



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia**

**Manuscrito Recepcional
Programa de profundización en Psicología Clínica**

**VIOLENCIA PSICOLÓGICA EN LA PAREJA EN
ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE SUAYED PSICOLOGÍA**

Investigación de Tipo Exploratoria

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

Clara María Urbano Carrillo

Directora: Mtra. Lizbeth Escobedo Pedraza

Vocales: Lic. María Cristina Canales Cuevas

Lic. Mariana Flores Nava



Los Reyes Iztacala Tlalnepanitla, Estado de México, a 11 de febrero de 2021



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

Contenido

Resumen.....	3
Violencia	5
Violencia psicológica.....	7
Violencia en la relación de pareja	10
Factores asociados a la violencia de pareja.....	13
Violencia de pareja en México.....	14
Planteamiento del problema de investigación.....	20
Justificación.....	20
Pregunta de investigación.....	22
Hipótesis.....	22
Objetivo general de la investigación	23
Método	23
Resultados	24
Discusión y conclusiones	38
Bibliografía	43
Anexos.....	47

VIOLENCIA PSICOLÓGICA EN LA PAREJA EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE SUAyED PSICOLOGÍA

Resumen

El propósito de esta investigación fue identificar estudiantes hombres y mujeres de SUAyED que estén siendo víctimas de violencia psicológica con sus parejas. Se realizó una adaptación del “Inventario de Abuso Psicológico en la Pareja” de Calvete, Corral & Estévez, la convocatoria para participar fue en redes sociales, concluyendo con una población de 193 estudiantes de los cuales el 87 % son mujeres y el 13 % hombres, con un rango de edad de 19 a 68 años, de todos los semestres, contando con cuatro tipos de relación: matrimonio, noviazgo, concubinato y abierta. Los resultados obtenidos mostraron que el 95.85 % ha sufrido algún tipo de abuso psicológico a lo largo de su relación de pareja; siendo que los estudiantes que se encuentran en una relación abierta son los que mayor frecuencia de violencia psicológica presentan en comparación con los demás tipos de relaciones. Así mismo se muestra como los hombres tienen la misma prevalencia en comparación con las mujeres en este tipo de violencia. Basada en los resultados se recomienda la realización de un taller para que los estudiantes cuenten con las herramientas para evitar relaciones violentas que afecten su salud mental.

Palabras clave: violencia, violencia de pareja, violencia psicológica, relación de pareja y salud mental.

PSYCHOLOGICAL VIOLENCE IN THE COUPLE IN STUDENTS OF THE CAREER OF SUAYED PSYCHOLOGY

Abstrac

The purpose of this research was to identify male and female SUAYED students who are being victims of psychological violence with their partners. An adaptation of the "Inventory of PsycClahological Abuse in the Couple" of Calvete, Corral & Estévez was carried out, the call to participate was in social networks, concluding with a population of 193 students of which 87% are women and 13% men, with an age range of 19 to 68 years, of all semesters, counting on four types of relationship: marriage, courtship, concubinage and open. The results obtained showed that 95.85% have suffered some type of psychological abuse throughout their relationship; being that students who are in an open relationship are those with the highest frequency of psychological violence compared to other types of relationships. Likewise, it is shown how men have the same prevalence compared to women in this type of violence. Based on the results, it is recommended to carry out some type of workshop so that students have the tools to avoid violent relationships that may affect their mental health in the long run.

Keywords: violence, intimate partner violence, psychological violence, intimate relationship and mental health.

Violencia

La violencia de pareja podemos encontrarla en todos los niveles sociales, cuando se habla de violencia psicológica puede llegar a pasar desapercibida y no es tan fácil de detectar. Esto puede llegar a representar un problema social, por las consecuencias que pueden tener en sus víctimas; en donde tanto hombres como mujeres pueden ser parte de esto. Existen datos que muestran que la violencia psicológica es más común de lo que se pensaría, algunos autores consideran que este tipo de violencia es una de las más agresivas, la baja autoestima puede llegar a ser una consecuencia, así como el estrés y el aislamiento.

La violencia es un tema que se ha estudiado a lo largo de la historia, abordado desde diferentes disciplinas; en donde se habla del origen o las causas de la misma, así como las formas en que se presenta. Martínez (2016) manifiesta que los estudios sobre violencia enfrentan diversos problemas debido a no tener una definición precisa, ya que se presenta de diversas maneras y como una serie de características debido a su multiplicidad, es por ello que es muy importante definir de manera adecuada, puesto que para algunos autores el principal concepto de violencia es medible como lo es la violencia física.

En la Real Academia Española (2020) encontramos que la palabra violencia proviene del latín *violentia* cuenta con 4 significados: 1. “cualidad de ser violento”, 2. Acción y efecto de violentar o violentarse”, 3. “Acción violenta o contra el modo natural de proceder”, 4. “Acción de violar a una persona”.

La OMS (2020), define violencia como “el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o comunidad que tiene como

consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte”.

Como ya se mencionaba con anterioridad, es de gran importancia definir de manera clara que es violencia para partir de manera adecuada en cualquier estudio realizado sobre esta. Cuervo (2016) realizó una exploración sobre el concepto de violencia y afirma que es el acto efectivo de la intervención, con la intencionalidad voluntaria de causar daño, perjuicio o influencia en la conducta de otra persona o en otras personas, y a su vez en sus acciones potenciales, ese mismo acto de intervención puede ser ejercido sobre la condición material del otro o sobre su psique (p. 83).

Estudios realizados sobre la violencia han presentado argumentos en los cuales apelan que los actos violentos son parte de la naturaleza humana, ya que se encuentran vinculados con factores biológicos del ser humano, en donde influyen factores como las hormonas, las respuestas psicológicas y la incompatibilidad por las diferencias individuales en la interacción con otros individuos. Pero que, a pesar de ser una característica humana, no se debe justificar la agresión o el maltrato (Cuervo, 2016).

La OMS (2002) nos habla de 4 tipos de naturaleza de la violencia que son: la física, la sexual, la psicológica y la de privaciones o desatención. Las cuales a su vez se pueden dividir en autoinfringida, interpersonal y colectiva como se muestra en la figura 1.

Clasificación de la violencia

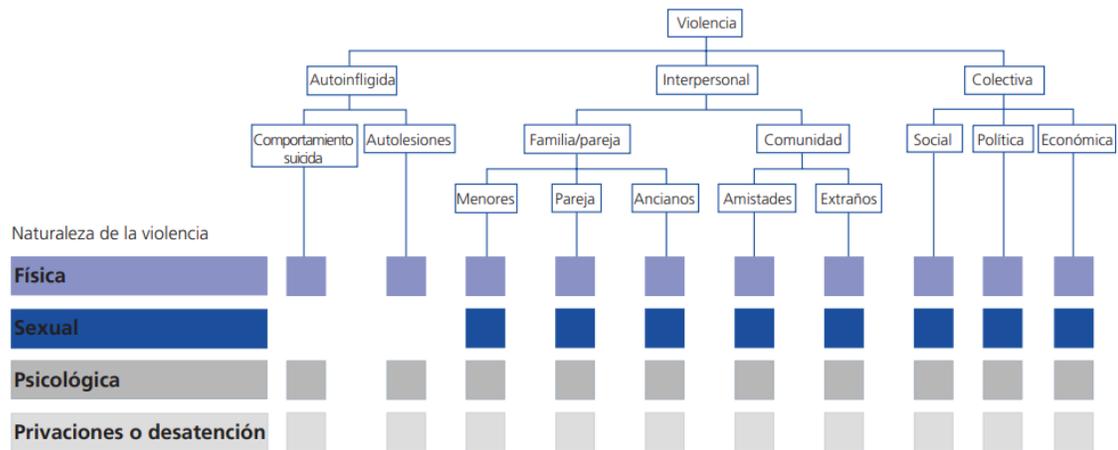


Figura 1. Naturaleza de la violencia y la clasificación utilizada en el informe mundial sobre la violencia y la salud (OMS,2002).

Violencia psicológica

La violencia psicológica puede ser definida como un conjunto heterogéneo de actitudes y comportamientos, en donde se produce una forma de agresión/abuso cognitivo y emocional, mucho más sutil y difícil de percibir, detectar, valorar y demostrar que el maltrato físico (Hernández, Magro & Cuéllar, 2014).

De acuerdo con Hernández, Magro & Cuéllar (2014) la violencia psicológica ha llegado a considerarse como un tipo de violencia invisible, puesto que no se presentan pruebas visibles, como las lesiones que deja la violencia física, ya que el daño psíquico como la consecuencia de un acontecimiento traumático o violento, se encuentra caracterizado por un significativo nivel de intensidad, la persona en la que repercute presenta sufrimiento; es por ello que la violencia psicológica la definen como “un proceso violento en sí mismo, que es susceptible de ser identificado, evaluado y denunciado, al producir unos daños en la víctima cuya entidad dependerá de la gravedad e intensidad de la violencia ejercida, así como

también de la capacidad de resistencia de la víctima frente a este tipo de maltrato” (p.32). Se puede presentar de diferentes maneras:

- Maltrato verbal, en este se puede humillar, insultar, ridiculizar, ironizar con crueldad, confundir para poner en tela de juicio la capacidad mental de la víctima.
- Aislamiento y control abusivo sobre la víctima, en donde se hace una vigilancia obsesiva y control sobre la vida de la víctima, cuya finalidad es aislarla de su red sociofamiliar y profesional. Espían sus actos y movimiento, llamadas telefónicas, mensajes y correos personales, redes sociales, interacciones profesionales y amistades, se restringen las relaciones con familiares y allegados.
- Intimidación, coacción y amenazas, se asusta e intimida mediante actitudes explícitas, gestos, miradas, etc. Destrozar propiedad en común o selectivamente sólo aquellos objetos que tienen un significado importante para la víctima. Coaccionar y/o amenazar a la víctima, mediante la exhibición de armas u objetos peligrosos, con herir, matar, quitarle hijos, etc. Amenazar con suicidarse si le abandona.
- Prevalimiento y abuso emocional, es cuando se trata a la víctima como subordinado/a inferior. Adoptar las decisiones relevantes sin consultar su opinión o contar con su criterio. Hacer uso de estereotipos machistas abusivos o hacer alusión a la condición intelectual de la mujer reduciendo su papel como persona (en el caso de los hombres).
- Indefensión aprendida, son los cambios bruscos y desconcertantes de ánimo, intercalando momentos de gran dureza y negación con otros radicalmente diferentes, en los que el agresor/a pueden mostrarse más cordialmente y cercano a la emocionalidad de la víctima, con la finalidad de desconcertar, confundir, para

posiblemente concluir en el maltrato. El agresor/a se irrita con facilidad por cosas mínimas.

- Abuso económico, en este se ejerce un control abusivo sobre las finanzas de la sociedad de pareja sobre la economía de la víctima, imponiendo castigos o dándole recompensas, de carácter monetario, en función de la conducta esperada; cuando se exige justificación de pagos, recibos y control de gastos de manera dictatorial. En caso de las mujeres se impide trabajar, tan solo por su condición de mujer.

La Asociación Americana de Psicología (2020), enumera algunas consecuencias en víctimas de violencia psicológica:

- Depresión
- Pensamientos y comportamientos suicidas
- Ansiedad
- Baja autoestima
- Incapacidad de confiar
- Miedo a la intimidad
- Aislamiento
- Comportamiento de riesgo (comiendo no saludable, comportamientos sexuales de riesgo y dependencia a sustancias)
- Desorden de estrés postraumático
- Desapego emocional
- Recuerdos traumáticos

- Mala salud física (dolores de cabeza frecuentes, dolor crónico y limitaciones de actividad)

Antes se mencionó la clasificación de la violencia en autoinfligida, interpersonal y colectiva, dentro de las cuales en la segunda categoría podemos encontrar que se encuentra la violencia ejercida en la pareja íntima emocional.

Violencia en la relación de pareja

Diversos estudios han demostrado que la elección de la pareja no es al azar, ya que se encuentran involucrados factores de los que destacan los sociales y los culturales. Contreras (2016) considera que “la elección de pareja no solamente es una tarea social inherente a la vida adulta, sino la necesidad de afecto e interdependencia que comprende variables históricas, culturales, biológicas, psicológicas y sociales” (s.p.).

Stange, Ortega, Moreno & Gamboa (2017), consideran que la relación de pareja es un sistema complejo y en constante cambio, en donde la complejidad se manifiesta más cuando es necesario especificar si se considera su estructura, el grado de formalización, la orientación sexual de sus integrantes y sus fases de formación o el ciclo vital de la pareja; así mismo mencionan que los estereotipos, creencia y mitos sobre las relaciones amorosas y sobre la pareja, ejercen una influencia importante tanto en la elección de pareja como la estructura de la relación, se van incorporando de manera paulatina en las personas y puede afectar en la elección del compañero o bien funcionar como mecanismo de autoengaño e incluso pueden ser la causa de que algunas personas se aferren a uniones de parejas disfuncionales con la expectativa de que en algún momento se producirá un cambio.

Stange et al. (2017) hablan sobre las 7 fases de la formación de la pareja, que son:

1. Atracción física, esta comienza cuando la selección es mutua, en donde se reúnen factores biológicos, personales, culturales y sociales; al principio la persona es observada como amigo/a y es atractivo como posible pareja, comparten más tiempo juntos y comienzan a percibir de diferente manera a la persona. Existen diferencias entre hombres y mujeres en la elección de pareja ya que reciben influencia del medio social y cultura.
2. La conquista, este proceso se ha ido modificando a lo largo del tiempo, y también dependerán de los estereotipos culturales. Cuando la idealización es exagerada la relación la relación termina, si por el contrario la persona continúa siendo agradable y persiste el deseo de conocerse: el deseo se encuentra determinado por las costumbres y factores sociales y culturales.
3. El galanteo o enamoramiento, la idealización de la pareja, el deseo de querer compartir gran parte del día y realizar conjuntamente diversas actividades, son características del enamoramiento. La persona amada es percibida con muchas cualidades y pocos defectos.
4. Convivencias y poder, el poder se puede entender como la capacidad con que una persona puede influir en la manera de pensar o comportarse de otras personas; es por medio de la convivencia e interacción, en donde la pareja establece acuerdos de mecanismos de poder y control que permitirán que cada integrante de la pareja pueda satisfacer sus intereses y capacidades al interior de la relación, estableciendo acuerdos de qué hacer y qué no hacer para que la convivencia continúe.
5. Establecimiento de la intimidad, lo cual se va dando a medida que la relación se va afianzando, en donde se comprometen factores como el apoyo afectivo, las conversaciones, la capacidad de contar cosas personales a la pareja, la confianza, la

seguridad que se brindan, las preferencias en común, el tiempo de duración de la relación, entre otras cosas.

