012).

Los campus universitarios necesitan desarrollar intervenciones que se basen en la investigación científica más reciente y en la evidencia sobre la construcción de los factores protectores para la violencia en el noviazgo y los riesgos de salud, así como los comportamientos relacionados. Los campus universitarios también deben asegurarse de que sus intervenciones

reconocen el impacto de las experiencias pasadas con la violencia en la familia de origen y la continuidad de la violencia en las relaciones actuales. Esto apunta a la necesidad de intervenciones que rompan el ciclo de violencia y que ofrezcan a las parejas estrategias alternativas de resolución de conflictos mientras promueven relaciones saludables (Kaukinen, 2014).

Los enfoques específicos pueden incluir la educación y la capacitación para el desarrollo de habilidades para la vida en cuanto al establecimiento de relaciones saludables. Las estrategias de prevención deben incluir programas diseñados para reducir conflictos de pareja, abordar los celos y promover relaciones sexuales e íntimas saludables (Kaukinen, 2014).

Se ha comprobado en intervención qué si se entrena a adolescentes y jóvenes para comprender los vínculos entre comportamientos, emociones y pensamientos a través de demostraciones, concreciones, juegos de roles, y ensayos en el entorno terapéutico, ellos pudieron practicar sus habilidades de autocontrol aprendidas en el hogar y en la escuela. Por lo tanto, los programas terapéuticos deberían, en parte, centrarse en el desarrollo de estrategias efectivas para el control emocional (Beech, et al., 2012).

La participación de hombres y mujeres es de suma importancia para lograr corregir y modificar el esquema del vínculo amoroso violento, ya que como se ha encontrado, la violencia puede ser bidireccional; la inclusión de ambos sexos en las mismas intervenciones de prevención ha demostrado ser efectiva y mutuamente beneficiosa, incluso se plantea que la participación de ambos integrantes de la pareja favorece la generación de la conciencia del problema y de esta forma lograr relaciones de pareja armónicas, integrales y sanas (Amador, et al., 2012; Brookmeyer, et al., 2012; Dardis, et al., 2015).

Los programas psicoeducativos de prevención pretenden cambiar múltiples factores de riesgo y protección, pero es poco probable que presentar información tan compleja en una sola sesión resulte efectivo. La complejidad de los factores asociados con la violencia en el noviazgo sugiere que es necesario un entrenamiento de habilidades para cambiar comportamientos y actitudes arraigadas; por lo tanto, la prevención debe ser suficiente y distribuida en las sesiones necesarias, de tal manera que permita a los participantes aprender e incorporar las habilidades y el conocimiento para prevenir la violencia (Brookmeyer, et al., 2012; Fite, et al., 2013).

El desarrollo de los programas de prevención de la violencia en el noviazgo para estudiantes puede considerar identificar y enfocarse en quienes ya participan o están en alto riesgo (usuarios de sustancias, estar expuestos a violencia parental o violencia en el hogar, etc.) de vivir violencia de pareja. Los hallazgos sobre la magnitud del consumo de drogas y alcohol reiteran la importancia de implementar programas de prevención del uso de sustancias en jóvenes para prevenir indirectamente la perpetración de violencia (Fite, et al., 2013).

A continuación, se enlistan una serie de propuestas de intervención para prevenir la Violencia en el Noviazgo

- a. Guía del Taller Prevención de la Violencia en el Noviazgo (Gobierno Federal, 2012)

El Gobierno Federal, la Secretaría de Seguridad Pública, así como La Dirección General de Prevención del Delito y Participación Ciudadana, presentaron una guía de un curso/ taller para la prevención de la violencia en el noviazgo entre jóvenes, como parte del Manual de Prevención de la Violencia de Género en diversos contextos. Se realizó con el objeto de brindar herramientas que funcionen como identificadores de factores cómo magnitud y tipos de violencia que pueden presentarse en una relación de noviazgo. La población considerada dentro de esta guía fueron mujeres y hombres de entre 15 y 24 años de edad.

Dentro de la guía se propone realizar un cuestionario antes y después de la aplicación para evaluar el conocimiento de los temas abordados dentro del curso.

A pesar de que la guía para la prevención de la violencia en el noviazgo entre jóvenes fue presentada desde el año 2012, no se ha dado a conocer información acerca de la aplicación del curso y los resultados.

- b. Manual del Taller: Noviazgo Entre Adolescentes (Instituto Aguascalentense de las Mujeres (IAM, s.f.), Dirección de Educación y Fomento Productivo)

Este manual sobre noviazgo entre adolescentes desde una perspectiva de género fue creado por el Instituto Aguascalentense de las Mujeres, con el objetivo de ser una herramienta que influya en la perspectiva de las relaciones frente a los demás, fomentando la individualidad.

El propósito es alertar y prevenir a las jóvenes acerca de la violencia de la cual pueden ser objeto, aportándoles elementos que les permitan tener conciencia sobre las distintas maneras de relación de noviazgo que pueden tener.

Dentro del manual hay módulos que integran distintas temáticas en torno a la violencia, planteados de tal forma que se reconozca la importancia de la perspectiva de género; cada módulo viene estructurado de acuerdo con un tema y la respectiva descripción para su desarrollo.

El manual resalta la importancia de hacer una evaluación sobre la experiencia tanto de las capacitadoras/es, como del taller para poder enriquecer el trabajo y hacer los ajustes correspondientes tomando en cuenta las fortalezas y debilidades de este.

Finalmente se propone dar un seguimiento a los participantes, para evaluar las acciones implementadas y los logros que han obtenido dentro de determinado tiempo posterior al taller.

Este manual es una propuesta de taller descriptiva, que cuenta con recursos para poder implementarse, sin embargo, no se reportan resultados de alguna aplicación.

- c. Amores Chidos. Guía Para Docentes: Sensibilización, Prevención y Atención Básica de la Violencia en el Noviazgo con las y los Jóvenes (IMJUVE, 2008b)

En colaboración con GENDES, AC, el Instituto Mexicano de la Juventud y el Instituto Nacional de las Mujeres, se promovió la elaboración de una guía metodológica dirigida a la formación de docentes del nivel bachillerato y universitario, con la intención de que tengan las herramientas prácticas individuales y autónomas que les permitan construir una visión de las relaciones afectivas desde la perspectiva de derechos y de género.

El Programa Noviazgos Libres de Violencia, integra la guía “Amores Chidos” de apoyo para las y los docentes de educación media superior, para la sensibilización, prevención y atención básica de la violencia en el noviazgo en los estudiantes.

La presente guía propone un taller, el cual se desarrolla en sesiones con objetivos específicos, abordando temas dentro del marco conceptual sobre la sensibilización y prevención de la violencia en el noviazgo e incluso se sugiere una evaluación final para conocer su impacto en las y los participantes, así como su nivel de satisfacción respecto al taller, sin embargo, no se reportan resultados de su aplicación.

d. Prevenir la Violencia en el Noviazgo: Taller Dirigido a Jóvenes de Entre 15-24 Años en el DF (Corona, 2010)

Esta investigación propone un taller dirigido a jóvenes de 15 a 24 años de edad, con el objetivo de brindar conocimientos y orientación para que puedan distinguir entre relaciones constructivas y destructivas a partir del tema de violencia. Como parte de dicho trabajo se recurrió a una investigación documental que permitiera conocer las principales causas de violencia en el noviazgo para de ahí partir para la elaboración de la propuesta de un taller. Al indagar dentro de las instituciones que tratan la violencia de pareja, se identificaron algunos talleres enfocados al tratamiento de esta problemática en parejas o intrafamiliar, donde la atención era personalizada y terapéutica, siendo talleres remediales más no informativos. El trabajo permitió identificar que no existe un taller para jóvenes de entre 15 y 24 años de edad acerca de la prevención de la violencia en el noviazgo.

e. Evaluación de un Programa de Prevención de la Violencia en el Noviazgo Adolescente: Un Aporte Desde La Licenciatura en Educación Para la Salud (Flores & Rodríguez, 2015)

La investigación evalúa un programa sobre violencia en el noviazgo adolescente “Amor y violencia en el noviazgo” emitido en 2010 por la Secretaría de Seguridad Pública en el Instituto Estatal de las Mujeres, el cual tenía por objetivo concientizar a los adolescentes de entre 13 y 15 años, sobre los tipos de relación sana y destructiva.

Se aplicó el programa evaluado en estudiantes de secundaria teniendo un grupo de intervención y un grupo control, aplicando una evaluación al inicio y al final para identificar los conocimientos en torno a la violencia de los participantes.

Dentro de la investigación se reporta que los resultados de la evaluación inicial en contraste con la final en el grupo de intervención muestran un incremento de los conocimientos respecto a la violencia en los adolescentes.

Cabe destacar que dicha aplicación del programa de prevención de la violencia en el noviazgo, únicamente se aplica en un grupo específico de estudiantes de secundaria (todos pertenecientes al mismo grado y plantel) quienes se encuentran en una edad de transición de la pubertad a la adolescencia sin ampliar el rango de población.

f. Escuela para novios, DIF Jalisco (2012)

El sistema nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) de Jalisco como complemento del Manual Operativo del Fortalecimiento del Matrimonio, diseñó un programa llamado “Escuela para Novios” conformado por módulos, el cual está dirigido a adolescentes con el objetivo de proporcionar herramientas y conocimientos para el establecimiento de relaciones de noviazgo óptimas, basadas en el compromiso y respeto.

La finalidad de dicho programa fue también para orientar a los profesores de preparatoria respecto a la capacitación para los adolescentes sobre el noviazgo y relaciones saludables, cabe destacar que no se reportan aún datos sobre su aplicación.

Una vez, que se hizo una breve revisión de programas dirigidos en la prevención de la violencia en el noviazgo, a continuación, se presenta la metodología del presente estudio, que tiene como finalidad, instrumentar una intervención psicológica psicoeducativa para prevenir la violencia en el noviazgo en estudiantes universitarios.

Capítulo 3. Método

Intervención Psicológica Para la Prevención de la Violencia en el Noviazgo

Planteamiento del Problema

Justificación

Datos obtenidos de la “Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo” en México en el año 2007, revelan que 30% de los adolescentes y jóvenes entre 14 y 25 años experimentan o han experimentado violencia física y/o verbal por parte de su pareja, mientras que 76% experimentó o experimenta violencia de tipo psicológica (ENVINOV en IMJUVE, 2018a).

La Organización Mundial de la Salud ha documentado la gravedad de la violencia de pareja y advierte sobre la necesidad de estudiar la violencia en el noviazgo de manera específica, en virtud de que sus características y tendencias difieren de lo que ocurre en el contexto de relaciones matrimoniales o de la vida adulta (OMS, 2007).

La forma en que las mujeres y los hombres entienden el amor determina la manera en la que se relacionan con su pareja; a partir de esto, se determina la dinámica de la relación, incluyendo actitudes, acciones y conductas. Diversos factores pertenecientes al entorno y desarrollo de cada persona moldean la forma en la que perciben las relaciones de pareja, por lo que pudieran estar expuestos a situaciones violentas que varían según su entorno familiar, social y en particular con el sexo y el género (Secretaría de Seguridad Pública, 2012).

La violencia en el noviazgo constituye un problema social y de salud pública, cuyo impacto es altamente destructivo en la salud física, mental y en la vida personal y social de quienes la reciben. Un gran número de mujeres y hombres que se encuentran en una relación de pareja son golpeados, amenazados y oprimidos por sus parejas, así también, es importante prevenir este tipo de violencia porque es predictora del maltrato durante la vida adulta y el matrimonio (Benítez & Muñoz, 2014).

La mayoría de los estudios, se centran en analizar la magnitud, las causas y consecuencias de este problema social, sin embargo, se requiere instrumentar estrategias enfocadas en la

prevención y erradicación (Benítez & Muñoz, 2014). Se requiere fomentar relaciones de pareja basadas en la comunicación asertiva, en el uso de técnicas eficaces de negociación y solución de problemas, lo que contribuirá en el fortalecimiento de relaciones saludables (Blazquez-Alonso, et al., 2012).

La población de jóvenes universitarios se considera un foco de atención importante para la intervención, de hecho, ya que se considera una etapa vital entre la adolescencia y la adultez, la cual se caracteriza por un complejo sistema de cambios que implican inestabilidad laboral, académica y de pareja, así como una exploración de la identidad (Rojas-Solís, 2013).

Los programas de intervención realizados por profesionales de la salud generan una influencia positiva en las relaciones de pareja, y como profesionales de la salud mental es una responsabilidad reconocer los factores de riesgo, para potencializar los factores protectores y desarrollar planes de acción que tengan como objetivo prevenir y erradicar actitudes y conductas vinculadas con la violencia de pareja.

La intervención pretende desarrollar habilidades personales e interpersonales en los jóvenes universitarios que les permitan reflexionar sobre los diferentes tipos de violencia que pueden surgir durante el noviazgo, detectar situaciones de alerta y responder ante ellas de forma asertiva, así como reconocer la importancia de la individualidad y la ruptura de los estereotipos de género, por lo que se espera que la presente intervención psicológica con perspectiva psicoeducativa, coadyuve en la prevención de conductas de violencia de pareja en los participantes.

Pregunta de Investigación

¿Cómo instrumentar una intervención psicológica grupal para prevenir la violencia en el noviazgo en estudiantes universitarios?

Objetivo General

Instrumentar una intervención psicológica grupal para prevenir la violencia en el noviazgo en estudiantes universitarios.

Objetivos Específicos

- Medir la frecuencia y percepción de la VN en la relación de pareja mediante un instrumento psicométrico al iniciar y al terminar la intervención.
- Evaluar los conocimientos sobre VN a través de un cuestionario abierto al iniciar y al terminar la intervención.
- Brindar información sobre los procesos de interacción durante el noviazgo.
- Brindar estrategias psicológicas efectivas para prevenir la VN.
- Brindar conocimientos sobre las causas y las consecuencias de la VN.
- Brindar orientación psicoeducativa sobre la identificación y eliminación de conductas relacionadas con la VN.
- Dar a conocer el violentómetro en las relaciones de pareja.
- Promover estrategias y habilidades personales para fomentar relaciones de pareja saludables.
- Brindar estrategias de comunicación asertiva con la pareja.
- Fomentar valores como el respeto y la confianza con la pareja.
- Brindar estrategias de solución de problemas en las relaciones de pareja.
- Brindar conocimientos sobre autoestima, como un factor protector de la VN.
- Brindar una técnica de regulación emocional.
- Dar a conocer técnicas de relajación como una herramienta de regulación emocional.
- Dar a conocer instituciones de atención a la VN.

