



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA IBEROAMERICANA**



**S.C**

---

**INCORPORADA A LA UNIVERSIDAD NACIONAL**

**AUTÓNOMA DE MÉXICO**

**CLAVE DE INCORPORACIÓN 8901-25**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**TESINA:**

**“ANALIZAR FACTORES DE RIESGO DE VIOLENCIA EN EL  
NOVIAZGO ADOLESCENTE”  
PARA OBTENER EWL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA PRESENTA :  
MARIA DE JESUS CAMACHO ESQUEDA**

**GENERACION:**

**2018-2022**

**MATRICULA:**

**419564234**

**DIRECTOR DE TESINA:**

**JORGE NOÉ GÁMEZ MORA**

**XALATLACO, ESTADO DE MÉXICO. SEPTIEMBRE 2022**



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.

## **AGRADECIMIENTO:**

Le agradezco a mi madre, se fue antes de concluir mis estudios, algo que a ella le hubiera encantado ver, soy consciente que sin su apoyo no estaría donde estoy ahora, a mostrarme a no dejarme manipular por ningún hombre a pesar de haber crecido en una comunidad y en una familia machista, me doy a respetar gracias sus enseñanzas.

## **PRESENTACIÓN:**

En la presente investigación se muestran los diferentes factores de riesgos de la violencia en el noviazgo adolescente que tienen la finalidad de definir cada posible señal de maltrato para que el lector pueda comprenderlas e identificarlas, además de contener consejos y prácticas a realizar para evitar o salir de una relación dañina ya que de acuerdo a los datos estadísticos de la Organización mundial de la salud (OMS) 3 de cada 10 adolescentes denuncian que sufren violencia en el noviazgo. Pero en mexicano el 76% de las adolescentes entre 15 y 17 años ha sufrido violencia psicológica 17% sexual y 15% física, por lo general cuando una persona está consciente de los riesgos que conlleva tener una pareja así prefieren pasar desapercibidas las señales de maltratos violentos pero es importante conocer los riesgos y consecuencias que se tiene, no todo es color de rosa, el amor también nos puede perjudicar, especialmente en la adolescencia, una edad llena de inseguridades, curiosidad y equivocaciones.

En primera categoría se presenta el noviazgo en la adolescencia el cual se divide en ocho temas los cuales contiene los Conceptos de noviazgo, Estereotipos de género para tener en consideración las diferencias que se presentan ante la violencia de hombres y mujeres, las Normas sociales acerca del noviazgo se enfocara en como una persona puede determinar cómo es el noviazgo en base a un grupo cultural, teórico o experimental, Concepto de enamoramiento dejando en claro cómo se presenta y en que situaciones, Teorías del enamoramiento cada persona tiene su propia perspectiva así que se dará a conocer algunas de ellas, El amor en la etapa de noviazgo, el amor tiene varias fases, no es lo mismo el amor en el matrimonio que aquel que estaba en el noviazgo, Tipos de noviazgo, no todos son iguales, cada uno presentan sus pros y sus contras, Mitos sobre el noviazgo para un adolescente experimental el concepto de noviazgo es nulo por lo que se dará información de las mentiras que se han dicho con respecto.

Después se presentará la elección de pareja el cual consta por cinco temas, El tema, Historia evolutiva de la relación de pareja donde se presentará como es una relación de pareja en México donde presenta estadísticas del daño violento tanto en el noviazgo como en el matrimonio, teniendo en consideración que para poder identificarlas también es importante conocerlas se muestra la importancia que tiene evitar una relación dañina.

Se presenta el tema de noviazgo con violencia

Dónde da más claridad de que es un noviazgo con violencia, los tipos y los mitos para poder detectar una conducta agresiva de la pareja, comprendiendo los ciclos que conlleva relacionarse con un tipo de persona agresiva

En maltrato en la relación de pareja se presentan cinco temas:

¿Qué puede causar estar con una persona violenta en la etapa adolescente? Se presentan los factores que influyen en la manipulación de emociones de parte del agresor y como afectan a la víctima, además de dejar en claro las consecuencias y actitudes de continuar en una relación tóxica, pero sobre todo la manera de actuar ante el chantaje emocional.

Por último, están las prácticas preventivas de violencia en el noviazgo adolescente donde se presentan temas para mejorar la autoestima, identificar cuando la pareja tiene abuso de poder o violencia en la relación, como prevenir violencia y señales de una relación sana.

## JUSTIFICACIÓN:

Este trabajo se llevará a cabo con la finalidad de que los adolescentes puedan identificar si su relación de pareja posee indicadores que afectación emocional o físicamente su integridad personal para poder mejorar su formación social. También se presenta, consejos, métodos de mejora en base a la investigación psicológica, ética, moral y social los cuales ayudaran a aclarar que se busca la mejora con futuras relaciones incluyendo la estabilidad personal.

Puesto que es común que un adolescente tenga presente la necesidad de saber cómo funciona el amor por lo cual en esta etapa se inicia la búsqueda de una relación amorosa, sin embargo existen diversos riesgos que no justifica el maltrato hacia su pareja pero en la mayor parte el conocimiento que se tiene es en base a películas, redes sociales, libros o lo que se llega a perciben a través de su familia o conocidos, a causa de eso no todos los adolescentes tiene la idea correcta de cómo se conlleva un noviazgo y mucho menos la información o comunicación precisa para iniciarla.

Cuando se a llega a una edad adulta la mayoría de las personas se guían por su propia experiencia que se va desarrollando con el número o trato de sus antiguas relaciones para identificar qué clase de persona es la que busca, con quien quiere pasar un tiempo de su vida y mantener una relación recíproca, pero para un adolescente el conocimiento apenas se está iniciado por lo que pueden recaer en un amor toxico con actitudes o pensares negativos para el trato de la otra persona y para sí misma.