6. Proyecto de vida en común. El compromiso, este se va generando a partir del interés y responsabilidad que se desarrolla hacia la pareja y el interés por cuidar y mantener el vínculo establecido, aun cuando pueda haber conflictos personales o de pareja.
7. Contrato matrimonial, en donde se establecen acuerdos que permiten que se establezcan convenios y la relación se desarrolle. Se deben considerar tres categorías las cuales se basan en las expectativas puestas en la vida en pareja; en necesidades intrapsíquicas y biológicas y en problemas externos.

La armonía de una relación de pareja depende de una gran variedad de factores, entre los cuales se encuentra la atracción sexual, los sentimientos, la comunicación y la compañía. Existen relaciones deterioradas que duran mucho tiempo por diversas razones (económicas, creencias, sociedad, familia, dependencia emocional).

La violencia de pareja es como “un ejercicio de poder, en el cual, a través de acciones u omisiones se daña o controla su voluntad a aquellas personas con la que se tiene vínculo íntimo” (López, Moral, Díaz & Cienfuegos, 2013, p. 6). Diversos estudios se han enfocado en la violencia de pareja y se ha demostrado que es bidireccional, es multicausal, heterogéneo y no depende de género, aunque principalmente las mujeres son las que viven las consecuencias más graves.

Este tipo de violencia de acuerdo con el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (s.f.) se puede presentar en cualquier tipo de relación íntima y amorosa, sin

importar preferencia sexual; en donde generalmente se puede observar desde el principio de la relación de pareja.

Factores asociados a la violencia de pareja

Ocampo y Amar (2011), nos hablan de una serie de factores que pudieran estar asociados con la violencia de pareja, divididos en tres aspectos los biológicos, los sociales y los psicológicos:

- Factores biológicos, se han realizado estudios en relación con defectos genéticos. Así como, daños temporales o permanentes en una o varias áreas del cerebro, de estimulación y registro electromagnético. Y las hormonas sexuales, siendo las testosteronas las más estudiadas.
- Factores sociales, en donde se estudian las características sociodemográficas (sexo, etnia, cultural, estatus económico, variables del crimen, nivel educativo, empleo e insatisfacción de las necesidades básicas, entre otras cosas). Así mismo, las creencias respecto a la violencia, actitudes y condiciones sociales del país; teorías feministas y oportunidades de desarrollo social.
- Factores psicológicos relacionados con las teorías de los factores de personalidad abusadora-abusada, asociando patrones de algunos tipos de personalidad y de conducta violenta. También se relaciona con la Teoría conductual (retomando posturas del condicionamiento clásico y operante, teorías de aprendizaje social, etc.): Teoría cognoscitiva (es como las personas adquieren, internalizan y organizan la información proveniente del medio con la perpetración de actos agresivos o violentos) y Teoría sistémica (el énfasis para lo individual a las relaciones entre los participantes de la familia).

Entonces como se puede observar dependerá de cada persona, ya que puede influir el estilo de crianza, la interacción social, la cultural; así como los patrones aprendidos dentro de la familia, lo cual puede llegar a ser justificado por las mismas víctimas, ya que en el caso de la violencia psicológica puede llegar a ser muy sutil.

Violencia de pareja en México

La mayoría de las investigaciones sobre la violencia de pareja realizadas alrededor del mundo, han demostrado como resultado que la mayor parte de la violencia es ejercida es por parte del hombre.

Según datos del INEGI (2018) se estima que de las mujeres que han enfrentado violencia por parte de su esposo, novio o pareja, a lo largo de su relación de pareja (19.1 millones), en el 64% de los casos se trata de violencia severa y muy severa. Al ser las agresiones más experimentadas por parte de la mujer de carácter emocional; el 40.1% ha vivido por lo menos una vez a lo largo de su relación insultos, amenazas, humillaciones y otras ofensas de tipo emocional, de las cuales es importante mencionar que la prevalencia de la violencia emocional está más cercana a las mujeres casada o unidas. En la prevalencia ejercida por la pareja actual o última, entre mujeres de 15 años y más por entidad en el año 2016, tenemos que los estados que se encuentran por encima de la media nacional son Aguascalientes, Ciudad de México, Estado de México, Jalisco, Oaxaca y Michoacán y los que tienen prevalencias más bajas con Chiapas, Nuevo León y Baja California Sur.

Así mismo, se encontró que no es muy común escuchar sobre la violencia de pareja en hombres, se ha estereotipado durante mucho tiempo la figura masculina por la fuerza física y la insensibilidad, a diferencia de la mujer; pero el maltrato que ejerce el hombre es mucho

más habitual de lo que se cree. De acuerdo con el Instituto Mexicano de la Juventud (2020) en 2011, el 25 % de las denuncias corresponden a hombres maltratados por sus parejas; destacan los motivos por los que estos no denuncian en la mayoría de los casos debido a que se sienten avergonzados, las autoridades dudan de sus denuncias, niegan la existencia del problema y en algunos casos por temor a reconocer públicamente su homosexualidad.

Se han realizado diversos estudios sobre la violencia en donde se busca mostrar las diversas caras del fenómeno, entre otras cosas, tal como lo hicieron Ocampo & Amar (2011), en cuyo artículo pretenden mostrar las diferentes fases de la violencia en la pareja; en donde hablan sobre cómo se presenta no solo en parejas con unión, sino también en el noviazgo, así como que no solo se presenta en mujeres, de igual forma puede afectar a los hombres y a las parejas del mismo sexo; consideran que es un “fenómeno universal, multicausal, multidimensional de salud y de tipo legal, que genera consecuencias que incluyen desde un problema de autoestima, de ansiedad, de depresión, de estrés hasta la muerte misma” (p.108); así mismo nos dicen como los aspectos que se relacionan con la violencia dependerá de la formación de cada persona, en donde se incluyen sus pautas de crianzas y patrones de interacción con la sociedad, la familia, la cultura, dichos patrones se pueden aprender de la interacción humana.

Echeburúa & Muñoz (2017), en su artículo *“Límites entre la violencia psicológica y la relación de pareja meramente disfuncional: implicaciones psicológicas y la relación de pareja meramente disfuncional: implicaciones psicológicas y forenses”* hablan sobre donde comienza el desarrollo de la violencia en la pareja, ya que suele confundirse con las parejas que tienen pocas habilidades para la solución de conflictos. Comentan que una vez que surgió el primer episodio violento, aún cuando el agresor muestre arrepentimiento, existe una gran

probabilidad de que se repitan estos episodios; en el caso de la violencia psicológica puede irse generando de manera gradual, en donde ni la propia persona afectada se da cuenta y aguantan mucho tiempo en dicha situación; en donde una clara característica de este tipo de violencia es la negación de esta conducta por parte del victimario. Aunque también existen parejas en donde la violencia es mutua, una clara lucha por el dominio de la relación.

Así mismo, Cáceres (2004) realiza un estudio en el cual analiza la intensidad de la violencia física, psicológica y sexual denunciada por hombres y mujeres, mediante un cuestionario, en los resultados se puede observar cómo no existen diferencias estadísticas significativas por género, “las diferencias entre hombres y mujeres en la escala de violencia psicológica que generalmente antecede a la violencia física, no alcanzan significación estadística, pero si la alcanzan las diferencias en violencia física” (p.48); el 62% de los sujetos superan la puntuación indicadora de violencia psicológica grave y por lo que a género se refiere el 28% de los hombres y un 34.1% de las mujeres manifiestan tener miedo a su pareja; de igual manera se mostró que existe una clara relación entre el grado de violencia denunciada, a mayor deterioro mayor violencia.

En 2016, Fernández, Martínez, Unzueta & Rojas realizaron una investigación en jóvenes universitarios de Tijuana sobre la violencia hacia varones entre parejas, considerando que la adultez temprana es el periodo en donde se corre el mayor riesgo de violencia, lo que se refleja en las relaciones de parejas que mantienen los jóvenes actualmente; de los resultados obtenidos se encontró que el 78% de la población estudiada había padecido o ejercido violencia en su relación de pareja, de los cuales existían una tendencia entre los hombres a ser maltratados por sus parejas mujeres. El tipo de violencia más común que se encontró fue la psicológica, misma que es vivida sin diferencias significativas por ambos

sexos, tanto como víctimas y victimarios; coincidiendo en que el hombre ejerce mayor violencia hacia la mujer en las áreas sexual y económica. Así mismo, se indica que de acuerdo con las pruebas realizadas el género no influye para la persona que ejerce o que sufre violencia; ya que en muchas de las ocasiones no se da cuenta de que están siendo víctimas o agresores, puesto que normalizan conductas violentas y como consecuencia pasan desapercibidas. Dentro de la discusión destacan el hecho de que los varones padecen más violencia de lo que se reconoce socialmente.

Siguiendo esta misma línea de investigación Ramírez & Núñez (2010) realizaron un estudio sobre la violencia en la relación de noviazgo en jóvenes universitarios de la Universidad de Xalapa, en donde mencionan que el maltrato a la mujer es recurrente en México por cuestiones culturales y de crianza, lo que las hace más abnegadas en comparación con el hombre, en donde su asertividad se ve más afectada; así mismo, recalcan la importancia de la realización de que detecten la violencia de pareja, así como los factores que influyen en ella, cuyo objetivo sea la prevención. Como resultado obtuvieron que la autoestima es uno de los factores que más pueden influir, así como el estilo de crianza, la parte social y lo económico; también pudieron aseverar que las mujeres reportan un menor porcentaje de indicadores que pudieran generar violencia en comparación con los hombres, así como que la escolaridad desempeña un papel importante, ya que con un mayor nivel educativo aumentan la asertividad y disminuye la abnegación, lo que reduce la generación de agresividad. Consideraron que mientras más tempranamente haya ocurrido el fenómeno de violencia, sus efectos serán más profundos y duraderos.

Olvera, Arias & Amador (2012), realizaron una investigación sobre los tipos de violencia en el noviazgo en la Universidad Autónoma del Estado de México, encontrando

que el 92% de la población entrevistada vive con diversos indicadores de maltrato psicológico, cuyos indicadores eran celos, regresiones, husmear, control, infidelidad, exhibición, indiferencia, prohibiciones, vigilancia y chantaje. Aunque su objetivo general era enfatizar la detección de la violencia psicológica, los resultados los obligaron a explicar que esta violencia puede estar acompañada de violencia económica, física y sexual. De igual manera detectaron que el mayor tipo de violencia manifestada fue la psicológica y que desafortunadamente no existen elementos visibles que demuestran su veracidad, aunque no por ello deja de ser tan peligrosa como la violencia física. Pues la repetición de la desvalorización, indiferencia, coerción y control pueden provocar un verdadero desgaste mental e incluso inducir a un estado de depresión profunda.

Según Alegría (2016), “la violencia en el noviazgo en universitarios es un fenómeno usual, donde hombres y mujeres son capaces de ejecutar un doble papel (víctima y victimario), estando cada vez menos apegados a los roles tradicionales” (pp. 6). Así mismo mencionó que las mujeres atacaron psicológicamente a sus parejas al menos una vez, y que en la escala de violencia física el mayor porcentaje son los hombres; señalando que las mujeres son quienes más perpetran la violencia física y los hombres la psicológica. También habla sobre la existencia de la violencia mutua en las parejas, siendo así la de mayor prevalencia en donde la que destaca más es la violencia psicológica, la modalidad agresiva más empleada por los agresores y más sufrida por las víctimas, siendo los insultos la forma más frecuente. En su investigación mostró resultados en donde el 82% de los jóvenes presentan violencia psicológica, con diferencias significativas entre hombres y mujeres en la victimización, siendo la violencia mutua el patrón más común, teniendo como motivos la falta autocontrol, el amor y los celos. Concluyendo que los cambios socioculturales han

impactado en la dinámica de las relaciones de pareja, ya que considera importante mencionar que la sociedad mexicana se ha visto mucho tiempo regida por una cultura patriarcal, por lo que se ha negado la idea de que las mujeres sean violentas, visualizándolas en un papel pasivo; aunque es necesario puntualizar que la violencia perpetrada por las mujeres es menos probable que resulte una lesión física.

En la Facultad de Estudios Superiores Acatlán de la UNAM Osorio & Reyes (2016), realizaron una investigación en dos etapas, en la primera diseñaron y validaron instrumentos y en la segunda fue la elaboración del perfil de los estudiantes universitarios que tienen una relación de pareja violenta. En los resultados encontraron comportamientos 4 violentos como: los controladores, de violencia externa, maltrato psicológico y vigilancia en la pareja, cuando se dan comportamientos controladores muy probablemente existe una relación de comportamiento de violencia extrema y maltrato psicológico. Así mismo encontraron estrategias de afrontamiento ante la violencia de pareja como: de conciliación y asertividad, de búsqueda de apoyo familiar y/o profesional, defensa legal, finalizar la relación y estrategias punitivas.; siendo así las más implementadas, las de acción legal y rompimiento de la relación. También mencionaron atribuciones personales en la generación de violencia de pareja tales como: normalizadoras y justificadoras de la violencia, falta de autonomía e independencia de pareja, de naturaleza psicológica, hedonistas de la violencia, de dominio y control pasivo, de dominio y control agresivo y por problemas de comunicación; en donde la mayor correlación muestra que se piensa que las personas que permanecen en una relación de pareja violenta “disfrutan” de alguna manera de dicha violencia, a lo que le sigue la normalización y justificación de la violencia. Llegaron a la conclusión de que la violencia de pareja es un fenómeno que afecta tanto a víctimas como a los agresores; es por ello que es de

gran relevancia que las víctimas reconozcan que se encuentran en una situación de violencia de pareja “ya que en la medida que se pueda detectar de manera más temprana estas situaciones, se estará en posibilidad de poder prevenir que un comportamiento de violencia moderado se convierta en uno grave” (p. 93).

Planteamiento del problema de investigación

Justificación

“La violencia infringida por la pareja es unas de las formas más comunes de violencia en contra de la mujer e incluye maltrato físico, sexual o emocional y comportamientos controladores por un compañero íntimo” (OMS, 2013, pág. 1). Así mismo, la violencia de parejas también se puede presentar en hombres, aunque no siempre sea fácil identificarla y sea mínima en comparación con la de las mujeres, pero no por ello pierde significancia.

La violencia de pareja puede provocar en el caso de los hombres depresión, ansiedad, así como un mayor riesgo de tener problemas relacionados con alcohol y drogas; a diferencia de estos, en el caso de las mujeres al ser los hombres más fuertes físicamente puede haber daños físicos y psicológicos. En la mayoría de los casos ni la víctima, ni el victimario se dan cuenta de los signos de violencia que se están presentado, puesto que al principio son mínimos y van en aumento hasta llegar a consecuencias graves.

De acuerdo con la OMS (2013), la violencia de pareja se presenta en todos los entornos y grupos socioeconómicos, religiosos y culturales; lo cual ha ido creciendo, siendo el resultado de diversos factores tanto individuales como sociales alrededor de la persona que está victimizando a su pareja.