Tipo de Estudio

Descriptivo

Diseño de Investigación

Estudio de una muestra con medición pre-post.

Definición de Variables

Definición Conceptual

Intervención psicológica grupal: Aplicación de métodos de tratamiento psicológico para estimular la labor autocentrada en la solución de problemas de todos los miembros donde se trabajan motivaciones psicológicas profundas a través de dinámicas grupales, para lograr un cambio

intrapsíquico relativamente permanente más que aliviar los síntomas o mejorar la conducta (Sánchez, 2015).

Violencia en el noviazgo: el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho, o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones” (OPS & OMS, 2003, p. 5).

Definición Operacional

Intervención psicológica grupal: Se realizaron siete sesiones grupales semanales, con una duración de dos horas cada una, en donde se brindó psicoeducación y estrategias para prevenir la violencia en el noviazgo.

Violencia en el noviazgo: Se midieron los indicadores de violencia en el noviazgo a través del instrumento Violencia Doméstica: Frecuencia y Percepción (VIDOFyP) de Mendoza y Trujano (2003) antes de iniciar la intervención y al finalizar la última sesión, asimismo, se aplicó un cuestionario elaborado ex profeso sobre conocimientos sobre violencia en el noviazgo, antes y al finalizar la intervención.

Participantes

Colaboraron de manera voluntaria, confidencial y anónima 12 estudiantes universitarios provenientes de instituciones de educación superior públicas y privadas, de los 12 estudiantes, dos fueron hombres y el resto, mujeres. El rango de edades se encontró entre los 18 y 33 años ($m=22.2$; D.E. 2.3). Los participantes procedían de distintas carreras (entre ellas psicología, enfermería y filosofía).

Procedimiento

Se realizó la difusión del taller por distintos medios de comunicación (cartel en redes sociales y dentro de la facultad), de los cuales se convocó a estudiantes universitarios que se encuentren o no en una relación de noviazgo; cómo criterio de inclusión se consideró no cohabitar

con su pareja, sin ningún otro criterio de exclusión. Ante la convocatoria se inscribieron hombres y mujeres universitarios, conformando un grupo total de 12 participantes.

Instrumentos

Instrumento Violencia Doméstica: Frecuencia y Percepción (VIDOFyP)

Se utilizó el instrumento de Violencia Doméstica: Frecuencia y Percepción (VIDOFyP) de Mendoza y Trujano (2003). El inventario permite explorar qué actitudes y comportamientos perciben los participantes cómo violentos en una relación de pareja, también explora con qué frecuencia y modalidad se presenta en su relación.

Consta de 30 reactivos que describen conductas y actitudes que expresan seis formas de violencia (física, emocional o psicológica, sexual, objetal, económica o financiera y social), el orden de los reactivos fue asignado de manera aleatoria. Los reactivos deben responderse dos veces: la primera del lado izquierdo para evaluar la frecuencia, y la segunda del lado derecho para medir la percepción, sobre una escala con formato de respuesta tipo Likert de cinco opciones.

Los niveles de fiabilidad de alfa de Cronbach del VIDOFyP son de .9871, y el alfa particular para cada reactivo fluctuó entre .9854 y .9865. (Gutierrez, Nava, & Trujano. 2006).

Para fines de este estudio, se omitieron los siguientes siete reactivos: 4, 18, 20, 22, 26, 28 y 29, que corresponden a violencia marital.

Escala de Satisfacción

Se retomó la escala de satisfacción con la intervención de la Guía Para Docentes: Sensibilización, Prevención y Atención Básica de la Violencia en el Noviazgo con las y los Jóvenes (IMJUVE, 2008b) con la finalidad de evaluar el taller. La escala consta de 8 reactivos con tres opciones para evaluar el nivel de agrado y desagrado de aspectos referentes a su experiencia dentro del taller, un reactivo tiene formato de respuesta tipo Likert que evalúa el nivel de satisfacción del taller en una escala del 1 al 10. El instrumento también incorpora cuatro preguntas abiertas para conocer los comentarios y sugerencias de los participantes.

Cuestionario Sobre Conocimientos Sobre Prevención de Violencia en el Noviazgo.

Se elaboró un cuestionario ex profeso que consta de cinco preguntas abiertas para evaluar los conocimientos sobre los temas abordados en la intervención (definición de violencia en el noviazgo, tipos de violencia, causas y consecuencias de la violencia, factores de riesgo y protectores). Dicho cuestionario se aplicó al iniciar y finalizar el taller con la finalidad de comparar sus conocimientos iniciales con los que se obtuvieron durante las sesiones.

Procedimiento

Se llevó a cabo una intervención psicológica sobre prevención de violencia en el noviazgo en una institución de educación superior pública. Se realizaron siete sesiones, que se brindaron los jueves en un horario de 15:00 a 17:00 horas. Se anunció la intervención a través de redes sociales y por medio de carteles, que se difundieron en diferentes instituciones de educación superior.

Se abordaron temas como: enamoramiento, noviazgo, violencia, problemas que influyen en las relaciones de noviazgo (estereotipos, roles, celos, dominio y poder), ciclos, tipos e identificación de la violencia en el noviazgo, principios y valores en el noviazgo (comunicación asertiva y respeto) y factores de protección para formar relaciones saludables.

Los interesados se inscribieron vía correo electrónico (proporcionado en el cartel). El cupo fue limitado a 15 personas.

En la primera y última sesión, se aplicaron los instrumentos sobre violencia en el noviazgo y en la última sesión, se aplicó la escala de satisfacción.

En el anexo 1 se muestran las cartas descriptivas con el contenido de cada sesión.

Capítulo 4. Resultados

Análisis Cuantitativo

Como parte del análisis cuantitativo sobre el impacto de la intervención, se aplicó el instrumento VIDOFyP (Mendoza & Trujano, 2003) sobre percepción y frecuencia de la violencia en una relación de pareja. Por lo que se plantearon las siguientes hipótesis estadísticas:

Hipótesis Estadísticas

- H_0 No existen diferencias estadísticamente significativas antes y después de la intervención en las puntuaciones del instrumento VIDOFyP sobre la percepción y frecuencia de la violencia en el noviazgo.
- H_1 Existen diferencias estadísticamente significativas antes y después de la intervención en las puntuaciones del instrumento VIDOFyP sobre la percepción y frecuencia de la violencia en el noviazgo.

Para confirmar o rechazar las hipótesis, se realizó un análisis no paramétrico con la prueba t de Wilcoxon para ver si existen diferencias entre el pre-test y post- test del instrumento VIDOFyP.

En la Tabla 4, los resultados indican que no existen diferencias estadísticamente significativas en la frecuencia de la violencia de pareja, donde las puntuaciones de la medición del pre-test (Rango Mdn=4.38) fueron menores a las puntuaciones post-test (Rango Mdn=7.56) $Z = -1.691, p < .091$.

Tabla 4

VIDOFyP. Comparación de las puntuaciones de Frecuencia de Violencia de Pareja (pre test y post test)

	Pre test	Post test	Z	p
	Mdn (Rango)	Mdn (Rango)		
Frecuencia	4.38	7.56	-1.691	.091

Nota: Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas: El valor de significancia de frecuencia es de .091

En la Tabla 5 se muestra que no existen diferencias estadísticamente significativas en la percepción de la violencia de pareja antes y después de la intervención, pues las puntuaciones de la medición del pre-test (Rango Mdn=4.00) fueron menores a las puntuaciones post-test (Rango Mdn=7.67) $Z = -1.160, p < .246$.

Tabla 5

VIDOFyP. Comparación de las puntuaciones de Percepción Violencia de Pareja (pre test y post test)

	Pre test	Post test	Z	p
	Mdn (Rango)	Mdn (Rango)		
Percepción	4.00	7.67	-1.160	.246

Nota: Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas: El valor de significancia de percepción es de .246

Los resultados muestran un aumento en la sensibilización de los participantes sobre la frecuencia y la percepción de actos que engloban diversos tipos de violencia, los cuales anteriormente no eran percibidos como violentos.

A continuación, se muestra el análisis de las respuestas del cuestionario de conocimientos sobre violencia de pareja, primero, se hace una revisión de las respuestas antes de la intervención y posteriormente, se presenta un análisis cualitativo sobre el incremento de los conocimientos. Finalmente, se presenta un análisis general, así como la descripción de los resultados de la escala de satisfacción con la intervención.

Análisis Cualitativo de Respuestas Pre-test

Como se observa en la Tabla 6, las principales respuestas del reactivo 1 ¿qué es la violencia en el noviazgo? Se observan en general respuestas cortas que se enfocan en agresiones físicas que realiza una persona hacia la pareja.

Tabla 6

Respuestas de los participantes en el reactivo 1

1) ¿Qué es la violencia en el noviazgo?

Dañar física y emocionalmente al otro

Agresiones por no tener acuerdos

Actitudes y acciones de desigualdad con la pareja sentimental

En la Tabla 7 se observan los resultados del reactivo 2 ¿Conoces los tipos de violencia que se pueden ejercer durante el noviazgo? ¿Cuáles? En general, la mayoría de los participantes, específicamente dos terceras partes, afirmó conocer los tipos de violencia que se generan durante el noviazgo y una tercera parte afirmó no conocer qué tipos de violencia se podrían generar.

Tabla 7

Reactivo 2

**2) ¿Conoces los tipos de violencia que se pueden ejercer durante el noviazgo?
Si / No ¿Cuáles?**

9 participantes conocen la violencia física

6 participantes conocen la violencia psicológica

2 participantes conocen la violencia sexual

2 participantes conocen la violencia emocional

1 participante conocía la violencia económica

1 participante conocía la violencia moral.

En la Tabla 8 se presentan los resultados del reactivo 3 que versa sobre las causas de la violencia, como se observa, son pocas las respuestas de los participantes y la mayoría de éstas, tiene que ver con aspectos personales e interpersonales. La mayoría de ellos hicieron alusión a problemas con la autoestima, a una valoración deficiente de sí mismo, así como a la falta de respeto. Mientras que otros respondieron que no conocían las causas.

Tabla 8
Reactivo 3

3) ¿Por qué se origina la violencia en el noviazgo?

Baja autoestima

Desvalorización y falta de respeto

Falta de información

Contexto social y patrones negativos

Falta de comunicación e inseguridad

En la Tabla 9 se presentan los resultados del reactivo 4. Los participantes indicaron que las consecuencias de la violencia son daños psicológicos y físicos; baja autoestima, daño a otros, e incluso que ocasiona la muerte. El resto de los participantes indicaron desconocer las consecuencias.

Tabla 9
Reactivo 4

4) ¿Cuáles crees que sean las consecuencias de esta problemática?

Afectaciones físicas y psicológicas

Baja autoestima (dudar en ti)

Muerte

Miedo

Incomodidad y rechazo

Dañar a otros

En la Tabla 10 se presentan las respuestas del reactivo que versa sobre las estrategias para prevenir la violencia en el noviazgo. Algunos mencionan que trabajar con la autoestima, otros que fomentando el respeto y estableciendo límites.

Tabla 10

Reactivo 5

5) ¿Cómo podrías prevenir la violencia en el noviazgo?

Trabajar sobre la autoestima

Fomentar el respeto

Identificando señales (focos rojos)

Establecimiento de límites

Análisis Cualitativo de las Respuestas Post-test

Una vez que se concluyó la intervención, se aplicó nuevamente el cuestionario de conocimientos la violencia de pareja. En la Tabla 11 se observa que todos los participantes lograron definir a la violencia en el noviazgo de acuerdo con los conceptos revisados durante la intervención, abarcando la violencia física y psicológica cómo perjudiciales para la integridad y salud de las personas, en donde logran identificar qué se ejerce en la pareja contra un integrante de la relación con intención.

Tabla 11

Reactivo 1

1) ¿Qué es la violencia en el noviazgo?

Muestra y/o actitudes de poder y dominio que se manifiestan en agresiones.

Acto u omisión ejercido contra otra persona con la intención de dañarla.

Cualquier acto que ponga en riesgo la integridad de una persona.

Agredir física y/o verbalmente a alguien intencionalmente.

Problemas en la pareja de ambas partes por falta de comunicación.

Como se ve en la Tabla 12, los participantes afirman conocer los tipos de violencia que se puede ejercer durante la violencia, mencionando la tríada descrita durante el taller que abarca la violencia física, la violencia psicológica (donde entra la emocional/ verbal) y la violencia sexual. La mayoría también menciona la violencia económica y patrimonial.

Tabla 12
Reactivo 2

2) ¿Conoces los tipos de violencia que se pueden ejercer durante el noviazgo? / No ¿Cuáles?	Si
12 participantes mencionan la violencia física	
12 participantes mencionan la violencia psicológica (emocional)	
10 participantes mencionan la violencia sexual	
7 participantes mencionan la violencia económica	
2 participantes mencionan la violencia patrimonial	

En la Tabla 13, los participantes señalaron diversas causas que dan paso a la violencia en el noviazgo, la mayoría menciona que el origen es multifactorial, abarcando términos generales e identificando los factores específicos de acuerdo a las categorías revisadas durante el taller, reconociendo que las causas van desde los aspectos personales, interpersonales y socioculturales

Tabla 13
Reactivo 3

3) ¿Por qué se origina la violencia en el noviazgo?
Por la interacción tóxica que se da en la pareja
Múltiples factores de riesgo (pocas redes de apoyo, problemas individuales, contexto social, cultura, estilos de crianza)
Falta de autoestima
Dominio, poder y celos que ejerce una persona sobre otra.
Falta de valores
Falta de control de impulsos y límites

Continuación...

3) ¿Por qué se origina la violencia en el noviazgo?

Falta de información y normalización de la violencia

Falta de comunicación y acuerdos

Manejo equivocado de emociones y miedo

Estereotipos de género

En la Tabla 14, se muestran las respuestas que brindan los participantes sobre las consecuencias de la violencia en el noviazgo. Se observan respuestas con mayor estructura, logran identificar que las consecuencias afectan a pequeñas y grandes escalas de manera física y psicológicamente la integridad de las personas, dentro de los aspectos personales, interpersonales y sociales. También logran visualizar cómo las causas en determinados momentos y relaciones pueden volverse consecuencias y dar pie al ciclo de la violencia.

Tabla 14

Reactivo 4

4) ¿Cuáles crees que sean las consecuencias de esta problemática?

Muerte (suicidio u homicidio)

Daños psicológicos y emocionales

Ansiedad y depresión

Daños en la autoestima

Desvalorización de la persona

Repetición de patrones negativos

Normalización de la violencia

Autolesionarse

Aislamiento

Adicciones

Bajo rendimiento escolar

Nota: Las causas pueden volverse consecuencias dependiendo de la persona y/o pareja.