Los problemas o situaciones que pudieran ser detonadores de la violencia en contra de la pareja pueden ser varios, como las tensiones financieras, el estrés laboral, las enfermedades, el nacimiento de un hijo, aprendizajes violentos, etc. Los estresores frecuentemente destacan el estilo de afrontamiento entre los miembros de la pareja, en donde, posiblemente se puedan presentar patrones cognitivos y conductuales desadaptativos durante ciertas épocas, aumentando así la violencia (Nezu, Maguth & Lombardo, 2006).

Si a todo lo anterior le agregamos el grado de normalización de la violencia en México y lo alarmante que se está volviendo, ya que en muchas ocasiones las primeras agresiones provienen del entorno de crianza, aceptando la violencia como parte de la educación y esto se presenta tanto en víctimas como en victimarios, tanto en hombres como en mujeres. Es por ello que en muchos de los casos no detectan la violencia que se está ejerciendo por parte de la pareja.

En esta investigación se consideró solo la violencia psicológica en la pareja por encima de los otros tipos de violencia, porque es una de las formas más predominantes; Pérez & Hernández (2009), consideran que es una forma encubierta de agresión y cohesión, por lo poco observable y comprobable de sus consecuencias, lo cual la convierte en una violencia difícil de detectar, ya que dicho de otra manera, son golpes disfrazados de palabras y acciones que a diferencia de la violencia física no deja moretones. De acuerdo con Cuervo & Martínez (2013), este tipo de violencia desvaloriza a las víctimas por medio de humillaciones, críticas, amenazas, comportamientos restrictivos, conductas destructivas, entre otras cosas; lo cual quebranta la integridad psíquica y emocional de la víctima; en donde, en muchas ocasiones la víctima justifica este tipo de situaciones. De ahí la importancia de que este estudio se haya dirigido a este tipo de violencia únicamente, ya que la primer fase de la violencia de pareja

es la violencia psicológica, en donde comienzan las amenazas, los castigos, el temor, las palabras, actos de tensión que preceden la violencia física y se encontraran anticipando las siguientes etapas de la violencia de pareja.

Por tanto, es importante detectar si dentro de los estudiantes de SUAyED hay algunos que estén siendo víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas, ya que estudios han revelado que las personas que son víctimas de este tipo de violencia viven en constante estado de ansiedad extrema, la cual se llega a convertir en depresión que pudiera terminar en suicidio o desequilibrio mental. Así mismos estudios han indicado que “la violencia de pareja está presente no solo en todo tipo de unión y en muchas partes del mundo, sino que es perpetrada por parejas sin restricciones de edad o período evolutivo (adolescentes, adultos, adultos mayores, etc.) y no solo en parejas con unión marital” (Ocampo & Amar, 2011, p.115). Teniendo en cuenta la gran variedad que existe de edad, condición social y género, no exime a los estudiantes de estar siendo violentados psicológicamente, es por ello la necesidad de detectar a tiempo y apoyarlos mediante un taller que les presente posibles soluciones o prevenciones para no terminar en una relación violenta que pase de la agresión psicológica a otro tipo de violencias por parte de la pareja, donde las emociones juegan un papel importante.

Pregunta de investigación

¿Los estudiantes hombres y mujeres de SUAyED de la licenciatura de Psicología sufren violencia psicológica en su relación de pareja?

Hipótesis

Existen estudiantes de SUAyED Psicología que están siendo víctimas de violencia psicológica en su relación de pareja.

Objetivo general de la investigación

Identificar si los estudiantes, hombres y mujeres, de SUAyED Psicología sufren violencia psicológica por parte de su pareja.

Método

Se realizó una investigación no experimental cuantitativa, ya que no se manipularon las variables; con un diseño transversal de tipo exploratorio, con la finalidad de analizar los datos recopilados por medio de un inventario. La muestra es de tipo no probabilística ya que como único requisito los participantes debían de ser estudiantes hombres o mujeres de SUAyED y con pareja, cuya población fue de 193 personas en total.

Se realizó la adaptación del “Inventario de Abuso Psicológico en la Pareja” de Calvete, Corral y Estévez (2005), ya que originalmente se encuentra dirigido solo a mujeres y este estudio incluye también a los hombres, así mismo dicho instrumento mide la prevalencia anual y se medirá solo la actual. Dicho inventario consta de 20 ítems, en donde se tiene que indicar con qué frecuencia se presenta cada tipo de abuso de estar sucediendo, esto se medirá con escala tipo Likert con tres opciones de respuesta, lo que permitirá evaluar si algún alumno está siendo víctima de violencia psicológica por parte de su pareja, en donde “siempre” tiene un valor de 3 con un puntaje máximo de 60, “a veces” tiene valor de 2 con puntaje máximo de 40 y “nunca” valor de 1 con puntaje máximo de 20; cuando la frecuencia supera los 20 nos habla de que se están llegando a presentar abusos por parte de la pareja, si la frecuencia supera los 40 puntos nos estará hablando de que el alumno está siendo víctima de violencia psicológica (Anexo 1).

Se invitó a participar a los estudiantes de SUAyED de manera voluntaria a la resolución de dicho instrumento, a través de redes sociales, con la única condición de que fueran estudiantes actuales o recientemente graduados este año y que tuvieran pareja, sin discriminación de edad, género o tipo de relación.

Resultados

De los 193 participantes, el 87 % son mujeres y el 13 % hombres (fig. 2), cuyas edades oscilan entre 19 y 68 años; el promedio de edad de las mujeres fue de 35 años y el de los hombres de 38 años. Participaron alumnos de los 9 semestres como se muestra en la figura 3; se dieron cuatro tipos de relación de pareja lo que arrojó como resultado que la mayoría se encontraban en casados lo que representa el 38%, los que le siguieron fue el noviazgo con el 29 %, concubinato con el 28 % y relación abierta con el 5% (fig. 4).

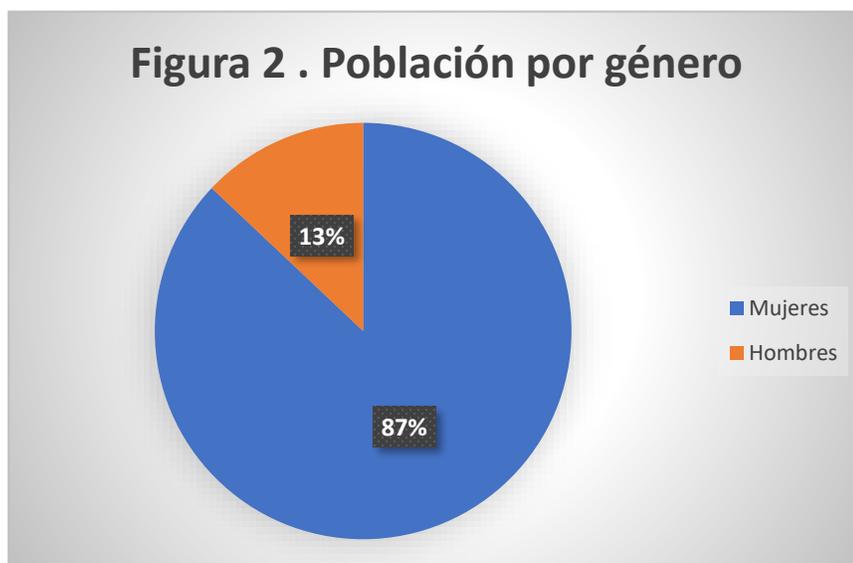


Figura 2. Gráfica de población total dividida por género

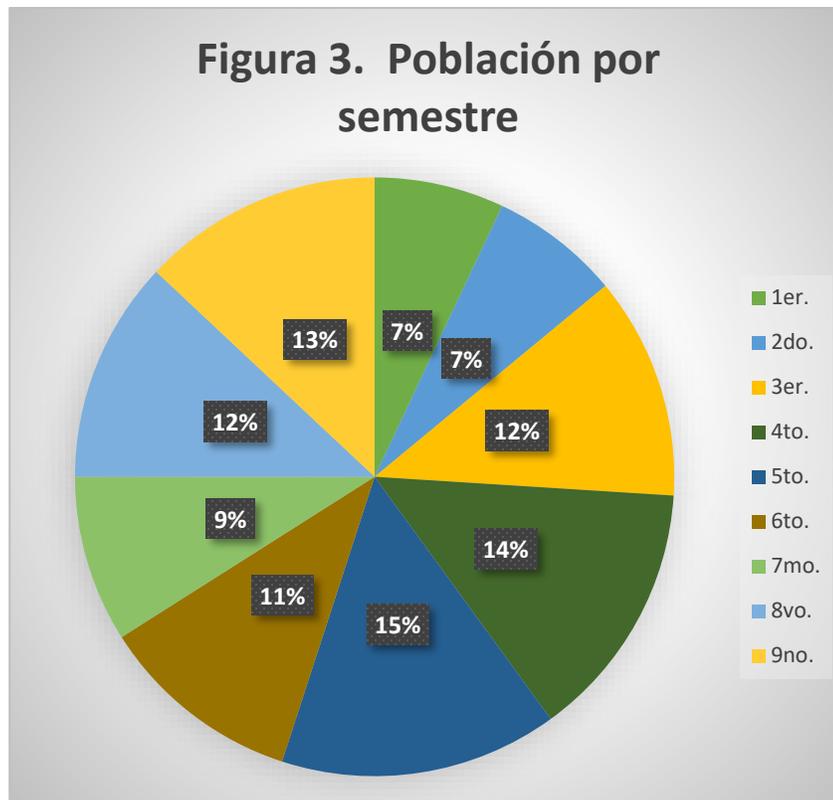


Figura 3. Población general dividida por semestre

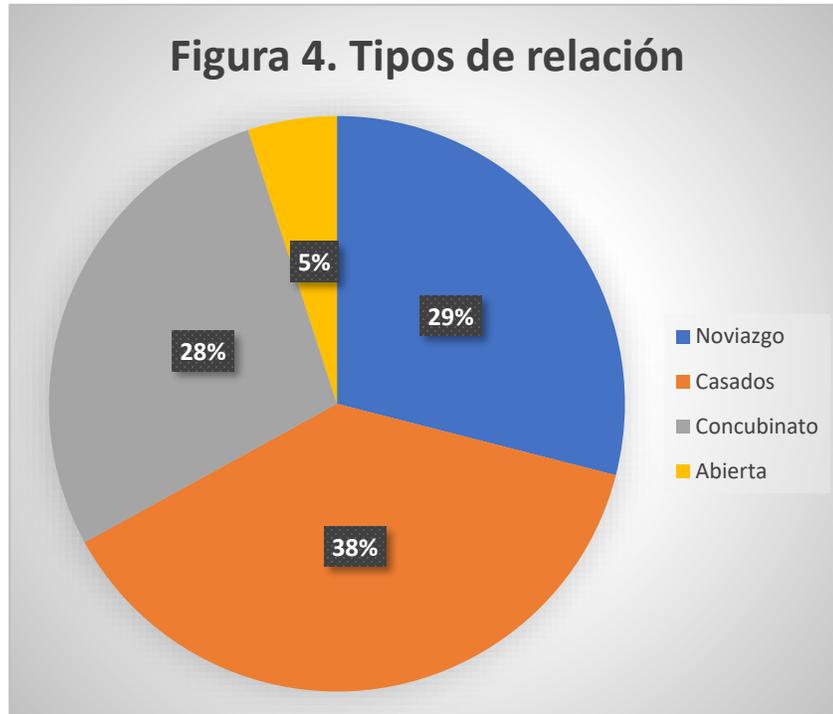


Figura 4. Gráfica de los tipos de relaciones de la población total.

Los resultados del inventario arrojaron que el total de la población (tabla 1) presentó una media de 30.61 en la prevalencia de abusos psicológicos, en donde se mostró una frecuencia en las respuestas de 30 puntos, con una desviación estándar de 7.73, mostrando así que el 95.85 % ha sufrido algún tipo de abuso psicológico a lo largo de la relación. Así mismo se encontró que el 16.58 % de la población total están presentando frecuentemente abusos psicológicos con una media de 44.42, de los cuales el 84.37% son mujeres y el otro 15.62% son hombres; mismos que se encuentran en una relación de casados el 43.75 %, en concubinato 34.37 % y el resto en noviazgo. El 79.27% ha presentado abusos pero en menor medida con una media de 28.45; a diferencia de estos, solo el 4.14 % de toda la población presentó una puntuación en la que se muestra que no existe ningún tipo de abuso por parte de la pareja.

Tabla 1. <i>Resultados d00e la población total (N=193)</i>	
Media	30.61
Moda	30
Desviación estándar	7.73

Tabla 1. Muestra los resultados obtenidos de la prevalencia de violencia psicológica dentro de la población total.

La tabla 2 y la figura 5 muestran los resultados por ítems de la población total, en las cuales podemos observar que las 5 preguntas que obtuvieron mayor prevalencia fueron 3, 2, 8, 14 y 20 en orden de puntaje; y por otro lado están las de menor puntaje que son la 11, 6, 13, 19 y 18 en el mismo orden de las anteriores.

Tabla 2 <i>Prevalencias (media y moda) por ítems en la población total (N=193)</i>		
Ítems	Moda	Media
1. Controla lo que puedo y no puedo hacer	2	1.65
2. Me oculta información o me miente	2	1.98
3. Se enoja conmigo cuando no estoy de acuerdo con ella/él	2	2.07
4. Hace cosas de manera deliberada para hacerme sentir mal	1	1.65
5. Hace cosas para hacerme sentir avergonzada/o en público	1	1.37
6. Dispone de mi dinero sin mi consentimiento	1	1.22
7. Controla mi dinero, me dice en que puedo gastar y en que no	1	1.35
8. Hace caso omiso a lo que quiero	2	1.96
9. Me aisló de mis familiares	1	1.33
10. Deje de frecuentar amistades porque ella/él me lo pidió	1	1.52
11. Controla mi acceso al celular	1	1.21
12. Me insulta con groserías o palabras despectivas	1	1.41
13. Destrozó alguna pertenencia mía cuando estaba enojada/o	1	1.22
14. Me culpa o se desquita conmigo por sus cambios de ánimo, malestares o frustraciones	2	1.81
15. Me amenaza o chantajea para que haga lo que ella/él quiere	1	1.48
16. Me grita	2	1.6
17. Me dice como debo vestir	1	1.33
18. No me deja tomar mis propias decisiones, decide por mí	1	1.36
19. Me obliga a tener relaciones sexuales, o accedo aunque no tenga ganas solo para que no se enoje	1	1.25
20. Consideras que tu relación de pareja ha deteriorado tu autoestima	2	1.75

Tabla 2. Resultados por ítems de la población total, en donde se muestran las preguntas de mayor puntaje.