En la Tabla 15 se muestran las respuestas sobre la manera en qué se podría prevenir la violencia. En general, los participantes logran describir acciones y estrategias tanto a nivel individual como interpersonal.

Tabla 15

Reactivo 5

5) ¿Cómo podrías prevenir la violencia en el noviazgo?

Fortalecer los factores protectores (proyecto de vida, técnicas de relajación, redes de apoyo y valores)

Fortalecer mi autoestima

Fortalecer la comunicación

Teniendo información sobre el tema (identificando focos rojos)

Autoconocimiento (dedicar tiempo a uno mismo y estar seguro de lo que se quiere y busca en una relación)

Establecer límites y acuerdos con la pareja

Identificando los factores de riesgo y actuando sobre ellos

Análisis Cualitativo Sobre el Cuestionario de Conocimientos Sobre Prevención de Violencia en el Noviazgo (Pretest-Postest)

Como se observó en el apartado anterior, antes de la intervención, los participantes emitieron respuestas sencillas o incompletas en el cuestionario de conocimientos sobre violencia en el noviazgo, pues eran breves, generales y algunas incorrectas, en ocasiones dejando reactivos sin responder. A diferencia del post-test, donde las respuestas fueron ampliamente estructuradas abarcando conceptos y desarrollando opiniones concretas incluso en algunos casos con ejemplos.

Cuando en el pre-test se pidió que definieran que era la violencia en el noviazgo, se pudo observar que en su mayoría tenían una noción vaga del concepto, se hacía hincapié a que la violencia se refiere a maltrato, daño y agresiones físicas de forma repetida sin respetar a la pareja en donde sólo unos cuantos mencionan que también implica daño psicológico y verbal. En el post-test elaboraron una definición más completa en donde identifican que son acciones y/o agresiones

e incluso omisiones físicas, verbales y psicológicas que atentan contra la voluntad de la pareja y que se hacen con la intención de dañar e incluso se puede presentar en ambos integrantes de la pareja.

En cuanto a la pregunta sobre tipos de violencia en el noviazgo, en el pre-test una tercera parte de los participantes reportó no conocerlos, y el resto sólo reconocía la violencia física y psicológica ubicando la violencia emocional y verbal fuera de la psicológica. Sin embargo, en el post-test la diferencia en respuestas fue significativa ya que todos los participantes identifican la violencia física, psicológica (dentro de esta a la verbal y emocional) la mayoría de los participantes menciona también la violencia sexual y económica, demostrando tener mayor cantidad de información a comparación del pre-test.

Al preguntar el por qué creen que se origina la violencia en el noviazgo, se mencionan algunos aspectos en el pre-test, cómo, que es debido a la falta de comunicación, los desacuerdos que se tienen como pareja y a la baja autoestima de las personas, siendo respuestas breves y qué se quedan cortas ya que el origen es multifactorial. Por otra parte, en el post-test se dan respuestas más estructuradas que abarcan más y diversos factores tanto internos (personales) y externos (interpersonales y socioculturales) como la baja autoestima, inseguridad, creencias, repetición de patrones negativos, crianza, valores, intereses, falta de información y comunicación por lo que se generan desacuerdos y conflictos; todos estos factores en conjunto son identificados por los participantes como desencadenantes de violencia.

En cuanto a lo que consideran que son las consecuencias de la violencia en el noviazgo, en el pre-test la mayoría solo logró identificarlas de manera general, mencionan solamente un par de factores como: problemas psicológicos, falta de autoestima, miedo y muerte. En cambio, en el post-test dieron respuestas más elaboradas y estructuradas en donde cada uno integra varios factores desde los generales hasta los específicos, tales como: que la persona tenga baja autoestima, falta de valores, se vuelva insegura, haya daño emocional, psicológico y físico, desvalorización, aislamiento, abarcando aspectos internos (personales) y externos (interpersonales y socioculturales). También identifican que la violencia aumenta y que puede ocasionar la muerte ya sea por homicidio o el suicidio en los casos más extremos, demostrando lo aprendido durante el taller.

Finalmente, en cuanto a la pregunta sobre cómo podrían prevenir la violencia, en el pre-test la mayoría de los participantes hace mención de qué se deben informar sobre el tema para saber qué hacer y cómo detener la violencia, pero no logran identificar los factores de protección ni las acciones que deben tomar, sólo unos cuantos mencionan que la prevención viene desde fortalecer el respeto; teniendo una buena autoestima y confianza para establecer límites con la pareja. En las respuestas dadas en el pos-test se aprecia un cambio significativo ya que se describen de forma estructurada y completa las respuestas proporcionadas por los participantes. Se abarcan aspectos personales, interpersonales y socioculturales donde identifican la importancia de tener información respecto al tema para identificar señales que indiquen que la relación podría ser o tornarse violenta para evitar caer en el ciclo de la violencia; reconocen que una manera de prevenir es fortaleciendo y/o una buena autoestima, seguridad, confianza, comunicación asertiva para llegar a acuerdos dentro de la relación y fortalecer los factores protectores.

El objetivo de este trabajo fue la realización de un taller que informará a la comunidad universitaria sobre cómo prevenir la violencia en el noviazgo, ya que en México dicha problemática arroja cifras alarmantes. En el taller se abordaron diversos temas de interés para brindar a los participantes, las herramientas de prevención para conocer e identificar la violencia y de esta manera prevenirla.

Durante la intervención realizada (taller) se pudo percibir que el conocimiento que tienen los jóvenes universitarios sobre el tema de violencia de pareja es poco o nulo, sin embargo, es de gran interés para la comunidad. La mayoría de los participantes afirmaron haber experimentado o presenciado al menos una vez una relación de noviazgo violenta.

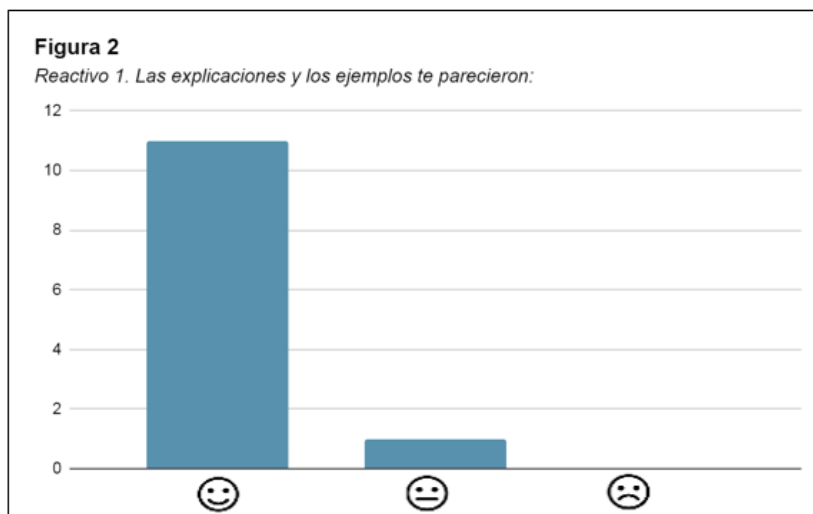
Hubo un gran interés por parte de los participantes hacia el taller y los temas que se abordaron; los participantes al inicio, aunque estaban muy interesados no conocían demasiado sobre esta problemática, pero al final presentaron un gran progreso en cuanto al conocimiento de los temas tratados, lograron comprender los problemas que giran en torno a las relaciones de noviazgo y de violencia, abarcando cómo identificarla y prevenirla; reconociendo sus debilidades y fortalezas personales.

Conforme el taller fue avanzando la incertidumbre y la demanda de los participantes sobre qué hacer y cómo actuar ante el problema en la relación fue creciendo, por lo cual resultó fructífero brindar alternativas a las relaciones de pareja violentas, factores protectores y técnicas de comunicación asertiva para evitar caer en el ciclo de la violencia dentro de la relación de noviazgo y en general dentro de cualquier otra relación interpersonal. Incluso se brindaron técnicas de respiración para que, al encontrarse en una situación en crisis, los participantes pudieran relajarse y actuar de la manera más adecuada ante el conflicto.

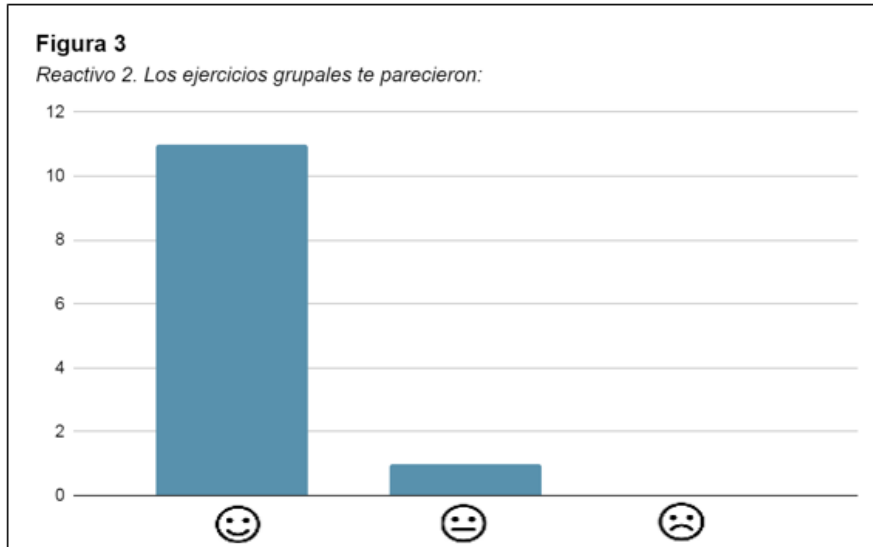
Se notó un gran interés en los participantes por difundir y concientizar a la población en general sobre este tema; también se pudo observar una vulnerabilidad en ellos con el paso de las sesiones, compartían experiencias, información e incluso sugerían material didáctico como complemento (películas, libros, obras de teatro, entre otros).

Resultados de Escala de Satisfacción

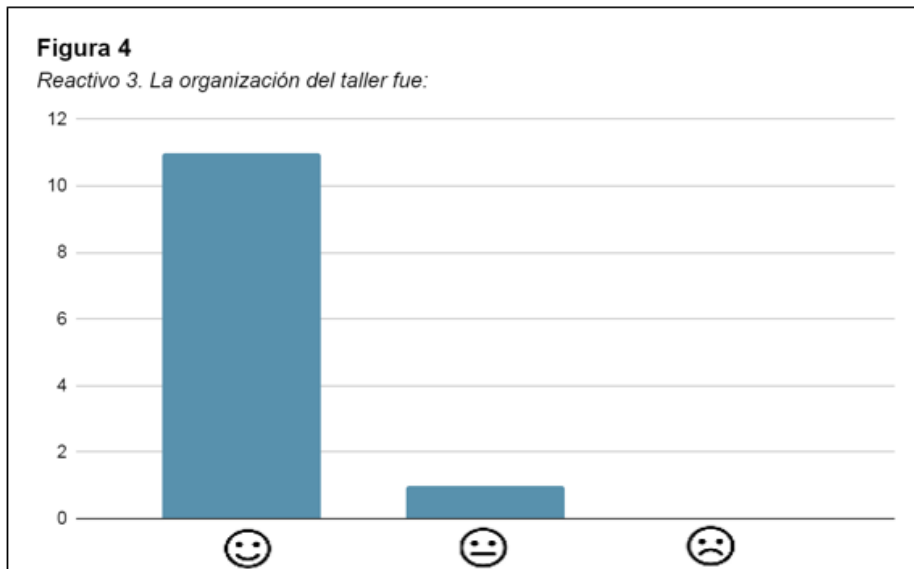
A continuación, se presentan las gráficas con los resultados de la escala de satisfacción que se aplicó al finalizar la intervención. En la Figura 2 se muestran las respuestas de los participantes sobre el reactivo “Las explicaciones y los ejemplos te parecieron. Once de los participantes quedaron muy satisfechos con las explicaciones y que los ejemplos proporcionados durante el taller les parecieron adecuados. Mientras un participante quedó solamente satisfecho.



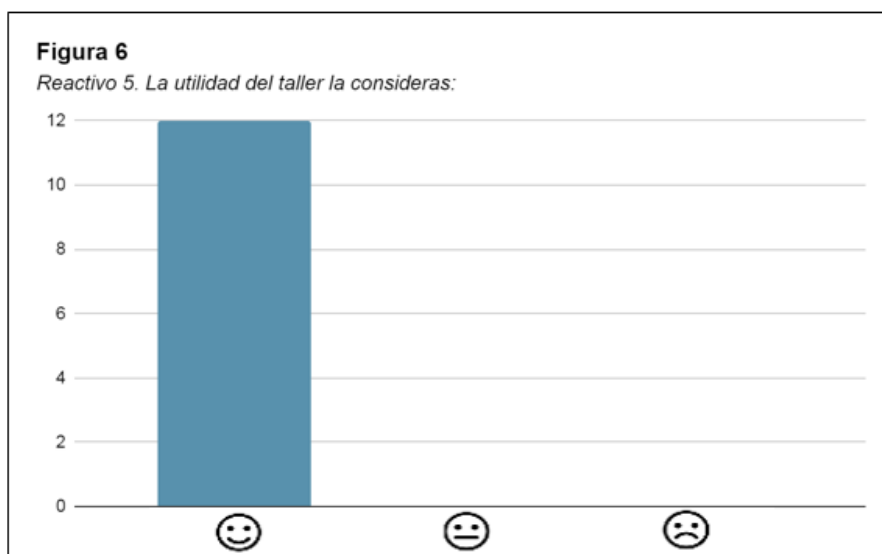
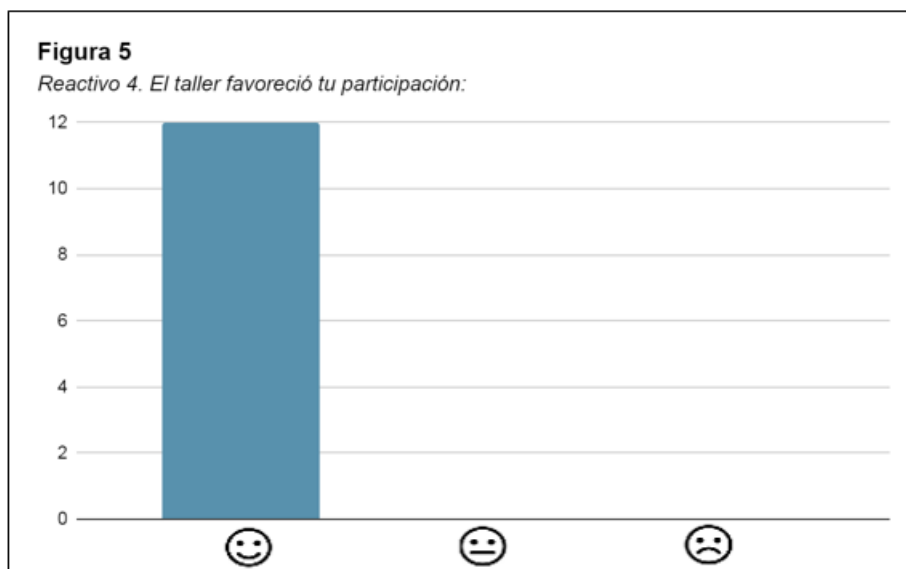
En la Figura 3 se indican los resultados del segundo reactivo y se observó que once participantes estuvieron muy satisfechos con los ejercicios grupales que se manejaron durante las sesiones a lo largo del taller. Mientras un participante quedó solamente satisfecho.