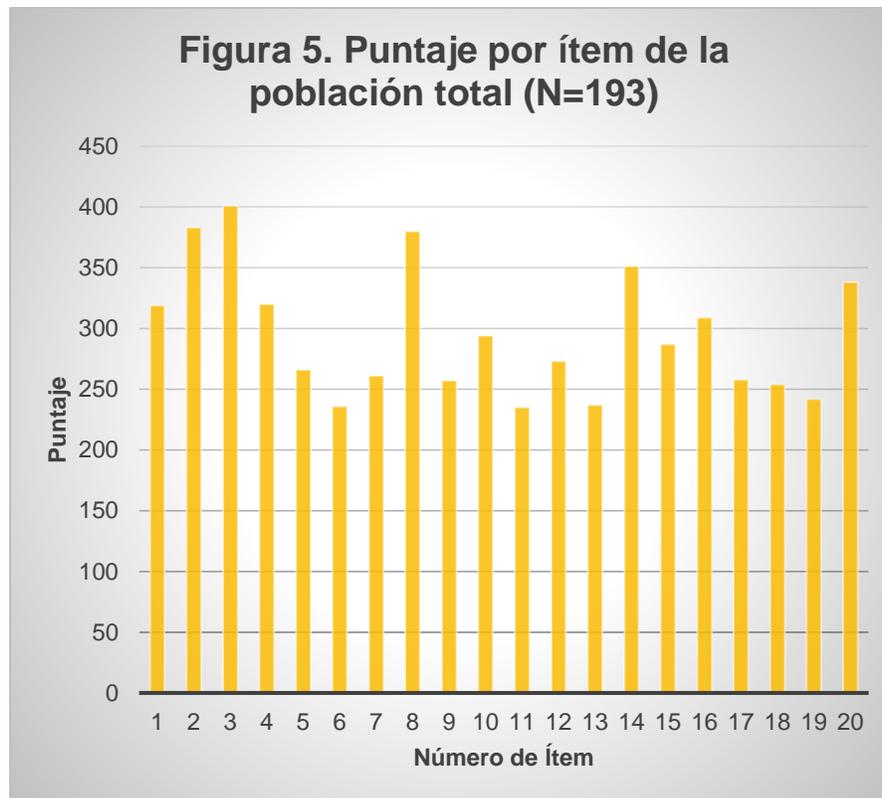


Figura 5. Gráfica que muestra los puntajes por preguntas, considerando todas las respuestas de todos los entrevistados.

En la tabla 3 se muestra siguiendo el orden de los ítems con mayor prevalencia la frecuencia con la presentaron las situaciones planteadas, podemos observar que el 74.1 % de la población total en algún momento su pareja se ha enojado por no estar de acuerdo con ellos, de los cuales el 36.3% siempre presentan este problema; después tenemos que al 77.7% les ocultan información o les mienten y el 29% tienen la mayor frecuencia; así mismo encontramos que el 74% no es tomada en cuenta para las decisiones y el 31.4% tiene la mayor frecuencia; posteriormente encontramos que el 63.7% es culpado por los cambios de humor de su pareja de los cuales el 28% lidian más con este problema; y por último tenemos que el 59.58% de la población total ha llegado a considerar que su relación de pareja ha deteriorado su autoestima de los cuales el 26 % es algo que siempre consideran.

Tabla 3. <i>Ítems con mayor puntaje población total (n=193)</i>			
Ítems	Nunca	A veces	Siempre
3. Se enoja conmigo cuando no estoy de acuerdo con ella/él	50	91	52
2. Me oculta información o me miente	43	106	44
8. Hace caso omiso a lo que quiero	50	98	45
14. Me culpa o se desquita conmigo por sus cambios de ánimo, malestares o frustraciones	70	88	35
20. Consideras que tu relación ha deteriorado tu autoestima	78	85	30

Tabla 3. Muestra los puntajes de las respuestas de los ítems con mayor prevalencia.

Así mismo la tabla 4, nos muestra la moda y la media por pregunta, pero se puede observar la comparativa por género; en el caso de las mujeres las preguntas que mayor prevalencia tuvieron fueron la 2, 3, 8, 14 y 20, de las cuales las primeras 4 coinciden también, aunque en diferente orden, con las de mayor prevalencia de los hombres, la única diferencia es la pregunta 1. Se puede observar (tabla 4 y tabla 5) como en la pregunta 3. Se enoja conmigo cuando no estoy de acuerdo con ella/él es para ambos géneros la de mayor prevalencia, en la población total de mujeres el 78.5 % han vivido esta situación en algún momento de la relación de las cuales el 34.8% lo vive con mayor frecuencia, en el caso de los hombres el 88% de su población total se ha encontrado ante dicha situación de los cuales el 45.4% siempre se enfrentan a esto. Partiendo de la primera pregunta de mayor prevalencia en la que coinciden ambos géneros, dentro de las que le siguen, aunque son las mismas no

tienen el mismo orden; en el caso de las mujeres el ítem 2. me oculta información o me miente el 78.5 % en algún momento han pasado por esto y el 30% frecuentemente viven esto; en el ítem 8 el 32 % registraron que su pareja siempre hace caso omiso a lo que quieren; y en el ítem 20 más de la mitad se ha llegado a cuestionar si su relación ha deteriorado su autoestima y el 26% siempre se hace este cuestionamiento. En el caso de los hombres el ítem 14 es el que le sigue en mayor prevalencia, en donde el 72% ha llegado a ser culpado por cambio de humor por parte de su pareja de los cuales el 44.4% siempre son culpados; así mismo encontramos que el 15% siempre les controlan lo que pueden y no pueden hacer, los hombres a diferencia de las mujeres, a pesar de coincidir en su ranking de los 5 ítem de mayor prevalencia, sólo al 20% siempre les mienten u omiten información.

Tabla 4				
<i>Prevalencias (media y moda) por ítems por género</i>				
Ítems	Moda		Media	
	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre
1. Controla lo que puedo y no puedo hacer	1	2	1.63	1.88
2. Me oculta información o me miente	2	2	1.99	1.72
3. Se enoja conmigo cuando no estoy de acuerdo con ella/él	2	2	2.07	2.28
4. Hace cosas de manera deliberada para hacerme sentir mal	1	2	1.65	1.64
5. Hace cosas para hacerme sentir avergonzada/o en público	1	1	1.37	1.48
6. Dispone de mi dinero sin mi consentimiento	1	1	1.22	1.28
7. Controla mi dinero, me dice en que puedo gastar y en que no	1	1	1.34	1.40

8. Hace caso omiso a lo que quiero	2	2	1.97	1.84
9. Me aisló de mis familiares	1	1	1.31	1.48
10. Deje de frecuentar amistades porque ella/él me lo pidió	1	1	1.51	1.64
11. Controla mi acceso al celular	1	1	1.20	1.40
12. Me insulta con groserías o palabras despectivas	1	1	1.40	1.40
13. Destrozó alguna pertenencia mía cuando estaba enojada/o	1	1	1.22	1.28
14. Me culpa o se desquita conmigo por sus cambios de ánimo, malestares o frustraciones	2	2	1.81	2.04
15. Me amenaza o chantajea para que haga lo que ella/él quiere	1	1	1.49	1.48
16. Me grita	1	2	1.61	1.68
17. Me dice como debo vestir	1	1	1.35	1.44
18. No me deja tomar mis propias decisiones, decide por mí	1	1	1.36	1.44
19. Me obliga a tener relaciones sexuales, o accedo aunque no tenga ganas solo para que no se enoje	1	1	1.26	1.2
20. Consideras que tu relación de pareja ha deteriorado tu autoestima	2	2	1.74	1.56

Tabla 4. Muestra los puntajes de las respuestas de los ítems divididos por género, en donde se puede realizar una comparativa de prevalencia en hombres y mujeres en cada pregunta.

Tabla 5. <i>Ítems con mayor puntaje Mujeres</i>			
Ítems	Nunca	A veces	Siempre
3. Se enoja conmigo cuando no estoy de acuerdo con ella/él	37	86	46
2. Me oculta información o me miente	36	92	40
8. Hace caso omiso a lo que quiero	43	84	41

14. Me culpa o se desquita conmigo por sus cambios de ánimo, malestares o frustraciones	63	78	27
20. Consideras que tu relación ha deteriorado tu autoestima	64	77	27

Tabla 5. Muestra los puntajes de las 5 respuestas de los ítems más altos de las mujeres, que van del de mayor prevalencia en orden descendente.

Tabla 6. <i>Ítems con mayor puntaje Hombres</i>			
Ítems	Nunca	A veces	Siempre
3. Se enoja conmigo cuando no estoy de acuerdo con ella/él	3	12	10
14. Me culpa o se desquita conmigo por sus cambios de ánimo, malestares o frustraciones	7	10	8
1. Controla lo que puedo y no puedo hacer	6	16	3
8. Hace caso omiso a lo que quiero	8	13	4
2. Me oculta información o me miente	10	12	3

Tabla 5. Muestra los puntajes de las 5 respuestas de los ítems más altos de los hombres, que van del de mayor prevalencia en orden descendente.

También se realizó un análisis de los resultados sobre la prevalencia de violencia psicológica en cada tipo de relación, y se encontró que en el noviazgo el 76%, en el matrimonio el 78% y en el concubinato con 77% de su población tienen una frecuencia de a veces con un puntaje entre 20 y 40 puntos con respecto a los 20 ítems del instrumento aplicado, a diferencia de las personas que se encuentran en una relación abierta de las cuales el 88% tuvieron un puntaje mayor a 40, lo que nos indica que este tipo de relación presenta mayor frecuencia de violencia psicológica (figura 6).

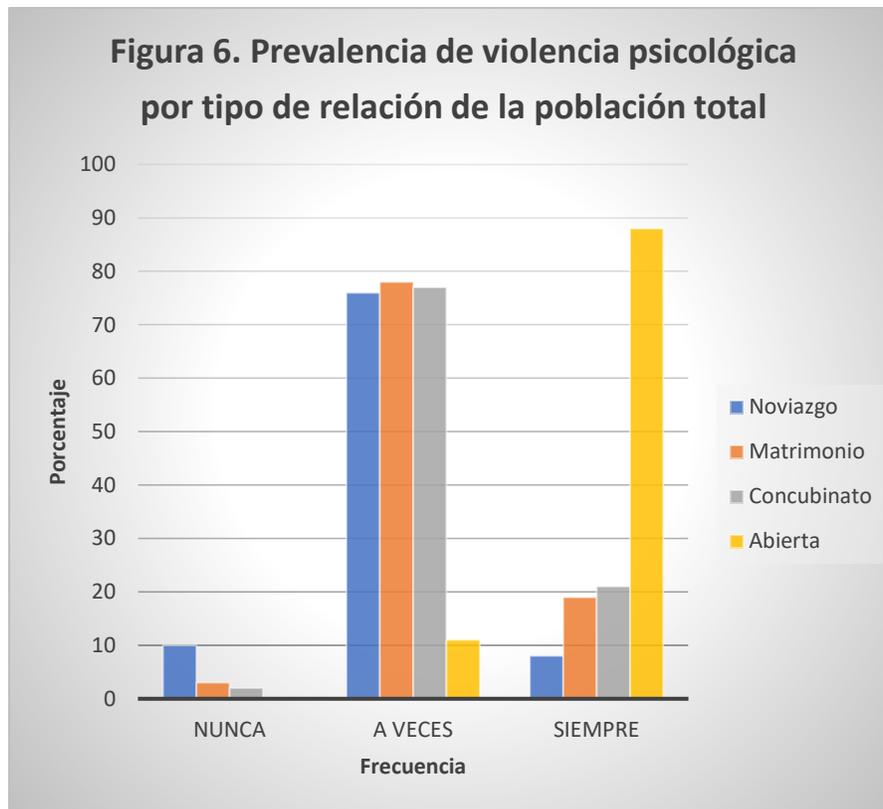


Figura 6. Gráfica que muestra la frecuencia con la que están viviendo violencia psicológica por tipo de relación en la que se encuentran.

De igual manera se hizo una revisión sobre la frecuencia por género dependiendo la relación en la que se encuentran, y tenemos que en la relación de noviazgo el 86 % de los hombres obtuvieron puntajes entre 20 y 40 y el resto no se ha encontrado ante ninguna situación mencionada en el cuestionario; a diferencia de ellos el 10 % de las mujeres obtuvo resultados mayores a 40 y el 78% en menor medida pero han vivido situaciones de violencia, solo el 10% nunca ha tenido violencia psicológica, por tanto se encuentran casi a la par ambos géneros y no presenta diferencias significativas (fig.7).

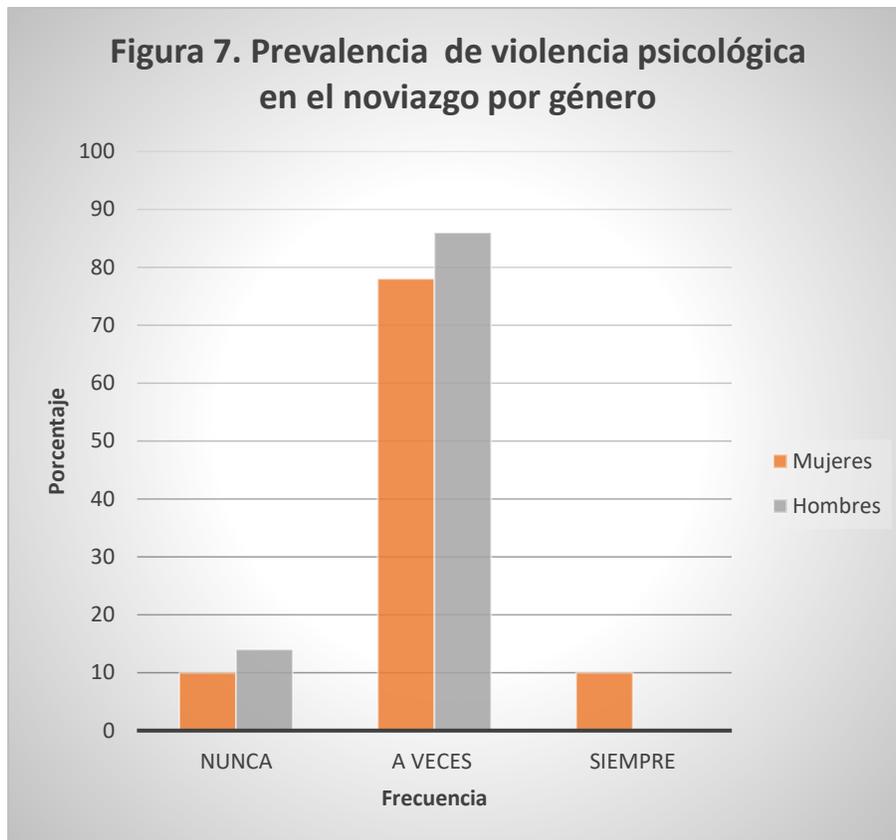


Figura 7. Gráfica que muestra la frecuencia con la que están viviendo violencia psicológica hombres y mujeres que se encuentran en una relación de noviazgo.