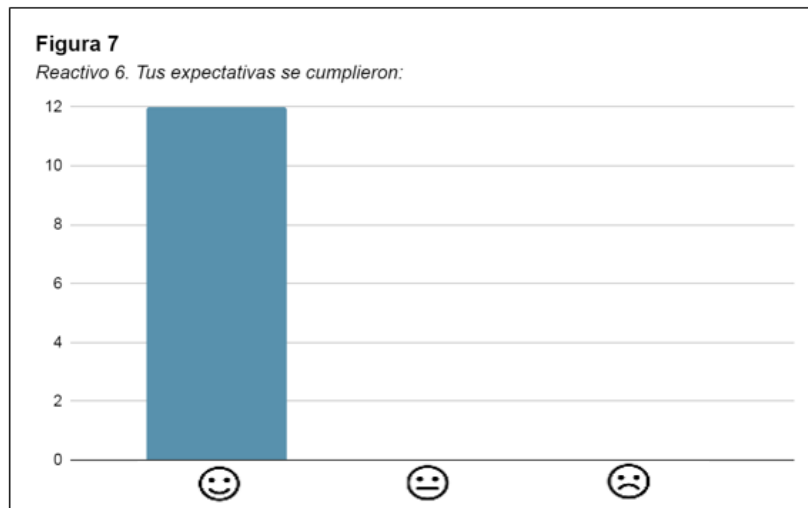
En la Figura 4 se muestran las respuestas del tercer reactivo, y se observó que once participantes opinan que la organización del taller fue adecuada y quedaron muy satisfechos. Mientras que un participante siente que pudo haber estado más dinámico, quedando satisfecho.



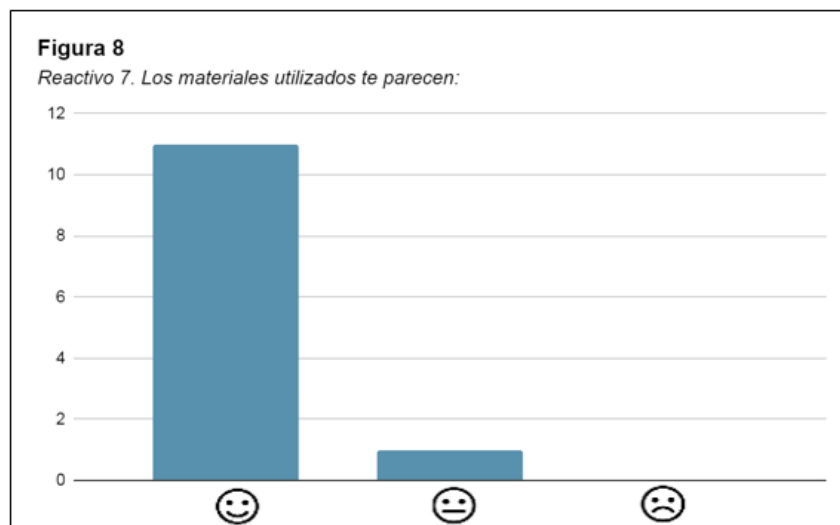
En la Figura 5, se observan las respuestas del reactivo sobre si el taller favoreció la participación de los asistentes y todos respondieron de manera favorable. Mientras que en la Figura 6, se observó que 12 participantes consideran que el taller es de mucha utilidad y quedaron muy satisfechos.



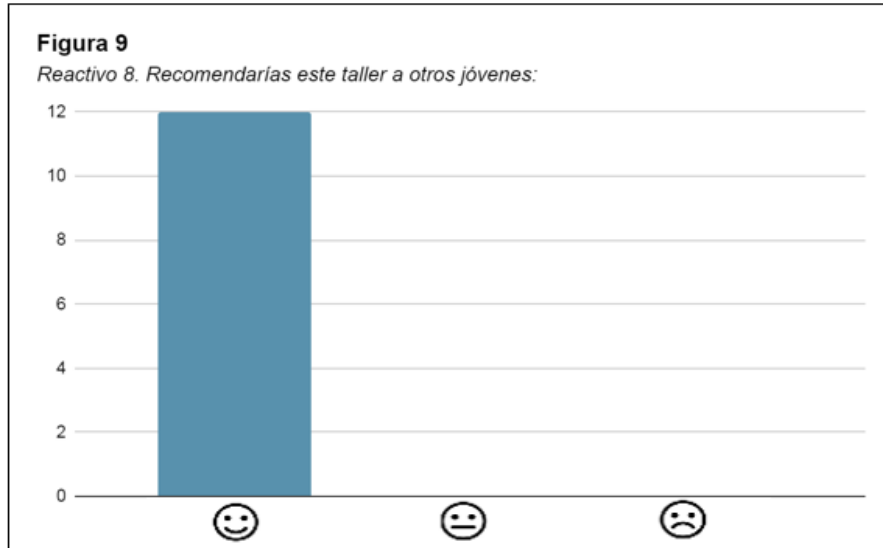
En la Figura 7 se presentan los resultados del reactivo 6, donde el 100% de los asistentes indicaron satisfacción con el cumplimiento de sus expectativas.



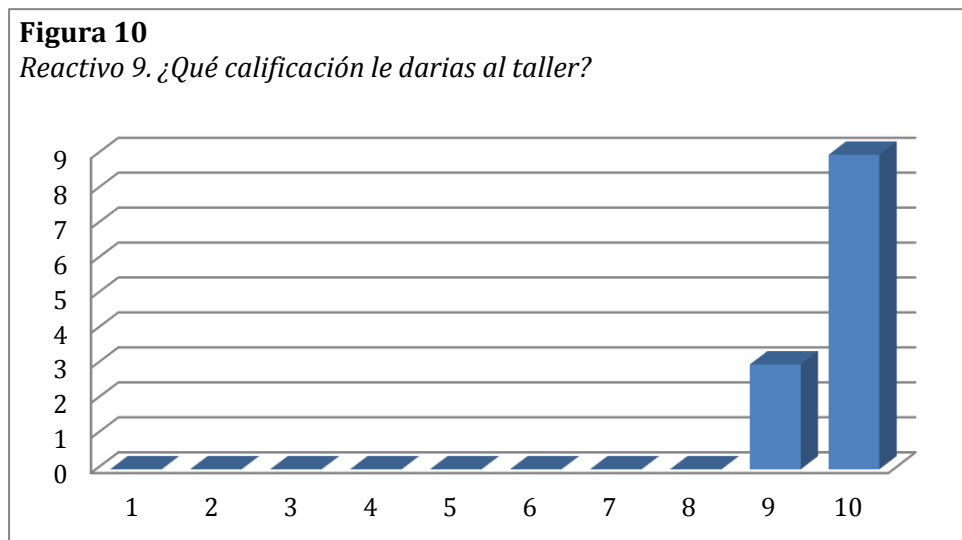
En la Figura 8, se indica que once participantes consideraron que los materiales fueron adecuados.



En la Figura 9 el total de participantes indicaron recomendar el taller a otros usuarios.



En la Figura 10, se aplicó un reactivo sobre la calificación que se le pondría al taller, un total de nueve participantes le asignaron la calificación de 10, mientras tres participantes le asignaron la calificación de nueve.



A continuación, se describen las respuestas abiertas que se aplicaron con la escala de satisfacción.

Pregunta 1

¿Qué temas o actividades del taller te gustaron más o te parecieron más útiles?

En general los participantes mencionan que los temas abordados fueron relevantes debido a su impacto en la prevención de la violencia en el noviazgo. Entre los temas que más mencionan son factores protectores, violentómetro, ciclo de la violencia, factores de riesgo y técnicas de comunicación asertiva. Algunos también hacen referencia a los temas de autoestima, dominio, poder y celos, roles de género, tipos de violencia y tipos de noviazgo.

Dentro de las actividades que tuvieron mayor impacto en los participantes se encuentra el árbol de la violencia y la identificación de los grados de violencia en el violentómetro, así como el análisis de las películas y videos utilizados en el taller.

Pregunta 2

¿A qué acciones te comprometes a partir de lo aprendido en el taller?

Los participantes se comprometieron a detectar y prevenir situaciones de violencia dentro de sus relaciones de pareja, estableciendo relaciones basadas en valores aplicando técnicas de comunicación asertiva. Asimismo, se comprometen a fortalecer su autoestima y a compartir la información obtenida durante el taller con las personas de su círculo social y profesional para prevenir y apoyar a quienes enfrentan situaciones de violencia en sus relaciones de pareja.

Pregunta 3

¿Qué cambiarías o agregarías al taller?

La mayoría de los participantes quedaron satisfechos con el taller, sin embargo, mencionaron que puede reforzarse el uso de materiales interactivos y realizar más actividades prácticas que complementen la teoría. Por otra parte, los participantes mencionaron tener interés en recibir bibliografía extra para complementar los temas expuestos durante el taller. Los participantes mencionaron que debido a la cantidad de información abordada sería conveniente ampliar la duración del taller facilitando la organización del mismo.

Pregunta 4

Otros comentarios o sugerencias

Se reflejó una alta satisfacción y agrado por el taller impartido y un gran interés por seguir informándose acerca del tema de violencia en el noviazgo. Mencionaron que los temas abordados fueron acertados para conocer de forma clara y precisa todo el panorama en torno a la violencia en el noviazgo y resaltan la claridad de la información explicada por las facilitadoras.

Los participantes reiteraron que sería conveniente ampliar la duración del taller, así como su impartición de forma periódica y con mayor difusión en otros espacios, de esta forma generar un mayor impacto en la población de jóvenes universitarios. Por último, comentaron que el taller es de gran utilidad tanto para el ámbito profesional como personal.

Capítulo 5. Discusión

La intervención psicológica realizada en el taller sobre prevención de violencia en el noviazgo con jóvenes universitarios mostró un incremento en los conocimientos sobre el tema, así como una mayor sensibilización sobre el tema. Durante la intervención, diversas actividades se llevaron a cabo, impactando y generando resultados que fueron de gran beneficio para los participantes, ya que mediante la intervención desarrollaron herramientas y habilidades que les permitirán identificar la violencia en el noviazgo y los focos rojos o signos de riesgo para evitarla.

A pesar de que los resultados obtenidos de la evaluación cuantitativa no fueron estadísticamente significativos, los resultados de la evaluación cualitativa muestran que la intervención sobre prevención de violencia en el noviazgo tuvo un gran impacto en el aumento de conocimientos y en la sensibilización respecto a la forma en la cual los participantes perciben las relaciones de pareja, se visualizan cambios en la percepción y la identificación de los distintos tipos de violencia, pues actos y actitudes que engloban diversos tipos de violencia que antes pasaban inadvertidas ahora se identifican como manifestaciones de violencia física, psicológica, emocional, económica y/o sexual.

Esto se demuestra a través de documentar en las evaluaciones realizadas que los participantes antes de la intervención (pre-test) pasaban por alto comportamientos violentos mientras que después de la intervención (post-test) aumentó la sensibilización a la violencia y los participantes identificaron actitudes y conductas con mayor frecuencia, lo que indica que en general, las personas han normalizado algunas conductas y/o actos que en realidad son señales de abuso dentro de las relaciones de pareja.

Como fortalezas y aportes de la intervención realizada para la prevención de violencia en el noviazgo en población universitaria se encontró que los jóvenes universitarios perciben la información abordada interesante y útil, consideran la intervención necesaria para poder analizar y discutir las diversas temáticas que giran en torno a la violencia en el noviazgo.

Otro de los aportes importantes de la intervención es que facilita que los jóvenes tengan a su alcance información sobre la prevención y la identificación de violencia en las relaciones de pareja (noviazgo), que en otros espacios no se les brinda o proporciona, lo que les permite

desarrollar habilidades, herramientas y estrategias para identificar en un momento oportuno focos de alarma y/o signos de advertencia sobre factores de riesgo que puedan ser pronosticadores o predictores de una relación violenta, lo que genera que se pierda el bienestar y la estabilidad de cada una de las partes de la pareja.

La intervención utilizó estrategias de prevención primaria y secundaria, teniendo en cuenta que las estrategias de prevención primaria tienen como principal objetivo prevenir el desarrollo de problemas sociales en la población mientras las estrategias de prevención secundaria tienen como objetivo prevenir la aparición de un problema social en aquellas personas consideradas con alto riesgo de experimentarlo, brindando servicios para identificar y reducir la susceptibilidad de la población en riesgo (Dixon & Graham-Kevan, 2011).

Siendo una intervención preventiva de primer y segundo nivel que erradica uno de los principales problemas que se encuentran a escala nacional y mundial en las relaciones de pareja: la violencia. Se pretende que previniendo la violencia en el noviazgo también se previene y erradica la violencia intra marital y/o intrafamiliar en los hogares, lo cual a su vez repercute directamente para el establecimiento de mejores relaciones interpersonales, mejores relaciones de pareja y mejores relaciones dentro del concubinato, buscando relaciones sanas basadas en el respeto, la comunicación, la confianza y otros valores más, abordados dentro de la intervención realizada.

Durante la intervención que fue dirigida a nivel primario y secundario se pudo identificar que se requieren de intervenciones a nivel terciario debido a que algunos de los participantes al conocer la información sobre la violencia de noviazgo se dieron cuenta de que en sus relaciones de pareja han sido víctimas y/o perpetradores e incluso hubo quienes la identifican presente en sus relaciones de noviazgo actuales, para lo cual se requiere de intervenciones que no solo prevengan la violencia sino que brinden herramientas y fortalezcan habilidades para que las personas que se encuentran inmersas en una relación de violencia puedan tomar decisiones para su bienestar físico, mental y emocional. Siendo así la prevención terciaria la que ofrece servicios a aquellas personas que ya han experimentado el problema mencionado en un intento de reducir su recurrencia e impactos negativos (Dixon, Graham-Kevan, 2011), así, se reconoce que la prevención primaria y

secundaria resultan útiles en la reducción y prevención de diversos problemas sociales como la violencia.

Los resultados de la intervención que se encontraron en los participantes universitarios resultaron relevantes, ya que confirman la validez, el impacto y la magnitud de la intervención, además de resaltar la importancia de continuar generando espacios que trabajen y/o aborden las temáticas en torno a la violencia en el noviazgo y que a su vez se puedan continuar ampliando y complementando las herramientas y estrategias que permitan difundir y generar de manera vivencial no solo en textos o en artículos, la sensibilización y el conocimiento de la violencia de la cual los jóvenes pudiera ser objeto o sujeto durante las relaciones de pareja dentro del noviazgo y/o en el concubinato.

La difusión de la información y prevención de la violencia siempre será necesaria, cabe destacar que no solo a nivel superior sino en nivel medio superior, ya que la información abordada en la intervención resulta de gran utilidad en cualquier estrato social y en cualquier nivel educativo. Diversos autores sugieren que los programas de prevención se desarrollen y administren a los jóvenes antes de ingresar a la escuela secundaria con adolescentes e incluso niños, utilizarlo como proceso introductorio para dar a conocer los factores de riesgo y protectores en la población desde edades tempranas para prevenir los precursores de comportamientos de abuso en pareja, el acoso sexual, el acoso y la agresión hacia compañeros (Fite, et al, 2013; Foshee, McNaughton, & Wyckoff, 2009).

Dentro de las debilidades o limitaciones de la intervención realizada sobre la prevención de violencia en el noviazgo en jóvenes universitarios, se encontró que una limitante fue el número de participantes, ya que al ser un número pequeño de personas para la intervención, los resultados de la evaluación se reducen, otra limitante considerada es que se realizó una única aplicación del taller y la variante en edades no fue tan controlada, por lo cual para futuras intervenciones se sugiere realizar diversos grupos de intervención en distintos espacios y ubicaciones en donde pueda haber un mayor aforo y de esta forma obtener mayores resultados, también se deben cubrir espacios en diversos niveles educativos entre ellos en nivel superior, medio superior y secundaria, para un mayor impacto.

Del análisis realizado de la intervención se sugiere realizar programas que consideren la importancia de los factores protectores no solo a nivel individual sino que se dirijan a los diferentes estratos del modelo ecológico (individual, relacional, comunitario y social) ya que las dinámicas en las relaciones violentas que se establecen entre parejas de jóvenes parecen tener raíces explicativas multicausales; por lo que analizar este problema desde el marco teórico explicativo del modelo ecológico “implica estudiar los diferentes factores individuales, familiares, escolares y sociales que nos permitan comprenderlo de una forma multidisciplinar y sistémica” (Martinez, et al., 2014, pp. 114).

Como causantes de la violencia se encuentran diversos factores que deben conocerse entre ellos se encuentra la intención de ejercer dominio y control sobre la pareja y la relación, si existiera una mayor sensibilidad de los medios de comunicación hacia esta realidad se podría fomentar “un cambio hacia unas relaciones más igualitarias y menos discriminatorias en los roles y creencias que se establecen entre chicos y chicas cuando comienzan sus primeras relaciones de pareja” (Martinez, et al., 2014, pp. 105). También un enfoque de intervención unificada para reducir la agresión destacó que el asesoramiento y supervisión de padres y maestros, en modelos cognitivos de resolución de problemas, es un plan de intervención prometedor (Hamama & Ronnen-Shenhav, 2013).

En las universidades no existen programas de intervención para erradicar y atender la violencia en las relaciones de noviazgo de la población estudiantil, hace falta la atención, orientación y sensibilización ante la violencia no sólo para garantizar el derecho a una vida libre de violencia sino también porque los efectos de la violencia en las relaciones de pareja crean una serie de obstáculos y dificultades en la constancia, desempeño y aprovechamiento académico, ya que diversos factores impiden hacer frente a sus responsabilidades académicas al encontrarse en un estado de agotamiento emocional (Barreto-Ávila & Flores-Garrido, 2018).

Dentro de los resultados de un estudio realizado con estudiantes universitarios por Boix, et al. (2018 se encontró lo siguiente:

Se les preguntó qué harían para prevenir y erradicar la violencia, esta pregunta abierta tuvo coincidencias en varias respuestas, entre las principales se encuentran:

asistir a pláticas, talleres, foros y conferencias, ayudar a las personas que sufren violencia, cambiar su propia forma de pensar, educar a las generaciones nuevas, denunciar la violencia, dejar de permitir la violencia hacia su persona, no ser violento y no reaccionar ante las provocaciones, respetar y no violentar a las mujeres, respetar los derechos de los demás sin importar el género, tratar a todas las personas por igual (Boix, et al., 2018, p. 391).

Por lo que el reconocimiento de la educación como una alternativa para prevenir y erradicar la violencia se hace notorio y necesario cuando se sugieren foros, pláticas y talleres sobre la prevención de la violencia así como importante y fundamental recrear intervenciones en adolescentes y jóvenes al referirse a educar a las nuevas generaciones (Boix, et al., 2018), intervenciones como la realizada para la prevención de la violencia en el noviazgo siguen siendo oportunas, importantes y necesarias. De esta manera se pueden generar líneas de acción coherentes en los ámbitos de política pública, que posibilitan las condiciones para una convivencia sana, pacífica, diversa y tolerante en las relaciones de pareja (Incháustegui & Olivares, 2011), lo que permitirá a los participantes de dichas intervenciones no caer en relaciones tóxicas.

Conclusiones

Se concluye que la intervención grupal realizada para estudiantes universitarios resultó ser oportuna y efectiva, impactó de forma notoria en los participantes generando polémicas en torno al tema de violencia en el noviazgo y generando cambios de percepción, ideales y creencias respecto a la violencia y a las dinámicas en las relaciones de pareja.

El objetivo principal de la intervención fue conocer el impacto en los participantes derivado de una intervención psicológica para prevenir la violencia en el noviazgo y los resultados arrojaron que hubo diferencias y/o cambios en los participantes después de la intervención en cuanto a la percepción y la sensibilización, pues aumentó la sensibilización de la violencia en el noviazgo, lo que permitió a los participantes identificar la frecuencia con la que han vivido violencia en sus relaciones de noviazgo y reconocer las manifestaciones de violencia en sus relaciones interpersonales y de pareja, por lo que, se concluye que hay diferencias después de la aplicación de la intervención, confirmando su eficacia.

Comparando las respuestas del pre-test y post-test aplicados a los participantes se puede observar el aprendizaje adquirido con los materiales proporcionados a lo largo del taller, la información y los conocimientos que giran en torno a las temáticas de violencia en la pareja resultaron de gran importancia, para lograr el aumento de la sensibilización y el reconocimiento de la violencia dentro de las relaciones de noviazgo, lo que a su vez aumentó los índices para la identificación de violencia en las relaciones de pareja en los universitarios.

Los participantes de la intervención sobre prevención de violencia en el noviazgo coinciden en afirmar que este tipo de intervenciones deberían de ser más difundidas y estar al alcance de toda la población de jóvenes y adolescentes, ya que resultan de bastante utilidad al generar reflexiones y cambios de ideas sobre la forma en la cual cada persona se relaciona y sobre la manera en que llevan sus relaciones de noviazgo los jóvenes.

Cabe destacar que intervenciones sobre la prevención de violencia en el noviazgo no se han llevado a cabo puesto que no se han reportado, solo existen diversas propuestas por distintos autores e instituciones que sugieren algunas temáticas para abordar, pero no han documentada ninguna intervención realizada desde diseño, procedimiento y resultados, para lo cual esta intervención realizada sobre prevención de violencia en el noviazgo resulta ser pionera y única en su tipo.

Siempre se ha considerado un foco de interés y atención la violencia en las parejas, sin embargo, no se había documentado la importancia de alguna intervención preventiva pues después de la intervención se hizo evidente el incremento en la percepción, reconocimiento e identificación de la violencia, lo que hace visible el importante y valioso impacto que tienen este tipo de intervenciones preventivas para erradicar la violencia en el noviazgo en jóvenes universitarios.

Después de la intervención se pudo apreciar que la mayoría de jóvenes universitarios ha padecido o padece de violencia dentro de sus relaciones de noviazgo, aunque aparentemente pareciera que no existe este problema en los noviazgos jóvenes, lo que en realidad ocurre es que no se suele hablar sobre el tema (en ocasiones por miedo o vergüenza) ya que social y culturalmente se considera un tema íntimo e incluso justificable, sin duda alguna, los datos presentados constituyen una realidad preocupante.

La presente intervención se realizó con estudiantes jóvenes del nivel superior en población mexicana con la finalidad de reducir la probabilidad de incurrir en conductas violentas dentro de las relaciones de noviazgo, “se puede concluir que la formación profesional no es un factor determinante que inhiba o infrinja la violencia al interior de una relación de pareja” (Amador, et al, 2012, p. 166), los resultados pueden pronosticar que la percepción de los participantes después de la intervención respecto a la violencia no será la misma.

Se sugiere un enfoque de intervención integral que incluya el asesoramiento de padres y maestros, para futuras investigaciones y/o intervenciones para reducir la violencia, y así poder hacer una supervisión en el hogar y en la escuela, generando mayores resultados en la prevención de la violencia, donde los diferentes grupos protectores sean una base para formar relaciones saludables (Ackard, et al., 2007; Hamama & Ronen-Shenhav, 2013). A mayor escala se sugiere desarrollar respuestas institucionales para prevenir el problema, brindar atención psicológica, impartir programas de apoyo académico, diseñar campañas de sensibilización y políticas institucionales para disminuir la incidencia de casos de violencia en el noviazgo.

Es urgente diseñar acciones —talleres, pláticas y cursos, entre otros—dirigidas a dicha población sobre la temática, así como la creación de formatos como cortometrajes, obras de teatro, danza, entre otros, donde el abordaje permita una mayor apropiación de los conceptos y la problemática con la intención de sensibilizar, prevenir, atender y mitigar la violencia en las relaciones de pareja (Tronco, 2012, p. 24).

Diversas investigaciones sobre la violencia, han señalado que la violencia surge dentro de la dinámica relacional de pareja como un método para la resolución de conflictos, por ello es importante dar a conocer nuevas formas de relacionarse, amar y compartir, para que las y los jóvenes decidan consciente e inteligentemente las relaciones de noviazgo que desean establecer, las cuales se pretende principalmente se encuentren basadas el respeto mutuo, la comunicación, responsabilidad y libertad, con el objetivo de generar relaciones libres, equitativas y sin violencia (Tronco, 2012).

Es necesario enfatizar que esta intervención realizada abre una línea de investigación en el tema, para prevenir los precursores de violencia en las relaciones es importante trabajar con la comunidad estudiantil ya que juega un papel importante en el desarrollo de violencia en diferentes áreas. También es importante identificar e incentivar la motivación de los estudiantes para

participar en campañas o cursos de sensibilización respecto a la violencia en el noviazgo (Boix, et al., 2018).

La violencia en el noviazgo es un problema social que afecta gran parte de la población juvenil, siendo necesario continuar las líneas de investigación e intervención en México y alrededor del mundo, trabajar desde la etapa de la juventud en talleres de prevención de violencia en el noviazgo es un gran aporte para promover noviazgos más saludables y libres de toxicidad.

Referencias

- Ackard, D., Eisenberg, M., & Neumark-Sztainer, D. (2007). Long-Term Impact of Adolescent Dating Violence on the Behavioral and Psychological Health of Male and Female Youth. *The Journal of Pediatrics*. 476-481 pp.
- Alegría del Ángel, M. & Rodríguez Barraza, A. (2015). Violencia en el noviazgo: perpetración, victimización y violencia mutua. Una revisión: Actualidades en Psicología. *Instituto de Investigaciones Psicológicas*. San José, Costa Rica. vol. 29, Núm. 118. pp. 57-72. DOI <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v29i118.16008>
- Amador V. R. Arias L. J. & Olvera R. J. A (2012). Tipos de violencia en el noviazgo: estudiantes universitarias de la UAEM, Zumpango. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. México. Vol. 15. Núm. 1. Recuperado de: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/30908/28641>
- Amarre, G. (2019). *Validación de la escala de violencia en el noviazgo juvenil en universitarios*. (Tesis inédita de Licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de México, México.
- Amor, Carrasco, López-González & Rubio-Garay. (2017). Prevalencia de la violencia en el noviazgo: una revisión sistemática. *Papeles del psicólogo*, vol. 38 (2), pp-135-147.
- Anderson, M., Bonomi, A., Buettner, C. Nemeth, J. & Rivara, F. (2013). History of dating violence and the association with late adolescent health. *BMC Public Health*, 13:821, 12p.
- Ansara, D. & Hindin, M. (2011). Psychosocial Consequences of Intimate Partner Violence for Women and Men in Canada. *Journal of Interpersonal Violence*, SAGE, 26(8) 1628–1645 pp. DOI: 10.1177/0886260510370600
- Antuña, Bringas, Estrada, López-Cepero, Rodríguez-Franco & Rodríguez, (2010, septiembre). Validación del Cuestionario de Violencia entre Novios (CUVINO) en jóvenes hispanohablantes: Análisis de resultados en España, México y Argentina. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 6, pp. 45-52
- Archer, J. (2000). Diferencias sexuales en la agresión entre parejas heterosexuales: una revisión metaanalítica. *Psychological Bulletin*, 126 (5), 651–680. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.5.651>
- Asociación de Academias de la Lengua Española (ASALE), R. & Real Academia Española (RAE). (2020). Diccionario de la lengua española RAE - ASALE. “Diccionario de La Lengua Española” - Edición Del Tricentenario. <https://dle.rae.es/mito>