En la relación de matrimonio, de las mujeres el 82% obtuvieron puntajes entre 20 y 40, a diferencia de los hombres que solo el 59% obtuvo este puntaje; pero estos superaron a las mujeres con el 41% con puntajes mayores de 40 y todos los restantes han presentado violencia psicológica; en este tipo de relación se encontró que los hombres tienen mayor frecuencia ya que el 100% de ellos se encuentra entre a veces y siempre y de las mujeres el 85.4% se encuentra en a veces y nunca (fig.8).

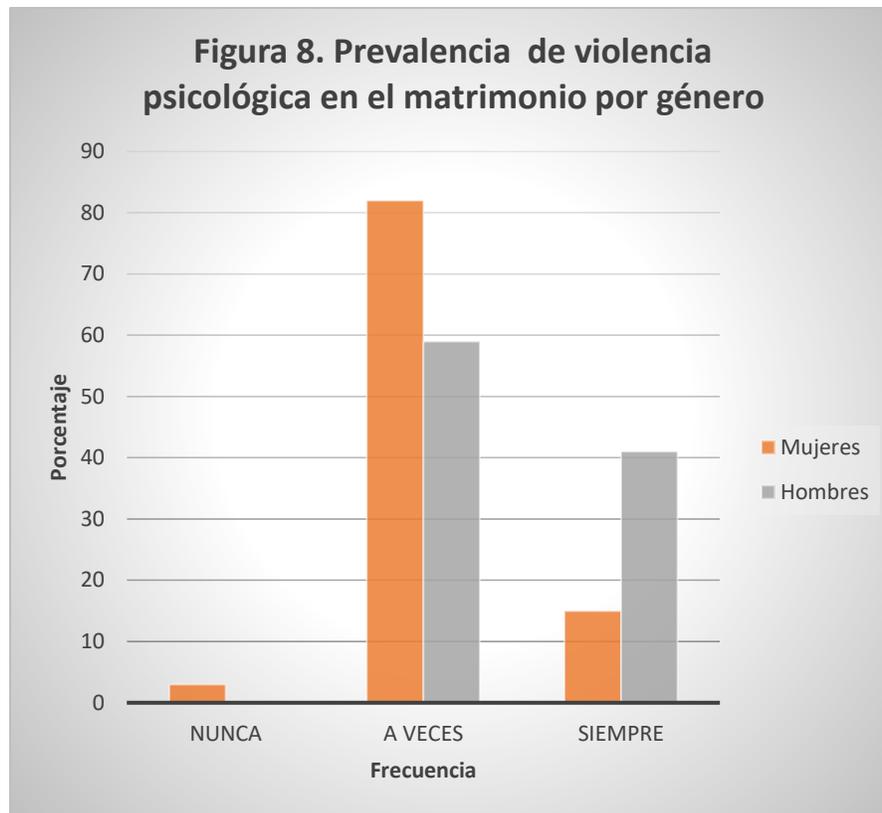


Figura 8. Gráfica que muestra la frecuencia con la que están viviendo violencia psicológica hombres y mujeres que se encuentran en una relación de matrimonio.

Posteriormente en la relación de concubinato se encontró que todos los hombres tuvieron un puntaje entre 20 y 40 mostrando que en algún momento han sido víctimas de violencia psicológica, casi con la misma frecuencia que las mujeres puesto que el 98% de ellas se han enfrentado a esto, pero el 23% obtuvieron puntajes mayores a 40 mostrando violencia constante (fig.9).

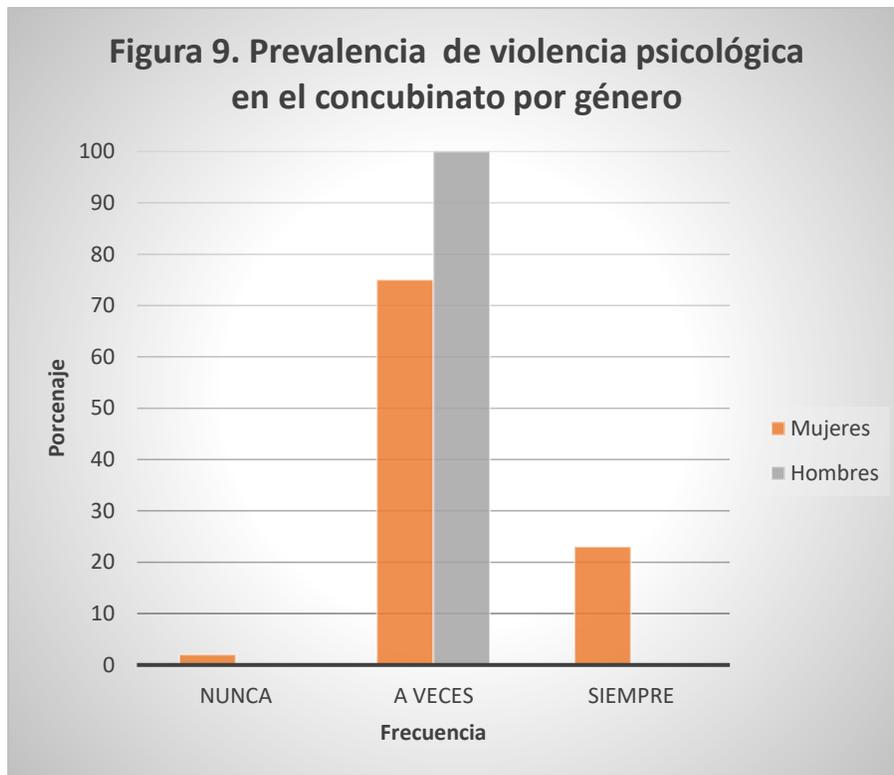


Figura 9. Gráfica que muestra la frecuencia con la que están viviendo violencia psicológica hombres y mujeres que se encuentran en una relación de concubinato.

En la relación abierta se encontró que toda la población de hombres que se encuentran en este tipo de relación obtuvieron resultados entre 20 y 40 puntos mostrando que en algún momento se han enfrentado a una situación de violencia psicológica, a diferencia de ellos todo el total de la población de mujeres obtuvieron puntajes mayores a 40 lo que nos dice que su frecuencia es mayor en este tipo de relación en comparación con las otras, es decir, todas las mujeres de la población de estudio que se encuentran en este tipo de relación siempre se enfrentan a la violencia psicológica (fig. 10).

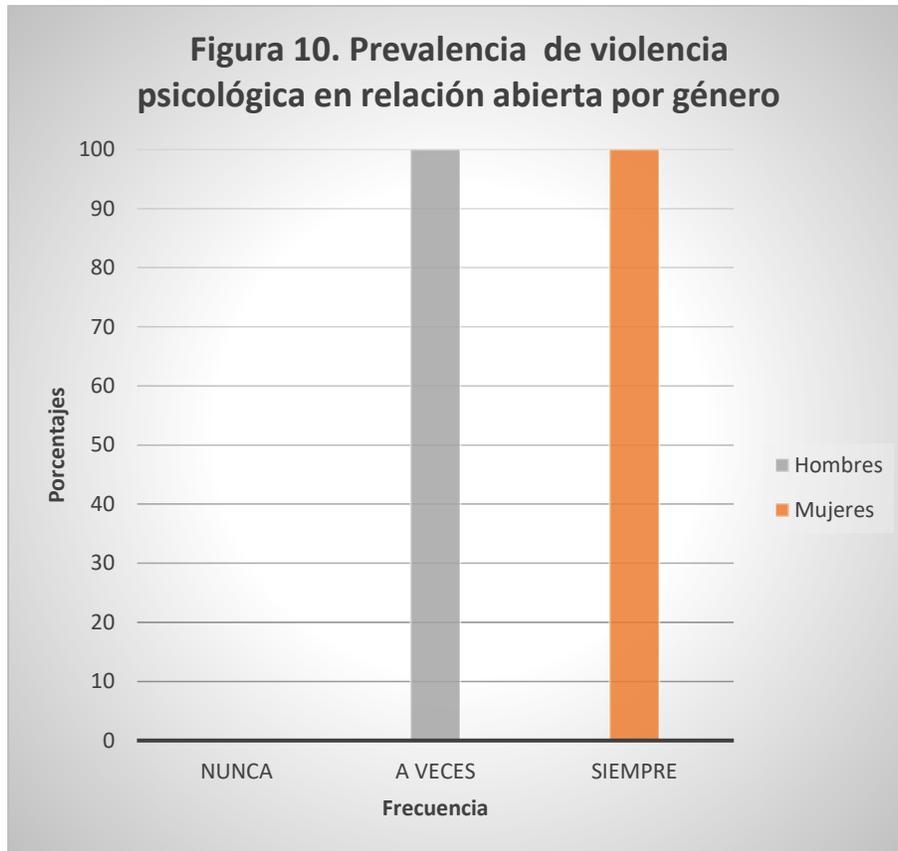


Figura 10. Gráfica que muestra la frecuencia con la que están viviendo violencia psicológica hombres y mujeres que se encuentran en una relación abierta.

Así mismo se encontró que son los estudiantes de octavo semestre los que obtuvieron la mayor media en comparación con los demás semestres, lo que nos dice que son los estudiantes de este grado de la carrera son los que se encuentran en presencia de mayor violencia psicológica, a diferencia de los de segundo semestre que son los que tienen el menor puntaje de frecuencia, aunque por los resultados de la media todos los semestres muestran que en algún momento los estudiantes han sido víctimas de este tipo de violencia (figura 11).

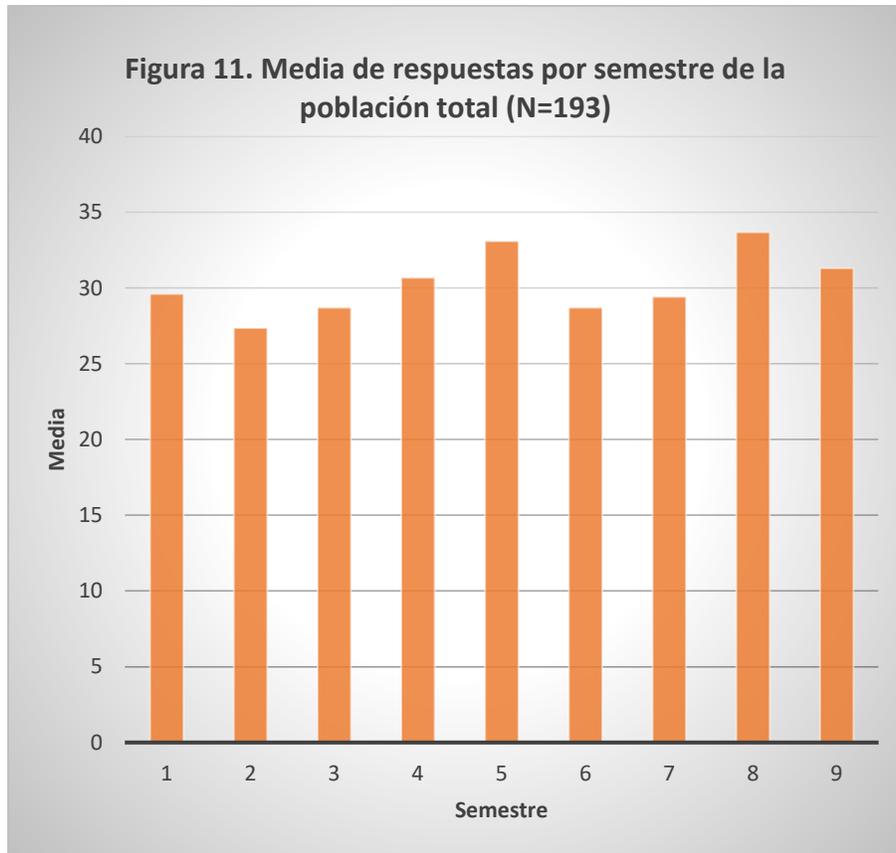


Figura 11. Gráfica que muestra la frecuencia con la que están viviendo violencia psicológica los estudiantes de ambos géneros, pero por semestre.

Discusión y conclusiones

La violencia psicológica por su tipo puede llegar a pasar desapercibida, misma que puede ser intencionada o no intencionada; esta produce daños que se van consolidando a lo largo del tiempo. Puede ser difícil de detectar no solo para la víctima sino también para el victimario. Los resultados de esta investigación nos mostraron que el 95.85 % de la población de estudiantes que participaron en el estudio han presentado violencia psicológica en algún momento de su relación de pareja de los cuales el 16.58 % viven con una mayor frecuencia este tipo de violencia; se encontró que cuando se presenta este tipo de violencia el género y la edad son independientes, ya que tanto hombres como en mujeres han sido víctimas y se encontró una gran diversidad de edad. El 16 % de la población de mujeres presenta una

frecuencia alta de violencia de pareja al obtener puntajes altos, y en el caso de los hombres es el 20 % de su población. En ambos casos los ítems con mayores puntajes fueron los que se relacionaban con la falta de control de sus emociones por parte de su pareja, así como el ser controladores; de igual manera coincidieron en el cuestionamiento sobre si su relación de pareja le estaba afectando la autoestima. También se encontró que los estudiantes que se encuentran en una relación abierta muestran los más altos puntajes en la frecuencia sobre la violencia psicológica, a los que le siguen el concubinato y el matrimonio, en ese orden, siendo así los que se encuentran en relación de noviazgo los de menor prevalencia. Cabe mencionar que la participación por parte de los estudiantes hombres fue muy poca en comparación con la de las mujeres ya que de los 193 participantes solo fueron 25 hombres.

El INEGI realizó un estudio en donde se muestra que las mujeres más propensas a ser víctimas de violencia psicológica son las que se encuentran en una relación de concubinato o en matrimonio, lo que se pudo comprobar de acuerdo a los resultados; así mismo en la literatura encontramos que existen hombres que son víctimas de este tipo de violencia por parte de su pareja, pero que no denuncian por pena por algunos tipos de ideología que aún existen, ya que en los resultados mostraron puntajes altos. Como lo muestran en su investigación Fernández et al. (2016), en la cual hablan sobre la existencia de este tipo de violencia en contra de los hombre, pero que socialmente no se reconoce, a lo cual es importante reconocer que un factor que le resta importancia es la comparativa de violencia de todos los tipos ejercida por este hacia la mujer. Es por ello la importancia de lo que resultados mostraron sobre la violencia psicológica, la cual puede ser ejercida por ambos géneros.

Se pudo realizar una comparativa con varios estudios anteriores realizados en estudiantes universitarios, coincidiendo con ellos en muchos aspectos, aunque no existen estudios sobre la violencia de pareja en los estudiantes de SUAyED, lo que pudiera ser una limitante, ya que dentro de esta modalidad de estudio los estudiantes son de un rango amplio de edad, y las relaciones en las que se encuentran son más diversas que los estudiantes de la modalidad presencial. Pero como ventaja se podría encontrar que al ser este un estudio exploratorio nos permitió detectar la existencia de alumnos que están viviendo violencia psicológica en su relación de pareja. Aunque esta investigación difiere de lo encontrado en el estudio de Ramírez & Núñez (2010) puesto que concluyeron que a mayor nivel educativo la asertividad aumentaba y la abnegación disminuye, en esta investigación los resultados mostraron que los estudiantes de los últimos grados son los que muestran mayor frecuencia de violencia psicológica, lo que nos dice que el nivel académico no es determinante para no enfrentar violencia por parte de la pareja.