- Avina C; Lenberg K. L; O'Donohue W; Rinehart J. K. & Yeater E. A. (2008). When Social Situations Take a Turn for the Worse: Situational and Interpersonal Risk Factors for Sexual Aggression. *Sex roles*. Vol. 59. Núm. 4. pág. 151-163. DOI 10.1007/s11199-008-9437-z
- Ayllón G. R. E (Coord.). Fernández C. M. A. & Vargas U. M. A. (2014). *Aprendiendo a querer: noviazgos libres de violencia*. Guía metodológica para prevenir la violencia contra las mujeres entre estudiantes de secundaria. GENDES. 1a ed. México.
- Bahman S. R; Leahy M. M. & Walters S. T. (2009). Correlates of Dating Violence Among Male and Female Heavy-Drinking College Students. *Journal of Interpersonal Violence*, Vol. 24. Núm. 11. DOI: 10.1177/0886260508325492
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social-learning analysis*. New York: Prentice-Hall.
- Banyard V. L. & Cross C. (2008). Consequences of Teen Dating Violence: Understanding Intervening Variables in Ecological Context. *Violence Against Women*. Vol. 14. Núm. 9. pág. 998-1013. DOI: 10.1177/1077801208322058
- Barak, M., Hazrati, S., Jacobsen, k & Pierobon, M. (2012, Agosto 27). Alcohol consumption and violence among Argentine adolescents. *Journal of Pediatrics*, 89 (1), 100-107 pp. Elsevier.
- Barreto-Ávila & Flores-Garrido. (2018). Violencia en el noviazgo entre estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de México. Un análisis mixto. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 26(IX), pp. 42-63. DOI: <https://doi.org/10.22201/iissue.20072872e.2018.26.290>
- Bauman, K., Benefield, t., Ennett, S., Foshee, V., Kaniker-Jaffe, K., McNaughton, H., Suchindran, C. (2007). What Accounts for demographic Differences in Trajectories of Adolescent Dating Violence? An Examination of Interpersonal and Contextual Mediators. *Journal of Adolescent Health*. 42, 596-604 pp. doi: 10.1016/j.jadohealth.2007.11.005
- Baxendale, S., Cross., D., Johnston, R., (2012). A review of the evidence on the relationship between gender and adolescents involment in violent behavior. *Aggression and Violent Behavior*, 17, 297-310 pp. doi: 10.1016/j.avb.2012.03.002
- Beech R. B; Fisher D; Gillespie S. M. & Mitchell I.J. (2012). Treating disturbed emotional regulation in sexual offenders: The potential applications of mindful self-regulation and controlled breathing techniques. *Aggression and Violent Behavior*. Elsevier. Vol. 17 Núm.4 pág. 333-343. doi: 10.1016/j.avb.2012.03.005
- Benítez, J. L. & Muñoz, J. F. (2014). Análisis factorial de las puntuaciones del CADRI en adolescentes universitarios españoles. *Revista científica de la Pontificia Universidad*

Javeriana, Universitas Psychologica, 13 (1). doi: 10.11144/Javeriana.UP-SY13-1.afpc

- Blandón-Hincapié, A. I. & López-Serna, L. M. (2016). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (1), pp. 505-517.
- Blanco Prieto P. & Ruiz-Jarabo Quemado C. (2004). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección. Cómo promover desde los servicios sanitarios relaciones autónomas solidarias y gozosas. Introducción *Del maltrato al buen trato*. Madrid. pp. 1-14.
- Blázquez-Alonso M; García-Baamonde S.M.E; Guerrero-Barona E. & Moreno-Manso J. M. (2012). La competencia emocional como recurso inhibitorio para la perpetración del maltrato psicológico en la pareja. *Salud Mental*, 35. pág. 287-296.
- Boivin, S., Gagné, M., Hébert, M., & Lovoie, F. (2014). Victimisations antérieures et violence subie lors des fréquentations: effet médiateur de la détresse psychologique et de l'hostilité. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 46 (3), pp 427-435. DOI: 10.1037/a0034288
- Boix Cruz, A. M; Freyre Pulido, V. C. & Bringas Marrero P. (2018): *Percepción del violentómetro en estudiantes universitarios. Dinámicas urbanas y perspectivas regionales de los estudios culturales y de género*. Universidad Nacional Autónoma de México y Asociación Mexicana de Ciencias para el Desarrollo Regional A.C, Coeditores, México. ISBN UNAM: 978-607-30-0974-4.
- Breiding M. J; Hall D. M; Lutzman N. E; Rothman E. F; Tharp A. T. & Vagi K.J. (2013). Beyond Correlates: A Review of Risk and Protective Factors for Adolescent Dating Violence Perpetration. *Journal of Youth and Adolescence*, 42. núm. 4. Pág. 633-649. doi:10.1007/s10964-013-9907-7
- Bromet E; O'Leary K.D. & Tindle N. (2014). Risk Factors for physical Violence Against Partners in the U.S. *Psychology of violence*, 4, 1, 65-77. DOI.10.1037/a0034537
- Brookmeyer K. A; DeGue S; Massetti G. M; Matjasko J.L; Tharp A. T. & Valle L. A. (2012). *A Systematic Qualitative Review of Risk and Protective Factors for Sexual Violence Perpetration*. <https://doi.org/10.1177/1524838012470031>
- Brooks-Gunn, J., Foster, H., Hagan, J. (2004) *Age, Puberty, and exposure to intimate Partner Violence in Adolescence*. New York Academy of Sciences. 1036, 151-166 pp. doi: 10.1196/annals.1330.009
- Bucks, R., Daffern, M. & Robertson, T. (2011). Emotion regulation and aggression. *Aggression and Violent Behavior*, ELSEVIER, 17, 72-82pp. doi: 10.1016/j.avb.2011.09.006

- Burton, C., Halpern-Felsher, B., Humphreys, J., Rankin, S. & Rehm, R. (2010). Relationships and betrayal among young women: theoretical perspectives on adolescent dating abuse. *Journal of Advanced Nursing*. 1393-1405 pp.
- Camacho-Arroyo, I. (febrero 2011). ¿Qué es el amor? Respuesta desde la biología. ¿Cómo ves? 147, pp. 10-14.
- Campbell, J; Fredland N; Glass, N; Kub J; Sharps, P. & Yonas M. (2003). Adolescent Dating Violence: Prevalence, Risk Factors, Health Outcomes, and Implications for Clinical Practice. *JOGNN. Clinical Issues*. Vol. 32. Núm. 2. 227–238; DOI: 10.1177/0884217503252033
- Capaldi, D.M; Dishion, T.J; Stoolmiller, M. & Yoerger, K. (2001). Aggression toward female partners by at-risk young men: The contribution of male adolescent friendships. *Developmental Psychology*, 37(1), 61–73.
- Capaldi, D. & Kim, H. (2006, September 21). Typological approaches to violence in couples: A critique and alternative conceptual approach. *Science Direct*, 27, pp. 253-265. doi: 10.1016/j.cpr.2006.09.001
- Capaldi, D; Hyoun K; Knoble N. & Shortt J. (2012). “A systematic review of risk factors for intimate partner violence”, *Partner Abuse*, 3(2), pp. 231-280. disponible en: <<http://dx.doi.org/10.1891/1946-6560.3.2.231>>
- Cárdenas P. F; Hernández G. M; Hernández R. G; Parra S. V; Vargas M. J. & Zamorano G. B. (2013). Violencia en el noviazgo en una muestra de jóvenes mexicanos. *Revista Costarricense de Psicología*, 32, 1, 27-40.
- Castro, I. & Casique, R. (2010). *Violencia en el noviazgo entre los jóvenes mexicanos*. Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), Instituto Mexicano de la Juventud. México. Primera edición.
- Cerel J., Ely, G., Nugent, W. & Vimmba, M. (2011). The Relationship Between Suicidal Thinking and Dating Violence in a Sample of Adolescent Abortion Patients. *Hogrefe Publishing, Crisis*, Vol. 32(5): 246–253 pp. DOI: 10.1027/0227-5910/a000082
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (2012), *Understanding teen dating violence: Fact sheet, eua*. US Department of Health & Human Services, disponible en: <<http://www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/teendatingviolence2012-a.pdf>>.
- Chase, K. A., O'Leary, K. D. & Treboux, D. (2002). Características de la violencia en el noviazgo de adolescentes de alto riesgo. *Revista de violencia interpersonal*, 17 (1), 33–49. <https://doi.org/10.1177/0886260502017001003>

- Chichinadze, K., Chichinadze, N., Lazarashvili, A. (2011). Hormonal and neurochemical mechanisms of aggression and a new classification of aggressive behavior. *Aggression and Violent Behavior*. ELSEVIER, 16, 461-471pp. doi: 10.1016/j.avb.2011.03.002
- Cook R. J. & Dickens B. M. (2009). Dilemmas in intimate partner violence. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*. Vol. 106. Núm. 1. pág. 72-75. doi: 10.1016/j.ijgo.2009.03.011
- Cornelius T.L; Shorey R.C. & Stuart G.L. (2011). Dating violence and substance use in college students: A review of the literature. *Aggression and Violent Behavior*. Vol. 16. Núm. 2. pág. 541-550. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2011.08.003>
- Corona Guevara, N. (2010). *Prevenir la violencia en el noviazgo: taller dirigido a jóvenes de entre 15 - 24 años en el D. F.* (Tesis inédita de Licenciatura). Universidad Pedagógica Nacional (UPN). México.
- Costa, B., Curtis, A., Day, A., Kaestle, C., Miller, P., Toumbourou, J., Walker, A., (2015). Longitudinal Predictors of domestic violence perpetration and victimization: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*. ELSEVIER, 24, 261-27.
- Crooks, C. V; Jaffe, P. & Wolfe, D. A. (2006). *Adolescent risk behaviors: Why teens experiment and strategies to keep them safe*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Crosby, R., DiClemente, R., Harrington, K., Lang, D., Salazar, L., Stover-Hertzberg, V., & Wingood, G. (2005). Adverse Health Consequences That Co-occur with Depression: A Longitudinal Study of Black Adolescent Females. *Pediatrics*, 116 (78), 78-81 pp.
- Cuervo, M. M. & Martínez J. F. (2013). Descripción y caracterización del Ciclo de Violencia que surge en la relación de pareja. *Revista Tesis psicológica* (1), 80-88.
- Dardis, C., Edwards, K., Gidycz, C. & Kelley, E. (2015). Motives for Physical Dating Violence Among College Students: A Gendered Analysis. *Psychology of Violence*, American Psychological Association, 5(1), 56-65pp.
- Del Castillo, A., & Castillo, M. (2010). *Amar A Madrazos*. México: Grijalbo.
- Dickey, P., Harland, K., Peek-Asa, C., Saftlas, A., Shochet, T., & Wallis, A., (2010). Prevalence of intimate partner violence among an abortion clinic population. *American Journal of Public Health*, 100, 1412–1415 pp.
- Dixon L. & Graham-Kevan N. (2011). Understanding the nature and etiology of intimate partner violence and implications for practice and policy. Elsevier. *Clinical Psychology Review*. Vol.31. Núm.7 pág. 1145-1155. doi: 10.1016/j.cpr.2011.07.001

- Dixon L; Humphreys G. W. & Pornari C.D. (2013). Systematically identifying implicit theories in male and female intimate partner violence perpetrators. *Aggression and Violent Behavior*. Vol. 18. Núm. 5. pág. 496-505 <https://doi.org/10.1016/j.avb.2013.07.005>
- Dodson, M., Jouriles, E., McDonald, R., Mueller, V. & Rosenfield, D. (2012). Teens Experiences of Harsh Parenting and Exposure to Severe Intimate Partner Violence: Adding Insult to Injury in Predicting Teen Dating Violence. *Psychology of Violence, American Psychology Association*, 2 (2), 125-138 pp. doi: 10.1037/a0027264
- Dyson R. B; Ulloa E. C. & Wynes D. D. (2012). Inter-partner violence in the context of gangs: A review. *Aggression and Violent Behavior*. Elsevier. Vol. 17. Núm. 5.
- Dutton G. D. & White K. R. (2012). Attachment insecurity and intimate partner violence. *Aggression and Violent Behavior*, 17, 5, 475-481. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2012.07.003>
- Eckhardt, C. & Norlander, B. (2004). Anger, hostility, and malate partner violence: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*. ELSEVIER. 25, 119-152 pp. doi: 10.1016/j.cpr.2004.10.001
- Ferguson Christopher J. & Dyck Dominic. (2012). Paradigm change in aggression research: The time has come to retire the General Aggression Model. *Aggression and Violent Behavior*. Vol. 17. Núm. 3. pág. 220-228. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2012.02.007>
- Few, A. & Rosen, K. (2005). *Victims of Chronic Dating Violence: How Women's Vulnerabilities link to their decisions to stay*. National Council on Family Relations, Blackwell Publishing. 54(2) 265-279 pp
- Fite P; Le V. D; Shorey R. C; Stuart G. L. & Temple J. R. (2013). Substance use a longitudinal predictor of the perpetration of teen dating violence. Vol. 42. pág. 596-606.
- Flores Huerta, M. N. & Rodríguez Rosas, P. (2015). *Evaluación de un programa de prevención de la violencia en el noviazgo adolescente: un aporte desde la licenciatura en educación para la salud*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM), México.
- Flores, A. I. & Rojas-Solís, J. L. (2013). El noviazgo y otros vínculos afectivos de la juventud mexicana en una sociedad con características posmodernas. *Revista de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*. vol. 10, núm. 23, pp. 120-139.
- Foshee, V. A., McNaughton Reyes, H. L., & Wyckoff, S. C. (2009). Approaches to preventing psychological, physical, and sexual partner abuse. En K. D. O'Leary & E.

- M. Woodin (Eds.), *Psychological and physical aggression in couples: Causes and interventions* (p. 165–189). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11880-008>
- Froom E. (1959). *El arte de amar*. México: Paidós.
- Garbarino, J. (1995). *Raising children in a socially toxic environment*. San Francisco: Jossey-Bass.
- García de Alba. (enero-marzo 2006). El enamoramiento como necesidad. *Ciencia UANL, Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*. vol. IX, pp. 5-7.
- Garrido E; Jouriles E. N; McDonald R. & Rosenfield D. (2009). Experiences of psychological and physical aggression in adolescent romantic relationships: Links to psychological distress. *Child Abuse & Neglect*. Vol. 33. Núm. 7. pág. 451-460. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2008.11.005>
- Gidycz, C. & Luthra, R. (2006, junio). Dating Violence Among College Men and Women: Evaluation of a Theoretical Model. *Sage Publications*, 21(6), pp. 717-731. doi: 10.1177/0886260506287312
- Gidycz, C., Loh, C. (2006) A Perspective Analysis of the Relationship Between Childhood Sexual Victimization and Perpetration of Dating Violence and Sexual Assault in Adulthood. *Journal of Interpersonal Violence*. Sage Publications. 21(6), 732-749 pp. doi: 10.1177/0886260506287313.
- Giordano, P., Longmore, M. Manning, W., & Soto, D. (2010, marzo 17). The characteristics of romantic relationships associated with teen dating violence. *Social Science Research*, 39, pp. 863-874. doi: 10.1016/j.ssresearch.2010.03.009
- Glover Marissa. (2018, mayo, 15). *Apego emocional en adultos: tipos, causas y síntomas*. Sitio web Psicología online. Consultado en junio 2019 en <https://www.psicologia-online.com/apego-emocional-en-adultos-tipos-causas-y-sintomas-3680.html>
- Gobierno Federal. (2012). *Guía del taller: Prevención de la violencia en el noviazgo*. México; Subsecretaría de Prevención y Participación ciudadana.
- González L. M.P; Graña G. J.L & Muñoz R. M. J. & (2003). Violencia en las relaciones de pareja en adolescentes y jóvenes: una revisión. *Psicopatología clínica legal y forense*. Madrid. Vol.3, Núm. 3. pp. 23-39
- Gover R. A. (2004). Risky lifestyles and dating violence: A theoretical test of violent victimization. *Journal of criminal justice*. Vol. 32. Núm. 2. pág. 171-180. doi: 10.1016/j.jcrimjus.2003.12.007

- Grasley, C; Scott, K; Straatman, A; Wekerle, C., & Wolfe, D. A. (2004). Predicting abuse in adolescent dating relationships over 1 year: The role of child maltreatment and trauma. *Journal of Abnormal Psychology*, 113, 406–415. doi:10.1037/0021-843X.113.3.406
- Guerrero-Mothelet V. (2010). Maltrato: La violencia de todos los días. *Revista ¿Cómo ves?* Núm. 114. Recuperado de: <http://www.comoves.unam.mx/numeros/articulo/143/maltrato-la-violencia-de-todos-los-dias>
- Gutierrez S., Nava C. & Trujano P. (2006). *Estudio confirmatorio acerca de la frecuencia y percepción de la violencia: El VIDOFyP como instrumento de evaluación y algunas reflexiones psicosociales*. 15, 1, 95-110.
- Guzman M; Hammett J; Hokoda A. & Ulloa, E.C. (2015). Psychological growth in relation to intimate partner violence: A review, *Aggression and Violent Behavior*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.avb.2015.07.007>
- Halpern, C., Herring, A., Schoenbach, V., Spriggs, A. (2009) Family and School Socioeconomic disadvantage: Interactive influences on adolescent dating violence victimization. *Social Science & Medicine*. ELSEVIER. 68, 1956-1965 pp. doi: 10.1016/j.socscimed. 2009.03.015
- Hamama L. & Ronen-Shenhav A. (2013). The role of developmental features, environmental crises, and personal resources (self-control and social support) in adolescents' aggressive behavior. *Aggression and Violent Behavior*. Elsevier. Vol.18 Núm. 1. pág. 26-31. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2012.09.001>
- Hamel, J. & Nicholls, T. (2006). Capítulo 3: Risk Factors for Physical Violence Between Dating Partners: Implications for Gender-Inclusive Prevention and Treatment of Family Violence. *En Family Approaches in Domestic Violence: A Practitioner's Guide to Gender-Inclusive Research and Treatment*. (Revisión de Medeiros, R. & Straus, M., 2002) (pp. 59-85). Chicago, Illinois: Springer.
- Hamerschlags, S., Wilkinson, D. (2004) Situational determinants in intimate partner violence. *Aggression and Violent Behavior*. ELSEVIER. 10 333-361 pp. doi: 10.1016/j.avb.2004.05.001
- Hammock G; Janit A; South R. D & Williams C; (2012). Aggression and Violent Behavior, Perceptions of physical and psychological aggression in close relationships: A review. *Elsevier*. 17 (06). pág. 489-494. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2012.06.005>
- Hawkins, D; Glickman, A; Lovald, B. E; Pittman, A; Wekerle, C., & Wolfe, D. A., L. (2001). Childhood maltreatment, posttraumatic stress symptomatology, and adolescent dating violence: Considering the value of adolescent perceptions of abuse and a trauma mediational model. *Development and Psychopathology*, 13, 847–871.

- Herman, J. (mayo-junio 2009). There's a Fine Line... Adolescent Dating Violence and Prevention. *Pediatric Nursing*, 35 (3), pp. 164-170.
- Híjar, M., Valdez, R. (2009). *Programas de intervención con mujeres víctimas de la violencia de pareja y con agresores: experiencia internacional y mexicana*. México: Instituto Nacional de Salud Pública.
- Híjar M. & Valdez S. R. (2010). *Programa de reeducación para víctimas y agresores de violencia en pareja. Manual para responsables de programa*. 1a edición. México: Instituto Nacional de Salud Pública. pág. 232.
- Incháustegui R. T. & Olivares F. E. (2011). *Modelo ecológico para una vida libre de violencia de género*. Comisión Nacional para prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres. México, D.F.
- Instituto Aguascalentense de las Mujeres (IAM). (s.f.). *Manual del taller: Noviazgo entre adolescentes*. Aguascalientes México. Recuperado de: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/insp/taller_noviazgo.pdf
- Instituto Estatal de las Mujeres (IEM) (2010) *Manual para la Prevención de la Violencia: Amor y Violencia en el Noviazgo*. México; Instituto Estatal de las Mujeres
- Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE). (2008a). *Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo 2007 (ENVINOV)*. Secretaria de Educación Pública. México. Recuperado de: https://www.imjuventud.gob.mx/imgs/uploads/ENVINOV_2007_-_Resultados_Generales_2008.pdf
- Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE). (2008b). *Amores Chidos: Guía para docentes*. México; CONAVIM
- Jaen, C. C. (2017). *Violencia durante el noviazgo y su impacto en la salud sexual y reproductiva de las y los adolescentes* (tesis inédita de doctorado) Universidad Nacional Autónoma de México; México
- Instituto Politécnico Nacional (IPN). (2019). *Protocolo para la prevención, detección, atención y sanción de la violencia de género*. Gaceta politécnica. Núm. 1519. Vol. 18. Recuperado de: www.ipn.mx/genero/
- Kaukinen, C. (2014). Dating Violence Among College Students: The Risk and Protective Factors. *Trauma Violence & Abuse, Sage Publications*, 15(4), 283-296pp. doi:10.1177/1524838014521321
- Kelley, M., Lewis, R., Milletich, R. & Woody, A. (2012). Minority stress, substance use, and intimate partner violence among sexual minority women. *Aggression and Violent Behavior, ELSEVIER*, 17, 247-256pp. doi: 10.1016/j.avb.2012.02.004

- Krauss, H. (2006). Perspectives on Violence. *Annals New York Academy of Sciences*, 1087, pp. 4-21. doi: 10.1196/annals.1385.020
- Latapi Silva E. (2019). *Diferencias entre amor y enamoramiento*. Centro de Neurociencias Sociales, A.C. recuperado de <http://centrodeneurocienciasociales.org/articulos/125-diferencia-entre-amor-y-enamoramiento-psic-eva-latapi-silva.html>
- Lee T.Y. & Shek D.T.L. (2013). *Compensated Dating in Hong Kong: Prevalence, Psychosocial Correlates and Relationships with Other Risky Behaviors*. *North American Society for Pediatric and Adolescent Gynecology*. Published by Elsevier Inc. Vol.26. Núm. 3. pág. S42-S48. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpag.2013.03.014>
- Lefebvre, L., Reitzel-Jaffe, d., Wekerle, L., & Wolfe, D., (1998). *Factors associated with abusive relationships among maltreated and nonmaltreated youth*. Cambridge University Press. 10, 61-85 pp.
- Lloyd, S. A., & Emery, B. C. (2000). *The dark side of courtship: Physical and sexual aggression*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- López, L. (2002) *Manual para la prevención de la violencia en la pareja* (tesis inédita de pregrado) Universidad Nacional Autónoma de México; México.
- Marcus, R., Swett B. (2003). Violence in close relationships The role of emotion. *Aggression and Violent Behavior*, 8, 313-327. doi:10.1016/S1359-1789(01)00070-2
- Mars, T., Valdez, A. (2007, Octubre). *Adolescent Dating Violence: Understanding What Is "At Risk?"*. *Journal of Emergency Nursing*, 33(5), pp. 492-494. doi: 10.1016/j.jen.2007.06.009
- Martínez-Ferrer, B; Monreal-Gimeno & Povedano-Díaz, A. (2014). Modelo ecológico de los factores asociados a la violencia de género en parejas adolescentes. *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, Vol. 5(3), pp. 105 – 114.
- McDonald, R. & T. Merrick, M. (2013). Above All Things, Be Gland and Young: Advancing Research on Violence in Adolescence. *Psychology of Violence*. Vol. 3. Núm. 4. 289-296.
- Merino, M. & Pérez, P.J (2012). *Definición de dominio y poder*. Recuperado de <http://definicion.de/dominio/> <https://definicion.de/poder/>
- Mendoza Lopez S. & Trujano Ruiz P. (2003). *Violencia doméstica: estudio exploratorio acerca de su percepción y aceptación*. págs. 231-244.
- Mickey, E. & Straus, M. (2012). Reliability, validity, and prevalence of partner violence measured by the conflict tactics scales in male-dominant nations. *Aggression and Violent Behavior*, ELSEVIER, 17, 463-474 pp. doi: 10.1016/j.avb.2012.06.004

- Molidor, C., & Tolman, R. M. (1998). Gender and contextual factors in adolescent dating violence. *Violence Against Women*, 4, 180–194. doi:10.1177/1077801298004002004
- Mulvey E. P. & Yang S. (2012). Violence risk: Re-defining variables from the first-person perspective. *Aggression and Violent Behavior*. Vol. 17. Núm. 3. pág. 198-207. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2012.02.001>
- Naranjo Pereira, M. L. (2007). Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación". Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. Vol. 7, núm. 3. Universidad de Costa Rica. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>
- O’Keefe, M. (2005). *Teen dating violence: A review of risk factors and prevention efforts*. Recuperado de: https://vawnet.org/sites/default/files/materials/files/2016-09/AR_TeenDatingViolence.pdf
- O’Leary, K. D. & Riggs, D. (1996). Aggression between heterosexual dating partners: An examination of a causal model of courtship aggression. *Journal of Interpersonal Violence*, 11, 519–540. doi:10.1177/088626096011004005
- Olivarez F. E. & Incháustegui F. E. (2011). *Modelo ecológico. Para una vida libre de violencia de género. Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres*. México. Recuperado de <http://cedoc.inmujeres.gob.mx/lgamv/v/MoDecoFinalPDF.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS) & Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud (OMS). (2003). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Washington, D.C., Estados Unidos de América.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). 2002. *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Recuperado de: https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/abstract_es.pdf
- Organización Mundial de la Salud (OMS). 2007. *Tercer hito de un informe de la Campaña Mundial para la Prevención de la Violencia, 2007: ampliación*. Organización Mundial de la Salud. Recuperado de <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43671>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). 2010. *Violence prevention: The evidence. Series of briefings on violence prevention*. Organización Mundial de la Salud.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). 2012. *Violencia*. 12 Abril de 2018, Sitio web: <http://www.who.int/topics/violence/es/>
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Informe sobre la situación mundial de la prevención de la violencia*. Resumen de orientación. pág. 1-12.

Recuperado de
http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/145089/WHO_NMH_NVI_14.2_spa.pdf;jsessionid=24CF1B1ACD848D38DD423CC356B33113?sequence=1

- Oviedo. (2014). *El ciclo de la violencia*. Universidad de Oviedo. Instituto Asturiano de la Mujer. Consejería de Educación, Cultura y Deporte. España.
- Pick S. (1999). *Planeando tu vida*. México: Planeta.
- Pinto, L., Sullivan, E., Rosenbaum, A., Wyingarden, N., Umhau, J., Miller, M. & Taft, C.. (2010, Agosto 8). Biological correlates of intimate partner violence perpetration. *Aggression and Violent Behavior*, 15, pp. 387-398.
- Programa, M. (2010). *Trabajando con mujeres jóvenes: empoderamiento, derechos y salud*. México; Salud.
- Ramírez-Morán, K. B. (2013). *Cultura, violencia y enamoramiento: perspectivas del noviazgo desde los jóvenes bachilleres*. (Tesis de maestría) ITESO, Tlaquepaque, Jalisco. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/11117/2519>
- Ryan K. M; Sprechini G. & Weikel K. (2008). Gender Differences in Narcissism and Courtship Violence in Dating Couples. *Sex roles*. Vol. 28. pág. 802-813. DOI 10.1007/s11199-008-9403-9
- Roca, Elia (Psicóloga). (2016). “*Técnicas asertivas*”, *Hospital Clínico*. Valencia. Consultado de <https://eliarocapsicologa.files.wordpress.com/2016/02/taller-tc3a9nicas-asertivas.pdf>
- Rojas-Solís, J.L. (2013). Violencia en el Noviazgo de Universitarios en México: Una Revisión. *Revista Internacional de Psicología*. Universidad de Salamanca, España. Vol.12. No.2. DOI: <https://doi.org/10.33670/18181023.v12i02.71>
- Sackett, L. & Saunders, D. (1999). *The Impact of Different Forms of Psychological Abuse on Battered Women*. Violence and Victims, Springer Publishing Company, 14(1), 1-13pp.
- Sánchez, K. (2014) *Golpes de amor: Violencia en el Noviazgo*. México; DGIRE.
- Secretaría de Seguridad Pública. (2012). *Guía del Taller Prevención de la Violencia en el Noviazgo*. Subsecretaría de Prevención y Participación Ciudadana, Gobierno Federal. Estados Unidos Mexicanos.
- Siller Rosales, D. A; Ruiz Velasco Acosta, S. & Trujano Ruiz, P. (2013). Estudio sobre violencia doméstica en el DF: Resultados preliminares. Nóesis. *Revista De Ciencias Sociales*, 22(44), 230–255. <https://doi.org/10.20983/noesis.2013.3.9>

- Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF Jalisco). (2012). *Escuela para novios*. Gobierno de Jalisco. Vol. 02. Recuperado de: http://sistemadif.jalisco.gob.mx/pdf/procedimientos_curso_prematrimonial/2012_Escuela%20para%20novios.pdf
- Straus, M. A. (1999). The controversy over domestic violence by women: A methodological, theoretical, and sociology of science analysis. En X. Arriaga & S. Oskamp (Eds.), *Violence in intimate relationships* (pp. 1744). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Straus, M. (2004) Cross-Cultural Reliability and Validity of the Revised Conflict Tactics Scales: A Study of University Student Dating Couples in 17 Nations. *Sage Publications*, 38(4), 407-432 pp. doi:10.1177/1069397104269543
- Straus, M. A. (2005a, July 10-13). Gender and partner violence in world perspective: Some results from the International Dating Violence Study. Paper presented at the *9th International Family Violence Research Conference*, Portsmouth, NH.
- Straus, M. A. (2008). Dominance and symmetry in partner violence by male and female university students in 32 nations. *Children and Youth Services Review*, 30, 252–275. pp. <http://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2007.10.004>.
- Torreblanca, O. (febrero 2017). Radiografía del amor. *¿Cómo ves?* 219, pp. 8-13.
- Tronco Rosas M. A. (Coord). Instituto Politécnico Nacional. (2012). *Género y amor: principales aliados de la violencia en las relaciones de pareja que establecen estudiantes del IPN*. Programa Institucional de gestión con perspectiva de género.
- Vargas Urias, M.A. (Coord.). (s.f.). *Amores chidos. Guía para docentes: sensibilización, prevención y atención básica de la violencia en el noviazgo con las y los jóvenes*. Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres; Instituto Nacional de las Mujeres; Instituto Mexicano de la Juventud; Género y Desarrollo, A.C., México.
- Wekerle, C., & Wolfe, D. A. (1999). Dating violence in mid-adolescence: Theory, significance, and emerging prevention initiatives. *Clinical Psychology Review*, Vol. 19. Núm. 44. pág. 435–456. doi:10.1016/S0272-7358(98)00091-9
- World Health Organization (2004). *Handbook for the documentation of interpersonal violence prevention programmes*. Geneva, Switzerland: Author.