El objetivo de esta investigación fue detectar la existencia de estudiantes de SUAyED que fueran víctimas de violencia psicológica por parte de su pareja, en mucha de la literatura se piensa que uno de los factores de la violencia de pareja es el grado de estudio y en esta investigación se encontró que los estudiantes de licenciatura no se encuentran exentos de estar viviendo episodios de violencia psicológica; se encontraron otros factores como lo son la edad y que no solo en jóvenes se presenta, puesto que esta población tuvo una gran diversidad de edades. De igual manera se encontró que las mujeres también violentan al hombre psicológicamente, y es por ello que las acciones preventivas deben dirigirse a hombres y mujeres, en donde se les muestren opciones para enfrentar y resolver dichas situaciones.

Este estudio se enfocó en la violencia psicológica en la pareja porque es un tema limitado y poco estudiado en esta comunidad estudiantil, ya que gran parte de los estudios se enfocan en violencia sobre la mujer dejando de lado al hombre, y es un tipo de violencia en el que no se enfocan. De acuerdo con Safranoff (2017) es de gran importancia explorar la violencia psicológica ya que es la forma de maltrato de mayor prevalencia y menos visibles, teniendo un gran impacto negativo en la víctima, además de que resulta ser un antecedente de la violencia física. Al identificar si los estudiantes están viviendo este tipo de violencia, permitirá algún tipo de intervención y prevención.

Es por ello que es importante considerar algún tipo de protocolo o taller para los estudiantes, puesto que en este estudio se detectaron estudiantes que están siendo víctimas de violencia psicológica en diferente frecuencia para evitar que en un futuro esta violencia se convierta en física; como mencionan Echeburúa & Muñoz (2017) en su artículo, una vez que se presente un episodio violento, existe una gran probabilidad de que se vuelva a presentar y con ello ir en aumento. (Anexo 3).

Se recomienda que en futuras investigaciones ahonden en los factores que provocan la violencia psicológicas, así como en los estudiantes que son posibles victimarios en las relaciones de pareja en estudiantes de SUAyED, con la finalidad de prevenir este tipo de violencia, teniendo como ventaja los espacios académicos; esto mediante la implementación de talleres o programas para toda la población estudiantil que los enseñen a tener relaciones sanas, que no tengan consecuencias que les afecten su salud mental. Así mismo, se debe de considerar brindar ayuda psicológica a los estudiantes que se detecten dentro de una relación en donde están siendo violentados psicológicamente o que quizás estén violentando. Se han obtenido resultados alentadores de diversos programas de prevención de violencia, Muñoz,

González, Fernández, Sebastián, Peña & Perol (2010) consideran que para el diseño de intervenciones preventivas se deben de tomar en cuenta estos factores:

- Se debe fundamentar teóricamente, tomando en cuenta resultados de otras investigaciones etiológicas y epidemiológicas.
- Su objetivo debe ser reducir al máximo la influencia de los factores de riesgo, mediante investigaciones empíricas previas.
- Se deben desarrollar programas de prevención primaria dirigidos a la población general.
- Estos programas se deben de dirigir a hombres y mujeres, evitando así estereotipar a los hombres como agresores y a las mujeres como víctimas, puesto que los hombres pueden generar resultados contradictorios al ser presentados como victimarios, sintiéndolo como posible ataque.
- Debe de ser presentado por personas especialistas en el tema, y por tanto capacitar a más personas para que más personas puedan abordar el tema.

“La violencia de pareja es un fenómeno que nos debe ocupar a todos, ya que sus repercusiones afectan el desarrollo psicosocial de quien la padece, y ante esto, las instituciones educativas están llamadas a contribuir a diseñar e implementar estrategias preventivas para apoyar a los jóvenes universitarios en general y de manera especial, a quienes son víctimas. De esta manera poder contribuir a abatir el problema, porque todos tenemos derecho a llevar una vida libre de violencia” (Osorio & Reyes, 2016, p. 94).

Bibliografía

- Alegría, A. (2016). *Violencia en el noviazgo: prevalencia y perfil psicosocial víctima-victimario en universitarios*. (Tesis de doctorado) Recuperado de: <https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/123456789/47020/AlegriaDelangelManoella.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Buitrago, T; Cortés, D. & Herrera, C. (2015). Protocolos de Intervención en hombres victimarios de violencia de pareja. Recuperado el 01 de marzo de 2020 en: <https://repositorio.unibague.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12313/271/1/Trabajo%20de%20grado.pdf>
- Cáceres, C. J. (2004) Violencia física, psicológica y sexual en el ámbito de la pareja: papel del contexto. *Clínica y salud*. 15(1) pp. 33-54. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617820002.pdf>
- Calvete, E. Corral, S. Estévez, A. (2005) Desarrollo de un inventario para evaluar el abuso psicológico en las relaciones de pareja. *Clínica y salud*. 16(3). pp. 203-221. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617759001.pdf>
- CONAPO (2020). Información sociodemográfica de las relaciones de pareja en México. Recuperado el 11 de noviembre de 2020 en: <https://www.gob.mx/conapo/articulos/informacion-sociodemografica-de-las-relaciones-de-pareja-en-mexico#:~:text=La%20ENDIREH%202016%2C%20mostr%C3%B3%20que,el%20porcentaje%20aumenta%20a%2046.1%25.>
- Contreras, M. , F. (2016). *Construcción y vivencia de las Relaciones de Pareja en los jóvenes estudiantes de las Facultades de Medicina, Arquitectura, y Administración de la Universidad Autónoma Benito Juárez de Oaxaca*. ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades. 3 (2). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5757747>

- Cuervo, M. E. (2016). *Exploración del concepto de violencia y sus implicaciones en educación*. Política y Cultura Universidad Autónoma Metropolitana. 46 pág. 77-97. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/267/26748302005.pdf>
- Cuervo, P., M. & Martínez, C., J. (2013). Descripción y caracterización del Ciclo de Violencia que surge en la relación de pareja. *Tesis Psicológica*. 8(1). Pp. 80-88. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1390/139029198007.pdf>
- Echeburúa, O. & Muñoz, S. (2017). *Límites entre la violencia psicológica y la relación de pareja meramente disfuncional*. Anales de psicología.33(1). Pág. 18-25. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5765235>
- Estévez, A. (2005). Desarrollo de un inventario para evaluar el abuso psicológico en las relaciones de pareja. *Clínica y Salud*, 16(3), 203-221. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617759001.pdf>
- Fernández; J.; Martínez, A. ;Unzueta, M. & Rojas, M. (2016). Violencia hacia los varones entre parejas jóvenes universitarias de Tijuana, México. *enseñanza e investigación en Psicología*. 21(3). Pág. 255-263. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/292/29248182005.pdf>
- Hernández, S. Fernández, C. & Baptista, L. (2010) *Metodología de la investigación*. 5ta. edición. México: McGrawHill.
- Hernández, R. C; Magro, S. V. & Cuéllar, O. J. (2014). *El maltrato psicológico. Causas, consecuencias y criterios jurisprudenciales. El problema aprobatorio*. Psicología aplicada a la Salud y el Comportamiento Humano. 3 (7) pág. 27-53. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10045/46929>
- INEGI (2018) Estadísticas a propósito del día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer/ datos nacionales. Recuperado el 13 de noviembre de 2020 en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/violencia2018_Nal.pdf

Instituto Mexicano de la Juventud (2020). Violencia contra hombres. Una violencia más silenciosa. Recuperado el 11 de noviembre de 2020 en: <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/violencia-contra-hombres-una-violencia-mas-silenciosa?idiom=es>

Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (s.f.) Violencia hacia la pareja. Recuperado el 04 de noviembre de 2020 en: http://www.inprf.gob.mx/transparencia/archivos/pdfs/violencia_pareja_2012.pdf

López, R.; Moral, R.; Díaz, L. & Cienfuegos, M. (2013). *Violencia en la pareja. Un análisis desde una perspectiva ecológica*. Ciencia Ergo Sum. 20 (1), pág. 6-16. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10425466009>

Martínez, P., A. (2016) *La violencia. Conceptualización y elementos para su estudio*. Política y Cultura. Universidad Autónoma de México Unidad Xochimilco. 46 pág. 7-31 Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/267/26748302002.pdf>

Mayo Clinic (2020) Violencia familiar contra los hombres: infórmate sobre los signos. Recuperado el 16 de marzo de 2020 en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/domestic-violence-against-men/art-20045149>

Muñoz, R; González, L.; Fernández, G.; Sebastián, H.; Peña, F. & Perol, L. (2010). Validación de un programa de prevención de la violencia en las relaciones de noviazgo de jóvenes y adolescentes. Madrid: Instituto de la Mujer. Disponible en: <https://www.inmujer.gob.es/areasTematicas/estudios/serieEstudios/docs/validacProgramPrevenViolen.pdf>

Naciones Unidas México (2018). La violencia contra las mujeres no es normal ni tolerable. Recuperado el 10 de marzo de 2020 en: <http://www.onu.org.mx/la-violencia-contra-las-mujeres-no-es-normal-ni-tolerable/>

Nezu, A.; Maguth, C. & Lombardo, E. (2006). *Formulación de casos y diseño de tratamientos. Cognitivo-Conductuales. Un enfoque basado en problemas*. México: Manual Moderno

- Ocampo, O. L. Amar, A.J. (2011) *Violencia en la pareja, las caras del fenómeno*. Salud Uninorte. 27 (1). pág. 108-123. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/817/81722530013.pdf>
- Olvera, R. ; Arias, L. & Amador V. (2012). Tipos de violencia en el noviazgo: estudiantes universitarias de la UAEM, Zumpango. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 15(1). pp.150-171. disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=37516>
- OMS (2002) *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Recuperado el 02 de noviembre de 2020 en: https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/summary_es.pdf
- OMS (2013). *Violencia infringida por la pareja*. Recuperado el 10 de marzo de 2020 en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/98816/WHO_RHR_12.36_spa.pdf?sequence=1
- OMS (2020) *Violencia*. Temas de salud. Recuperado el 2 de noviembre de 2020 en: <https://www.who.int/topics/violence/es/>
- Osorio, C. & Reyes, P. (2016). Violencia en las relaciones de pareja entre alumnos universitarios: comportamientos, atribuciones y estrategias que proponen para afrontarla. *Multidisciplin@ REvista electrónica de la Facultad de Estudios Superiores Acatlán*. Disponible en: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/multidisciplina/article/view/62411/54901>
- Pérez, M., V. & Hernández, M. Y. (2009). La violencia Psicológica de género, una forma encubierta de agresión. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 25(2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252009000200010
- RAE (2020). *Violencia*. Recuperado el 2 de noviembre de 2020 en: <https://dle.rae.es/violencia>

Ramírez, R. C. & Núñez, L. D. (2010) Violencia en la relación de noviazgo en jóvenes universitarios: un estudio exploratorio. *Enseñanza e investigación en Psicología*. 15(2) pp. 273-283. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/292/29215980003.pdf>

Safranoff, A. (2017). Violencia psicológica hacia la mujer: ¿Cuáles son los factores que aumentan el riesgo de que exista esta forma de maltrato en la pareja? *Salud colectiva*. 13 (4). P. 611-632. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/scol/2017.v13n4/611-632/es>

Stange, E.; Ortega, C.; Moreno, S. & Gamboa, E. (2017). *Aproximación al concepto de pareja*. Psicología para América Latina. disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2017000300002

Anexos

Anexo 1

Adaptación de “*Inventario de Abuso Psicológico en la pareja*” de Calvete, Corral & Estévez, 2005.

Ítem	Nunca	A veces	Siempre
1. Controla lo que puedo y no puedo hacer			
2. Me oculta información o me miente			
3. Se enoja conmigo cuando no estoy de acuerdo con ella/él			
4. Hace cosas de manera deliberada para hacerme sentir mal			

5. Hace cosas para hacerme sentir avergonzada/o en público			
6. Dispone de mi dinero sin mi consentimiento			
7. Controla mi dinero, me dice en que puedo gastar y en que no			
8. Hace caso omiso a lo que quiero			
9. Me aisló de mis familiares			
10. Dejé de frecuentar amistades porque ella/él me lo pidió			
11. Controla mi acceso al celular			
12. Me insulta con groserías o palabras despectivas			
13. destruyó alguna pertenencia mía cuando estaba enojado			
14. Me culpa o se desquita conmigo por sus cambios de ánimo, malestares o frustraciones			
15. Me amenaza o chantajea para que haga lo que ella/él quiere			
16. Me grita			
17. me dice como debo vestir			
18. No me deja tomar mis propias decisiones			
19. Me obliga a tener relaciones sexuales, o accedo aunque no tenga ganas solo para que no se enoje			
20. Consideras que tu relación de parejas ha deteriorado tu autoestima			

Anexo 2

Protocolo de taller en contra la violencia psicológica de pareja

Introducción

Stange, Ortega, Moreno & Gamboa (2017), consideran que la relación de pareja es un sistema complejo y en constante cambio, en donde la complejidad se manifiesta más cuando es necesario especificar si se considera su estructura, el grado de formalización, la orientación sexual de sus integrantes y sus fases de formación o el ciclo vital de la pareja; así mismo mencionan que los estereotipos, creencia y mitos sobre las relaciones amorosas y sobre la pareja, ejercen una influencia importante tanto en la elección de pareja como la estructura de la relación, se van incorporando de manera paulatina en las personas y puede afectar en la elección del compañero o bien funcionar como mecanismo de autoengaño e incluso pueden ser la causa de que algunas personas se aferren a uniones de parejas disfuncionales con la expectativa de que en algún momento se producirá un cambio.

Stange et al. (2017) hablan sobre las 7 fases de la formación de la pareja, que son:

8. Atracción física, esta comienza cuando la selección es mutua, en donde se reúnen factores biológicos, personales, culturales y sociales; al principio la persona es observada como amigo/a y es atractivo como posible pareja, comparten más tiempo juntos y comienzan a percibir de diferente manera a la persona. Existen diferencias entre hombres y mujeres en la elección de pareja ya que reciben influencia del medio social y cultura.
9. La conquista, este proceso se ha ido modificando a lo largo del tiempo, y también dependerán de los estereotipos culturales. Cuando la idealización es exagerada la relación la relación termina, si por el contrario la persona continúa siendo agradable

y persiste el deseo de conocerse: el deseo se encuentra determinado por las costumbres y factores sociales y culturales.