ANEXO 1

Cartas descriptivas de cada una de las sesiones

Sesión 1. Introducción a la intervención

Duración: 120 minutos.

Objetivo: Presentación del taller marcando el encuadre con los participantes, indagando sobre la importancia de abordar y prevenir el tema de violencia en el noviazgo.

Tema	Objetivo	Actividad	Tiempo
Presentación y encuadre	Presentación de las facilitadoras, así como dar el objetivo del taller y establecer un encuadre con los participantes para las reglas de convivencia.	Presentación de las facilitadoras. Se establecieron las reglas de convivencia.	15 min.
Presentación de los participantes “Rompiendo el hielo”	Lograr la integración de los participantes y crear un ambiente de confianza entre ellos.	Dinámica de “La telaraña”. Se entregó a cada participante un gafete con su nombre.	20 min.
Consentimiento informado y evaluación inicial	Obtener la participación voluntaria de los integrantes; conocer qué es lo que saben sobre la violencia en el noviazgo, su manera de percibir la y la frecuencia con la que la han experimentado.	Firmaron el consentimiento informado. Se aplicó el instrumento de “Violencia doméstica: frecuencia y percepción (VIDOFyP)” (Mendoza & Trujano, 2003). Se aplicó el “Cuestionario Prevención de Violencia en el Noviazgo”	15 min.
El árbol de la violencia	Lograr que los participantes reflexionen acerca de las causas y consecuencias de la violencia en el noviazgo, logrando concientización respecto al tema.	Se realizó la actividad del árbol de la violencia (usando metáfora de raíces, tronco y ramas) en tres equipos.	30 min

Tema	Objetivo	Actividad	Tiempo
Introducción al taller	Dar a conocer a los participantes las temáticas que se abordarán a lo largo del taller.	Se mostraron temáticas del contenido del taller y panorama general sobre la prevalencia e importancia de la violencia en el noviazgo.	30 min
Cierre	Cerrar la sesión y resolver dudas.	Se dio la conclusión de la sesión aclarando las dudas. NOTA: Al finalizar se pidió que devuelvan los gafetes a las facilitadoras (cada sesión).	10 min

Sesión 2. Enamoramiento y Noviazgo.

Duración: 110 minutos

Objetivo: Dar a conocer los conceptos de enamoramiento y noviazgo, así como sus tipos y etapas; para que los participantes identifiquen cómo se conforma una relación de noviazgo, y cómo esto puede ser desencadenante de violencia.

Tema	Objetivo	Actividad	Tiempo
Inicio	Dar la bienvenida a los participantes y realizar una introducción de los temas a tratar durante la sesión.	Bienvenida a la sesión e introducción del contenido de esta. Se realizó la dinámica de integración y presentación “Las frutas”.	20 min
Enamoramiento y noviazgo.	Definir a los participantes qué es el enamoramiento y el noviazgo.	Se expuso la definición del concepto de enamoramiento y noviazgo mediante un cartel por equipos.	30 min
Tipos y etapas del noviazgo	Dar a conocer a los participantes los diferentes tipos de noviazgo y sus etapas.	Se explicaron los tipos y las etapas del noviazgo según la literatura. Se realizó un concurso por equipos de la representación de un tipo y una etapa de noviazgo	30 min.

Tema	Objetivo	Actividad	Tiempo
Mitos y realidades sobre las relaciones de noviazgo	Lograr que los participantes identifiquen los mitos y realidades que se tienen sobre las relaciones de noviazgo.	Se brindó la definición del concepto de mito y realidad. Identificación de mitos y realidades de situaciones que suceden dentro del noviazgo.	25 min
Cierre	Hacer una breve recapitulación sobre lo visto en la sesión, solucionar dudas e invitar a la reflexión.	Conclusión de la sesión y resolución de dudas. NOTA: Se pidió que revisarán el material visual “Te doy mis ojos” y/o “6 Años” para la siguiente sesión.	5 min

Sesión 3. Problemas en las Relaciones de Noviazgo.

Duración: 110 minutos

Objetivo: Analizar con los participantes los aspectos positivos y negativos de las relaciones de noviazgo; los cuales pueden ser factores que generan violencia en el noviazgo.

Tema	Objetivo	Actividad	Tiempo
Inicio	Dar la bienvenida a los participantes y comentar sus reflexiones acerca de los temas anteriormente revisados e introducir al tema de la sesión.	Se dio la bienvenida a la sesión y se comentaron las reflexiones de la sesión anterior. Introducción sobre los temas a tratar.	10 min
Problemas que influyen en la relación de noviazgo	Los participantes identificarán los factores de riesgo que pueden propiciar problemas en las relaciones de pareja.	Presentación con diapositivas, sobre los factores de riesgo y por qué pueden influir en el noviazgo. Se resolvieron las dudas existentes.	25 min

Tema	Objetivo	Actividad	Tiempo
Estereotipos y roles de género	Definir y conocer qué saben los participantes acerca de los roles y estereotipos de género y la importancia de romper con ellos.	Se proporcionó la definición de estereotipo y rol de género. Se realizó la actividad de columnas e inversión de roles y estereotipos en “hombres” y “mujeres”. Reflexión resaltando la importancia de la equidad de género.	30 min
Dominio, poder y celos	Definir a los participantes qué son los celos, las relaciones de dominio y poder y cómo éstas pueden perjudicar las relaciones de noviazgo	Definición de conceptos: dominio, poder y celos, se resolvieron las dudas. Se llevó a cabo la discusión con la ayuda de fragmentos de la película “Te doy mis ojos” y “6 años” sobre los conceptos revisados.	35 min
Cierre	Resolver dudas en los participantes y hacer una breve reflexión sobre lo visto durante la sesión	Conclusión de la sesión y se aclararon dudas. Se invitó a la reflexión sobre los pensamientos y emociones generados durante la sesión.	10 min

Sesión 4. Violencia en el Noviazgo y Cómo Identificarla.

Duración: 115 minutos

Objetivo: Brindar las herramientas para que los participantes puedan identificar la violencia en el noviazgo, analizando la perspectiva sociocultural.

Tema	Objetivo	Actividad	Tiempo
Inicio	Iniciar la sesión y dar a los participantes una introducción al tema de violencia en el noviazgo y cómo identificarla.	Bienvenida a la sesión, se retomó la reflexión sugerida la sesión anterior. Introducción sobre los temas de la sesión	10 min
Violencia	Dar a conocer a los participantes el concepto de violencia, violencia en el noviazgo y sus consecuencias.	Definición de conceptos: violencia y violencia en el noviazgo. Se explicó la infografía sobre las consecuencias de la violencia.	30 min
Ciclos y tipos de violencia en el noviazgo	Lograr que los participantes identifiquen la violencia dentro de una relación de noviazgo y su proceso de origen, así como su evolución.	Se realizó la presentación de los tipos de violencia en el noviazgo y cartel del ciclo de la violencia. Proyección de video “ <i>Sunshine</i> ”.	35 min
Identificación de la violencia	Generar la reflexión en los participantes acerca de las acciones que se desconocían como violencia e identificarlas dentro de una escala.	Percepción de acciones de acuerdo con el termómetro de la violencia (Violentómetro IPN). Se pidió la reflexión y opinión sobre las acciones revisadas en la actividad del violentómetro.	30min
Cierre	Hacer una breve reflexión con los participantes sobre lo visto en la sesión.	Se resolvieron las dudas respecto a la sesión. NOTA: Se pidió que pensarán en una consecuencia negativa de la violencia en el noviazgo no revisada, para la siguiente sesión.	10 min

Sesión 5. Comunicación y Factores de Protección en el Noviazgo.

Duración: 120 minutos

Objetivo: Fomentar en los participantes los factores de protección, así como promover la comunicación asertiva y los valores en una relación de noviazgo para prevenir la violencia.

Tema	Objetivo	Actividad	Tiempo
Inicio	Iniciar y brindar a los participantes una introducción a los temas de la sesión.	Bienvenida a los participantes a la sesión. Se hizo la recapitulación mediante casos de situaciones de pareja en donde tendrán que identificar el tipo de violencia que se muestra. Introducción sobre los temas de la sesión.	20 min
Principios y valores en el noviazgo	Brindar a las participantes estrategias para fomentar habilidades y valores que propicien una relación de pareja sana.	Se dio la presentación con diapositivas de las estrategias para fortalecer la comunicación dando técnicas asertivas y también fomentando el desarrollo de valores.	30 min
Factores protectores	Dar a conocer a los participantes los factores protectores y sus características para prevenir la violencia en el noviazgo.	Se explicaron los factores de protección y cómo pueden influir en sus relaciones de pareja. Los participantes dieron su opinión sobre el tema.	30 min
“Aprendiendo a comunicarse”	Los participantes lograran identificar y analizar las diferentes formas de solucionar un problema de pareja sin ejercer violencia.	Por equipos mediante el juego de roles representaron a una pareja que tenía un problema a resolver, retomando algún tipo de violencia y la comunicación asertiva. Expresaron si les fue fácil o no llegar a un acuerdo antes de representarlo y qué les pareció la actividad, haciendo una reflexión.	30 min
Cierre	Resolver dudas y hacer una breve reflexión sobre lo visto en la sesión.	Conclusión de la sesión, se realizó una reflexión general. Resolución de dudas.	10 min

Sesión 6. Identificando Mis Emociones y su Relación con el Autoestima.

Duración: 110 minutos

Objetivo: Los participantes identificarán las emociones y su adecuado manejo, brindando herramientas protectoras para prevenir la violencia en el noviazgo y dando información sobre cómo fortalecer su autoestima.

Tema	Objetivo	Actividad	Tiempo
Inicio	Iniciar la sesión y hacer una breve recapitulación de lo visto en la sesión anterior.	<p>Bienvenida a la sesión.</p> <p>Se explicaron los temas a tratar durante la sesión.</p>	10 min
Autoestima	Dar a conocer a los participantes el concepto de autoestima, sus tipos y brindar estrategias sobre cómo fortalecerla.	<p>Se brindó la plática psicoeducativa sobre el concepto de autoestima, tipos y cómo fortalecerla.</p> <p>Se identificó la ruptura de autoestima y cómo reparar el daño fortaleciendo y aprendiendo de la situación.</p>	40 min
Emociones	Lograr que los participantes identifiquen los tipos de emociones, cómo se manifiestan y su adecuado manejo.	<p>Se dio la explicación de las emociones básicas.</p> <p>Se realizó la actividad de “La silueta del enojo”.</p> <p>Se retroalimenta la actividad dando la técnica de “tiempo fuera”.</p>	30 min
Técnicas de relajación	Facilitar en los participantes la comprensión de la respiración y la relajación como alternativas de espacio personal para reducir el riesgo de ejercer violencia en el noviazgo.	<p>Se dio a conocer y se aplicó la técnica de relajación mediante la respiración y la técnica de imaginación guiada.</p> <p>Técnica de relajación: “respiración por los pies”.</p>	20 min
Cierre	Resolver dudas y hacer una breve reflexión sobre lo visto en la sesión.	<p>Conclusión de la sesión con una breve reflexión acerca de la importancia de los temas revisados.</p> <p>Resolución de dudas.</p>	10 min

Sesión 7. Cierre del taller.

Duración: 115 minutos

Objetivo: Conocer qué aprendieron los participantes a lo largo del taller sobre violencia en el noviazgo, haciendo una recapitulación de los temas más relevantes de las sesiones.

Tema	Objetivo	Actividad y procedimiento	Tiempo
Inicio	Iniciar la sesión y hacer una breve recapitulación de lo visto en el taller	Bienvenida a la sesión. Explicación de los temas más relevantes de lo visto en cada una de las sesiones del taller.	30 min
Cierre del taller	Hacer hincapié en la importancia de la prevención de la violencia en el noviazgo en los participantes, resolver dudas y preguntas	Se reafirmó la importancia de prevenir la violencia en el noviazgo. Resolución de todas las dudas e inquietudes respecto a lo visto en el taller.	25 min
Yo antes, yo después	Los participantes lograran reconocer que nuevas cosas se aprendieron durante el taller.	Se realizó un círculo de participación sobre lo que aprendieron durante el taller. Se dio retroalimentación al final.	20 min
Post Test	Evaluar si hubo cambio en el aprendizaje y percepción sobre la prevención de la violencia en el noviazgo en los participantes.	Aplicación del instrumento “Violencia doméstica: frecuencia y percepción (VIDOFyP)” (Mendoza & Trujano, 2003), Cuestionario “Prevención de Violencia en el Noviazgo” y “Evaluación de la satisfacción de la o el participante” de IMJUVE (2008b).	25 min.
Centros de Atención	Brindar a los participantes información sobre los centros de ayuda donde se puede recurrir si existe violencia en el noviazgo.	Se repartió un tríptico impreso a cada participante de los centros de apoyo ubicados en la Ciudad de México que brindan atención a víctimas de violencia de pareja.	5 min
Cierre	Hacer una breve reflexión sobre lo visto en la sesión. Obtener una retroalimentación mutua.	Se concluyó la sesión, así como el taller. Se brindaron agradecimientos a los participantes.	10 min