10. El galanteo o enamoramiento, la idealización de la pareja, el deseo de querer compartir gran parte del día y realizar conjuntamente diversas actividades, son características del enamoramiento. La persona amada es percibida con muchas cualidades y pocos defectos.
11. Convivencias y poder, el poder se puede entender como la capacidad con que una persona puede influir en la manera de pensar o comportarse de otras personas; es por medio de la convivencia e interacción, en donde la pareja establece acuerdos de mecanismos de poder y control que permitirán que cada integrante de la pareja pueda satisfacer sus intereses y capacidades al interior de la relación, estableciendo acuerdos de qué hacer y qué no hacer para que la convivencia continúe.
12. Establecimiento de la intimidad, lo cual se va dando a medida que la relación se va afianzando, en donde se comprometen factores como el apoyo afectivo, las conversaciones, la capacidad de contar cosas personales a la pareja, la confianza, la seguridad que se brindan, las preferencias en común, el tiempo de duración de la relación, entre otras cosas.
13. Proyecto de vida en común. El compromiso, este se va generando a partir del interés y responsabilidad que se desarrolla hacia la pareja y el interés por cuidar y mantener el vínculo establecido, aun cuando pueda haber conflictos personales o de pareja.
14. Contrato matrimonial, en donde se establecen acuerdos que permiten que se establezcan convenios y la relación se desarrolle. Se deben considerar tres categorías las cuales se basan en las expectativas puestas en la vida en pareja; en necesidades intrapsíquicas y biológicas y en problemas externos.

La armonía de una relación de pareja depende de una gran variedad de factores, entre los cuales se encuentra la atracción sexual, los sentimientos, la comunicación y la compañía. Existen relaciones deterioradas que duran mucho tiempo por diversas razones (económicas, creencias, sociedad, familia, dependencia emocional).

La violencia de pareja es como “un ejercicio de poder, en el cual, a través de acciones u omisiones se daña o controla su voluntad a aquellas personas con la que se tiene vínculo íntimo” (López, Moral, Díaz & Cienfuegos, 2013, p. 6). Diversos estudios se han enfocado en la violencia de pareja y se ha demostrado que es bidireccional, es multicausal, heterogéneo y no depende de género, aunque principalmente las mujeres son las que viven las consecuencias más graves.

Este tipo de violencia de acuerdo con el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (s.f.) se puede presentar en cualquier tipo de relación íntima y amorosa, sin importar preferencia sexual; en donde generalmente se puede observar desde el principio de la relación de pareja.

Factores asociados a la violencia de pareja

Ocampo y Amar (2011), nos hablan de una serie de factores que pudieran estar asociados con la violencia de pareja, divididos en tres aspectos los biológicos, los sociales y los psicológicos:

- Factores biológicos, se han realizado estudios en relación con defectos genéticos. Así como, daños temporales o permanentes en una o varias áreas del cerebro, de estimulación y registro electromagnético. Y las hormonas sexuales, siendo las testosteronas las más estudiadas.
- Factores sociales, en donde se estudian las características sociodemográficas (sexo, etnia, cultural, estatus económico, variables del crimen, nivel educativo, empleo e insatisfacción de las necesidades básicas, entre otras cosas). Así mismo, las creencias respecto a la violencia, actitudes y condiciones sociales del país; teorías feministas y oportunidades de desarrollo social.
- Factores psicológicos relacionados con las teorías de los factores de personalidad abusadora-abusada, asociando patrones de algunos tipos de personalidad y de conducta violenta. También se relaciona con la Teoría conductual (retomando posturas del condicionamiento clásico y operante, teorías de aprendizaje social, etc.): Teoría cognoscitiva (es como las personas adquieren, internalizan y organizan la

información proveniente del medio con la perpetración de actos agresivos o violentos) y Teoría sistémica (el énfasis para lo individual a las relaciones entre los participantes de la familia).

Entonces como se puede observar dependerá de cada persona, ya que puede influir el estilo de crianza, la interacción social, la cultural; así como los patrones aprendidos dentro de la familia, lo cual puede llegar a ser justificado por las mismas víctimas, ya que en el caso de la violencia psicológica puede llegar a ser muy sutil.

Violencia psicológica

La violencia psicológica puede ser definida como un conjunto heterogéneo de actitudes y comportamientos, en donde se produce una forma de agresión/abuso cognitivo y emocional, mucho más sutil y difícil de percibir, detectar, valorar y demostrar que el maltrato físico (Hernández, Magro & Cuéllar, 2014).

De acuerdo con Hernández, Magro & Cuéllar (2014) la violencia psicológica ha llegado a considerarse como un tipo de violencia invisible, puesto que no se presentan pruebas visibles, como las lesiones que deja la violencia física, ya que el daño psíquico como la consecuencia de un acontecimiento traumático o violento, se encuentra caracterizado por un significativo nivel de intensidad, la persona en la que repercute presenta sufrimiento; es por ello que la violencia psicológica la definen como “un proceso violento en sí mismo, que es susceptible de ser identificado, evaluado y denunciado, al producir unos daños en la víctima cuya entidad dependerá de la gravedad e intensidad de la violencia ejercida, así como también de la capacidad de resistencia de la víctima frente a este tipo de maltrato” (p.32). Se puede presentar de diferentes maneras:

- Maltrato verbal, en este se puede humillar, insultar, ridiculizar, ironizar con crueldad, confundir para poner en tela de juicio la capacidad mental de la víctima.
- Aislamiento y control abusivo sobre la víctima, en donde se hace una vigilancia obsesiva y control sobre la vida de la víctima, cuya finalidad es aislarla de su red sociofamiliar y profesional. Espían sus actos y movimiento, llamadas telefónicas,

mensajes y correos personales, redes sociales, interacciones profesionales y amistades, se restringen las relaciones con familiares y allegados.

- Intimidación, coacción y amenazas, se asusta e intimida mediante actitudes explícitas, gestos, miradas, etc. Destrozar propiedad en común o selectivamente sólo aquellos objetos que tienen un significado importante para la víctima. Coaccionar y/o amenazar a la víctima, mediante la exhibición de armas u objetos peligrosos, con herir, matar, quitarle hijos, etc. Amenazar con suicidarse si le abandona.
- Prevalimiento y abuso emocional, es cuando se trata a la víctima como subordinado/a inferior. Adoptar las decisiones relevantes sin consultar su opinión o contar con su criterio. Hacer uso de estereotipos machistas abusivos o hacer alusión a la condición intelectual de la mujer reduciendo su papel como persona (en el caso de los hombres).
- Indefensión aprendida, son los cambios bruscos y desconcertantes de ánimo, intercalando momentos de gran dureza y negación con otros radicalmente diferentes, en los que el agresor/a pueden mostrarse más cordialmente y cercano a la emocionalidad de la víctima, con la finalidad de desconcertar, confundir, para posiblemente concluir en el maltrato. El agresor/a se irrita con facilidad por cosas mínimas.
- Abuso económico, en este se ejerce un control abusivo sobre las finanzas de la sociedad de pareja sobre la economía de la víctima, imponiendo castigos o dándole recompensas, de carácter monetario, en función de la conducta esperada; cuando se exige justificación de pagos, recibos y control de gastos de manera dictatorial. En caso de las mujeres se impide trabajar, tan solo por su condición de mujer.

La Asociación Americana de Psicología (2020), enumera algunas consecuencias en víctimas de violencia psicológica:

- Depresión
- Pensamientos y comportamientos suicidas

- Ansiedad
- Baja autoestima
- Incapacidad de confiar
- Miedo a la intimidad
- Aislamiento
- Comportamiento de riesgo (comiendo no saludable, comportamientos sexuales de riesgo y dependencia a sustancias)
- Desorden de estrés postraumático
- Desapego emocional
- Recuerdos traumáticos
- Mala salud física (dolores de cabeza frecuentes, dolor crónico y limitaciones de actividad)

Antes se mencionó la clasificación de la violencia en autoinfligida, interpersonal y colectiva, dentro de las cuales en la segunda categoría podemos encontrar que se encuentra la violencia ejercida en la pareja íntima emocional.

1.1 Finalidad del taller

Disminuir la población de estudiantes que se encuentran en una relación donde existe la violencia psicológica, así como prevenir que los estudiantes que no lo han vivido se encuentren en un futuro en una relación así; aumentando sus conocimientos en el tema y los recursos personales que se ponen en juego ante dichas situaciones. Brindándoles herramientas para que puedan mantener una relación sana de pareja, en donde su salud mental no se vea afectada.

1.2 Justificación

Se realizó un estudio en la población estudiantil de SUAyED de la carrera de psicología, del que se obtuvo como resultado que existen estudiantes que se encuentran viviendo con mucha frecuencia violencia psicológica por parte de su pareja, así como estudiantes que en algún momento de su relación la han vivido.

La violencia psicológica por su tipo puede llegar a pasar desapercibida, misma que puede ser intencionada o no intencionada; esta produce daños que se van consolidando a lo largo del tiempo. Puede ser difícil de detectar no solo para la víctima sino también para el victimario. Estudios muestran que este tipo de violencia antecede otros tipos de violencia en la pareja, como lo es la violencia física, es por ello por lo que es importante dirigir este taller a todos los estudiantes, con la finalidad de prevención, así como de apoyo a los que ya son víctimas. La educación en contra de la violencia psicológica puede disminuir los riesgos de ejercerla o sufrirla.

1.3 Competencias que adquirirán los participantes

- Reconocer los indicadores sobre las situaciones de violencia psicológica
- Reconocer la falta de asertividad en la toma de decisiones
- Desarrollo de autoestima positiva

2. Objetivos

- Adquirir conocimientos sobre la violencia psicológica en la pareja
- Adquirir habilidades que se puedan poner en práctica ante situaciones violentas por parte de la pareja
- Obtener la capacidad para reconocer la violencia psicológica

Dirigido a toda la población estudiantil del SUAyED de la carrera de psicología, sin discriminación de género, orientación sexual, edad, así como tipo de relación.

2.1. Duración

La duración total del curso impartido será de 6 días en aproximadamente de 11.5 hrs. en línea.

2.2 Resumen del contenido

Sesión	Temas
1	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Presentación de la instructora ➤ Adaptación “Inventario de Abuso Psicológico en la Pareja” de Calvete, Corral y Estévez (2005) ➤ Expectativas ➤ Introducción al tema ➤ Consideraciones elementales de la violencia de pareja ➤ Causas de la violencia de pareja ➤ Preguntas sobre la sesión ➤ Cierre sesión
2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludo ➤ Violencia psicológica ➤ Resultados Adaptación “Inventario de Abuso Psicológico en la Pareja” de Calvete, Corral y Estévez (2005) ➤ Tarea ➤ Cierre de sesión
3	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludo ➤ Ciclo de violencia de pareja ➤ Negación ➤ Ejercicio ➤ Cierre de sesión
4	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludo ➤ Estilo de comunicación para el afrontamiento del conflicto en la pareja ➤ Solución de problemas ➤ Cierre sesión
5	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludo ➤ Entrenamiento en solución de problemas ➤ Tarea

	➤ Cierre sesión
6	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludo ➤ Tarea ➤ Asertividad ➤ Derechos asertivos ➤ Cierre de sesión
7	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludo ➤ Lo que los demás tienen derecho a recibir de mí ➤ Ejercicio ➤ Cierre de la sesión
8	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludo ➤ Relaciones sanas de pareja ➤ Resumen del taller ➤ Valoración del taller ➤ Cierre del taller

3. Evaluación del taller

La evaluación del taller será mediante opiniones de los participantes de este, en el cierre del taller.

4. Cartas descriptivas de las sesiones

4.1 Sesión 1

Nombre del instructor: Clara María Urbano Carrillo

Número de sesión: “1”

Duración de la sesión: Aproximadamente 95 minutos.

Bloque	Contenido	Objetivo del bloque	Actividad del psicólogo	Material	Tiempo

	temático				
1	Presentación de la instructora	Que los participantes conozcan a la presentadora para el establecimiento de un buen rapport.	Se presentan la psicóloga Clara María Urbano Carrillo	-Laptop o computadora	5 minutos
2	Adaptación “Inventario de Abuso Psicológico en la Pareja” de Calvete, Corral y Estévez (2005)	Que los participantes identifiquen si están viviendo violencia psicológica por parte de su pareja.	Se les pedirá que contesten un cuestionario de manera anónima que mide la frecuencia con la que se vive la violencia psicológica en la pareja. Dicho inventario consta de 20 ítems, en donde se tiene que indicar con qué frecuencia se enfrenta a los abusos que se mencionan en los enunciados, mediante una escala de Likert.	-Laptop o computadora	20 minutos
3	Expectativas	Que los participantes anoten sus expectativas sobre el taller.	Se les compartirá un link para que escriban sus expectativas o lo que esperan al tomar este taller.	-Laptop o computadora	5 minutos

4	Introducción a el tema de violencia psicológica de pareja	Brindar a los participantes un enfoque de lo que se tratará a lo largo de las sesiones	Se habla a grandes rasgos sobre la violencia psicológica en la pareja, así como de los objetivos de taller.	-Laptop o computadora	10 minutos
5	Consideraciones elementales de la violencia de pareja	Brindar información sobre los elementos fundamentales de la violencia de pareja	Se habla sobre el concepto de violencia de pareja, así como los tipos que existen.	-Laptop o computadora	20 minutos
6	Causas de la violencia de pareja	Presentar algunas teorías sobre las causas de la violencia de pareja, así como los factores que influyen en su aparición.	Se expone (basada en estudios) sobre los factores que se encuentran involucrados en la aparición de violencia, así como los antecedentes de la misma.	Laptop o computadora	20 minutos
7	Preguntas sobre la sesión	Aclarar posibles dudas que surjan en los participantes.	Antes de finalizar, se creará una dinámica de participación donde todos o los que quieran participar, hablen acerca del tema y los puntos más importantes desde su perspectiva.	Laptop o computadora	10 minutos

8	Cierre sesión	Dar cierre a la sesión 1	Se dará cierre a la sesión y se invitará a una reflexión sobre el tema visto; así como un agradecimiento por la asistencia, invitándolos o que asistan a la próxima sesión.	Laptop o computadora	5 minutos
---	---------------	-----------------------------	---	----------------------	-----------

4.2 Sesión 2

Nombre del instructor: Clara María Urbano Carrillo

Número de sesión: 2

Duración de la sesión: Aproximadamente 70 minutos.

Bloque	Contenido temático	Objetivo del bloque	Actividad	Material	Tiempo
1	Saludo	Saludar y brindar un pequeño resumen de la sesión	Se saludará a los presentes, y se realizará un pequeño resumen del tema dado en la anterior sesión.	-Laptop o computadora	5 minutos
2	Violencia psicológica	Que los participantes identifiquen las características de la violencia psicológica.	Se les pondrá una presentación en Power Point, con las características de la violencia psicológica, como: -Control -Chantaje emocional	-Laptop o computadora	30 minutos

			<p>-Desvalorización</p> <p>También se les hablará sobre las consecuencias que deja en las víctimas, como:</p> <p>-Estrés</p> <p>-Ansiedad</p> <p>-Depresión</p> <p>-Baja autoestima</p>		
3	Resultados Adaptación “Inventario de Abuso Psicológico en la Pareja” de Calvete, Corral y Estévez (2005)	Generar debate sobre el tema.	Se compartirán los resultados con los participantes con la finalidad de hablar sobre el tema, dependiendo de los resultados que se obtengan; las ideologías y las creencias de cada participante permitirán una plática enriquecedora.	-Laptop o computadora	30 minutos
4	Cierre sesión	Dar cierre a la sesión 2	Se dará cierre a la sesión y se invitará a una reflexión sobre el tema visto; así como un agradecimiento por la asistencia, invitándolos o que asistan a la próxima sesión.	Laptop o computadora	5 minutos

4.3 Sesión 3

Nombre del instructor: Clara María Urbano Carrillo

Número de sesión: 3

Duración de la sesión: Aproximadamente 90 minutos.

Bloque	Contenido temático	Objetivo del bloque	Actividad del psicólogo	Material	Tiempo
1	Saludo	Saludar y brindar un pequeño resumen de la sesión	Se saludará a los presentes, y se realizará un pequeño resumen del tema dado en la anterior sesión.	-Laptop o computadora	5 minutos
2	Ciclo de violencia de pareja	Mostrar a los participantes como la violencia psicológica es tan sutil que puede pasar desapercibida y llevarlos a otro tipo de violencia por parte de su pareja, y como una relación abusiva puede adoptar diversas formas y tener distintos grados de daño.	Se hablará sobre las fases de la violencia: -Fase de tensión -Fase de agresión -Fase de conciliación o “Luna de miel” Se buscará hacer un intercambio de ideas, sobre las creencias, costumbres y tradiciones que ellos tienen y la	-Laptop o computadora	30 minutos

			información que se brindó, buscando al final que se realice una reflexión sobre el tema.		
3	Negación	Dar a conocer los posibles motivos por los cuales las víctimas se niegan a dejar a los agresores, así como las conductas y sentimientos que los llevan a convertir la violencia en algo normal o cotidiano.	Se hablará sobre como el contexto y los estímulos externos e internos influyen en la culpabilidad que puede surgir por parte de la víctima, y estas lleguen a justificar las situaciones de violencia de pareja, lo que conlleva a la normalización y el mantenimiento de la violencia.	-Laptop o computadora	30 minutos
4	Ejercicio	Reflexionar sobre la normalización de la violencia psicológica	Se enlistarán una serie de enunciados: -Te estuve marcando y estaba ocupado ¿con quién hablas? ¿Por qué no colgaste para contestarme? -No me gusta que hables con tu amiga/o “X” seguro le gustas -Cámbiate el vestido está muy corto	-Laptop o computadora	20 minutos

			<p>-Porque te arreglas tanto pues a quien vas a ver</p> <p>-¿Ya no me amas o porque no quieres tener sexo conmigo?</p> <p>-Si yo no voy tú no vas.</p> <p>-No me quieres enseñar tu celular, porque seguro escondes algo</p> <p>- Para amar hay que sufrir</p> <p>-El verdadero amor duele</p> <p>-Que ridículo/a eres</p> <p>-No lo voy a volver a hacer</p> <p>Posteriormente se abrirá foro para opiniones, en donde ellos hablen sobre cómo les suenan estas frases y si ellos conocen algunos más.</p>		
5	Cierre sesión	Dar cierre a la sesión 3	Se dará cierre a la sesión y se invitará a una reflexión sobre el tema visto; así como un agradecimiento por la asistencia, invitándolos o que asistan a la próxima sesión.	Laptop o computadora	5 minutos

4.4 Sesión 4

Nombre del instructor: Clara María Urbano Carrillo

Número de sesión: 4

Duración de la sesión: Aproximadamente 100 minutos.

Bloque	Contenido temático	Objetivo del bloque	Actividad	Material	Tiempo
1	Saludo	Saludar y brindar un pequeño resumen de la sesión	Se saludará a los presentes, y se realizará un pequeño resumen del tema dado en la anterior sesión.	-Laptop o computadora	5 minutos
2	Estilo de comunicación para el afrontamiento del conflicto en la pareja	Comprender la importancia de la comunicación en la resolución de conflictos en la pareja	Se hablará sobre los 4 estilos de comunicación: -Asertiva -Agresiva-pasiva -Sumisa -Agresiva Y como estos influyen en la resolución de problemas en pareja. Se abrirá foro para opiniones y dudas.	-Laptop o computadora	30 minutos

3	Solución de problemas	Que los participantes aprendan a reconocer problemas y buscar soluciones adecuadas a ellos de manera eficaz.	Se les hablará sobre la capacidad resolutive, y como esta depende las experiencias propias y de la historia del aprendizaje. Así mismo, se les hablará sobre los estilos de resolución de problemas: -Impulsivo o descuidado -Procrastinador -Racional	-Laptop o computadora	60 minutos
5	Cierre sesión	Dar cierre a la sesión 4	Se dará cierre a la sesión y se invitará a una reflexión sobre el tema visto; así como un agradecimiento por la asistencia, invitándolos o que asistan a la próxima sesión.	Laptop o computadora	5 minutos

4.5 Sesión 5

Nombre del instructor: Clara María Urbano Carrillo

Número de sesión: 5

Duración de la sesión: Aproximadamente 75 minutos.

Bloque	Contenido temático	Objetivo del bloque	Actividad	Material	Tiempo

1	Saludo	Saludar y brindar un pequeño resumen de la sesión	Se saludará a los presentes, y se realizará un pequeño resumen del tema dado en la anterior sesión.	-Laptop o computadora	5 minutos
2	Entrenamiento en resolución de problemas	Mejorar la capacidad para solucionar problemas	<p>Se hablará sobre como las emociones tienen un papel importante en la solución de problemas.</p> <p>Así mismo se les enseñarán las fases de la terapia de solución de problemas de D'Zurilla:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Orientación general hacia el problema -Definición y formulación del problema -Generación de soluciones alternativas -Toma de decisiones -Puesta en práctica y verificación de la solución <p>Los pensamientos negativos forman parte importante para la toma de decisiones.</p>	-Laptop o computadora	60 minutos
3	Tarea	Que los participantes reflexionen sobre su modo para solucionar problemas y como las emociones influyen en la toma de decisiones.	Se les pedirá de tarea que reflexionen sobre su forma de solucionar problemas en comparación con la información brindada; lo cual se platicará en la siguiente sesión.	-Laptop o computadora	5 minutos

4	Cierre sesión	Dar cierre a la sesión 5	Se dará cierre a la sesión y se invitará a una reflexión sobre el tema visto; así como un agradecimiento por la asistencia, invitándolos o que asistan a la próxima sesión.	Laptop o computadora	5 minutos
---	---------------	-----------------------------	---	----------------------	-----------

4.6 Sesión 6

Nombre del instructor: Clara María Urbano Carrillo

Número de sesión: 6

Duración de la sesión: Aproximadamente 80 minutos.

Bloque	Contenido temático	Objetivo del bloque	Actividad	Material	Tiempo
1	Saludo	Saludar y brindar un pequeño resumen de la sesión	Se saludará a los presentes, y se realizará un pequeño resumen del tema dado en la anterior sesión.	-Laptop o computadora	5 minutos
2	Tarea	Reflexionar sobre la actividad que se dejó de tarea	Se comentarán las emociones o sentimientos que tuvieron al realizar esta actividad, así como la dificultad o los obstáculos a los que se enfrentaron.	-Laptop o computadora	20 minutos

3	Asertividad	Los participantes aprenderán sobre que es la asertividad, así como la importancia de comunicar de manera clara las ideas y sentimientos.	Se hablará sobre lo que significa ser asertivo y para qué sirve en una relación de pareja.	-Laptop o computadora	20 minutos
4	Derechos asertivos	Tener presente que es la asertividad y mediante un ejercicio que les ayude a comunicarse claramente.	<p>Se deberá escribir en el cuaderno la palabra NO, varias veces, en diferentes tamaños, colores, tipo de letra, etc.</p> <p>Se deberán dedicar 15 minutos al día como mínimo de una semana, lo pueden hacer más veces al día dependiendo del tiempo de cada uno.</p> <p>Esto facilitará a saber que no quieren y podrán decir no.</p> <p>Una vez dadas las instrucciones, deberán escribir que no quieren en su vida, en su grupo de amistades, en su relación de pareja, en su familia.</p> <p>Posteriormente, deberán</p>	<p>-Laptop o computadora</p> <p>-Cuaderno</p> <p>-Pluma, lápiz, plumines, marcadores, etc.</p>	30 minutos

			hacer la misma dinámica pero con la palabra SÍ.		
5	Cierre sesión	Dar cierre a la sesión 6	Se dará cierre a la sesión y se invitará a una reflexión sobre el tema visto; así como un agradecimiento por la asistencia, invitándolos o que asistan a la próxima y última sesión.	Laptop o computadora	5 minutos

4.7 Sesión 7

Nombre del instructor: Clara María Urbano Carrillo

Número de sesión: 7

Duración de la sesión: Aproximadamente 80 minutos.

Bloque	Contenido temático	Objetivo del bloque	Actividad	Material	Tiempo
1	Saludo	Saludar y brindar un pequeño resumen de la sesión	Se saludará a los presentes, y se realizará un pequeño resumen del tema dado en la anterior sesión.	-Laptop o computadora	5 minutos

2	Lo que los demás tiene derecho a recibir de mí	Que los participantes aprendan que la asertividad también sirve respetar a los demás.	Se hablará sobre como la asertividad influye en cómo nos relacionamos con los demás, sin faltar el respeto a nadie.	-Lap top o computadora.	50 minutos
3	Ejercicio	Que los participantes reflexionen sobre que tan asertivos son con los demás	En una hoja en blanco o cuaderno deberán realizar una lista en donde escriban que deben de recibir en su vida de ellos, así como su grupo de amistades, su relación de pareja y su familia; deteniéndose en cada categoría para analizar qué es lo que realmente están dando como personas.	-Lap top o computadora. -Hoja o cuaderno y pluma	20 minutos
4	Cierre sesión	Dar cierre a la sesión 7	Se dará cierre a la sesión y se invitará a una reflexión sobre el tema visto; así como un agradecimiento por la asistencia, invitándolos o que asistan a la próxima sesión.	Laptop o computadora	5 minutos

4.8 Sesión 8

Nombre del instructor: Clara María Urbano Carrillo

Número de sesión: 8

Duración de la sesión: Aproximadamente 95 minutos.

Bloque	Contenido temático	Objetivo del bloque	Actividad	Material	Tiempo
1	Saludo	Saludar y brindar un pequeño resumen de la sesión	Se saludará a los presentes, y se realizará un pequeño resumen del tema dado en la anterior sesión.	-Laptop o computadora	5 minutos
2	Relaciones sanas de pareja -Respeto -Confianza -Libertad -Asertividad -Comunicación -Responsabili	Que los participantes conozcan las características de una relación de pareja sana.	Se realizará una interacción con los participantes, en donde estos hablen sobre lo que consideren que es una relación sana de pareja, para posteriormente plantearles los temas, siguiendo con la interacción, aclarando dudas y escuchando opiniones.	-Laptop o computadora	60 minutos

	dad emocional como individuos				
3	Resumen taller	Repasar los temas vistos durante el taller	Se realizará un breve resumen de todo lo que se trabajó a lo largo de las sesiones, enfatizando en la importancia de relaciones de pareja sanas.	Lap top o computadora.	20 minutos
4.	Valoración del taller	Que los participantes brinden su opinión sobre el taller	Se les mandará un link a los participantes para que califiquen el desempeño de la psicóloga, así como el contenido del taller con la finalidad de mejoras.	Lap top o computadora	5 minutos
5	Cierre taller	Cerrar el taller	Se dará cierre invitando a una reflexión sobre la violencia psicológica en la pareja; así como un agradecimiento por la asistencia a las sesiones y la disposición para la realización de los ejercicios.	-Laptop o computadora	5 minutos

		<p>Instituciones de canalización especializadas en violencia</p>	<p>Al final se les comparte información sobre instituciones a donde se pueden dirigir si necesitan apoyo.</p> <p>-INMUJERES contacto@inmujeres.gob.mx x Tel. (55) 5322-6030</p> <p>-CAPED caped@ired.unam.mx Tel. 5623 1299</p> <p>-Hombres por la equidad A.C. www.hombresporlaequidad.org.mx Tel. 11 07 77 97</p> <p>-Mujeres en situación de violencia https://semujeres.edomex.gob.mx/linea_atencion_por_violencia Tel. 800 10 84 053</p> <p>-Centros de reeducación para personas que ejercen violencia de género https://semujeres.edomex.gob.mx/centros_reeducacion Tel. 722 212 5172. 55 5343 4814 55 5711 7682 55 5343 4814</p> <p>-Línea de atención psicológica de la UNAM https://www.fundacionuna.org.mx/unam-al-dia/conoce-la-linea-de-atencion-psicologica-de-la-unam/ Tel. 5025 0855</p>	<p>-Laptop o computadora</p>	<p>5 minutos</p>
--	--	--	--	------------------------------	------------------

5. Bibliografía

APA (2020). *Violencia en contra de la pareja*. Recuperado el 02 de noviembre de 2020 en:
<https://www.apa.org/topics/violence/violencia-pareja>

Hernández, R. C; Magro, S. V. & Cuéllar, O. J. (2014). *El maltrato psicológico. Causas, consecuencias y criterios jurisprudenciales. El problema aprobatorio*. Psicología aplicada a la Salud y el Comportamiento Humano. 3 (7) pág. 27-53. Disponible en:
<http://hdl.handle.net/10045/46929>

Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (s.f.) *Violencia hacia la pareja*. Recuperado el 04 de noviembre de 2020 en:
http://www.inprf.gob.mx/transparencia/archivos/pdfs/violencia_pareja_2012.pdf

López, R.; Moral, R.; Díaz, L. & Cienfuegos, M. (2013). *Violencia en la pareja. Un análisis desde una perspectiva ecológica*. Ciencia Ergo Sum. 20 (1), pág. 6-16. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10425466009>

Ocampo, O. L. Amar, A.J. (2011) *Violencia en la pareja, las caras del fenómeno*. Salud Uninorte. 27 (1). pág. 108-123. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/pdf/817/81722530013.pdf>

Taller de autoestima gratuito y online (2018). *Apegos posibles*. Recuperado de:
<https://apegosposibles.com/taller-autoestima>

Stange, E.; Ortega, C.; Moreno, S. & Gamboa, E. (2017). *Aproximación al concepto de pareja*. Psicología para América Latina. disponible en:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2017000300002

Villena, P. N. (s.f.). *Técnicas de solución de problemas*. Recuperado el 11 de enero de 2021 en:

[https://www.magister.es/grado/materiales5/Menciones%20NO%20UCJC/Intervenci%C3%B3n%20educativa/TEMA%205%20UCJC%20\(1\).pdf](https://www.magister.es/grado/materiales5/Menciones%20NO%20UCJC/Intervenci%C3%B3n%20educativa/TEMA%205%20UCJC%20(1).pdf)