La persona debe ser consciente que antes que el bien o la tranquilidad del otro debe poner como prioridad su bienestar y saber el conocimiento básico para prevenir relaciones amorosas con algún tipo de violencia

“No sólo la relación de pareja es para pasarla bien sino también se debe mostrar comprensión, empatía, honestidad, atención y cariño la persona que tenga a su lado una pareja que le cause malas acciones es preferible dejarla por el bien de su ser” (Quiroz, 2019, pg. 14).

## METODOLOGÍA

Área: Analizar factores de riesgo de violencia en el noviazgo adolescente

¿Cómo se presentan las creencias falsas del amor en las relaciones de violencia adolescente?

### **Objetivo General:**

Demostrar las diferencias significativas de los factores que provocan la violencia en el noviazgo adolescente entre 14 y 16 años comparando la percepción entre hombres y mujeres

### **Objetivo Específico:**

Prevenir e identificar un noviazgo adolescente basado en violencia

Detectar las consecuencias de estar en una relación amorosa con violencia y como afecta de manera emocional

Analizar el ciclo de violencia en el noviazgo adolescente

Establecer las consecuencias de violencia en un noviazgo adolescente

Variable: concretamente para la consecución de los objetivos propuestos en esta investigación se obtuvieron en consideración a un total.

### **Variables:**

Resultado de la estructura teórica y del análisis factorial aplicado a nuestra muestra de estudio.

Dichas variables nos servirán como criterio o variables dependientes.

La operación de esta variable se detalla a continuación:

- Agresiones físicas leves
- Agresiones físicas graves

- Motivos que se dan para tener violencia en la relación de noviazgo adolescente
- Agresión verbal
- Táctica de dominación (celos)

**Hi:**

Los adolescentes que sufrieron violencia en su noviazgo presentan problemas de relaciones emocionales a futuro y

**Ho:**

Los adolescentes que tuvieron violencia en su noviazgo adolescente no presentan problemas emocionales a futuro

**Ha:**

Los adolescentes que sufrieron violencia en su noviazgo presentan un mínimo cambio emocional a futuro

**Diseño de investigación:**

Cualitativa de tipo descriptivos

En esta investigación se dará un enfoque en los adolescentes que presenten signos de violencia con sus parejas amorosas o que hayan realizado algún acto violento.

**Instrumento de evaluación:**

- Cuestionario
- Escala de evaluación de tipo y fase de la violencia de género

## Contenido

“ANALIZAR FACTORES DE RIESGO DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO ADOLESCENTE” .....	1
AGRADECIMIENTO:.....	2
PRESENTACIÓN:.....	3
CAPITULO I:.....	11
EL NOVIAZGO EN LA ADOLESCENCIA.....	11
1.1 CONCEPTO DE NOVIAZGO.....	12
1.2 ESTEREOTIPOS DE GÉNERO.....	13
1.3 NORMAS SOCIALES ACERCA DEL NOVIAZGO .....	14
1.4 CONCEPTO DE ENAMORAMIENTO .....	16
1.5 TEORÍAS DEL ENAMORAMIENTO.....	17
1.6 EL AMOR EN LA ETAPA DE NOVIAZGO .....	19
1.7 TIPOS DE NOVIAZGO.....	21
1.8 MITOS SOBRE EL NOVIAZGO.....	23
CAPITULO II:.....	27
ELECCIÓN DE PAREJA .....	27
2.1 HISTORIA EVOLUTIVA DE LA RELACIÓN DE PAREJA .....	27
2.1.1 LA PAREJA EN MÉXICO ACTUAL.....	28
2.1.2 LA RELACIÓN DE PAREJA ADOLESCENTE .....	30
2.2 LA ELECCIÓN DE PAREJA CON BASE A LA TEORÍA DE LA PERCEPCIÓN .....	32
2.3 ELECCIÓN DE PAREJA DESDE EL PUNTO DE VISTA SOCIAL .....	33
2.4 ELECCIÓN DE PAREJA CON BASE A LA HISTORIA FAMILIAR .....	34
2.5 PAREJAS DESTRUCTIVAS.....	35
2.5.1 ¿QUE SON LAS RELACIONES DESTRUCTIVAS EN PAREJA?.....	35
2.5.2 CARACTERÍSTICAS DE LAS RELACIONES DESTRUCTIVAS DE PAREJA .....	35
CAPITULO III:.....	37
NOVIAZGO CON VIOLENCIA .....	37
3.1 CONCEPTO DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO .....	38
3.2 ESTADÍSTICAS DE VIOLENCIA EN ADOLESCENTES EN MÉXICO .....	38
3.3 MITOS SOBRE LA VIOLENCIA .....	39
3.4 TEORÍAS DE LA VIOLENCIA .....	40
3.5 TIPOS DE VIOLENCIA .....	41
3.6 ORÍGENES DE CONDUCTAS VIOLENTAS Y/O AGRESIVAS.....	44
3.7 DETECTAR CONDUCTAS VIOLENTAS Y/O AGRESIVAS .....	46
3.8 CICLOS DE LA VIOLENCIA .....	47
CAPÍTULO IV: .....	49
MALTRATO EN LA RELACIÓN DE PAREJA .....	49
4.1 FACTORES DE RIESGO DE LA VIOLENCIA.....	49
4.2 CAUSAS Y CONSECUENCIAS DE LA VIOLENCIA .....	50
4.3 DEPENDENCIA Y CODEPENDENCIA .....	52

4.4 CARACTERÍSTICAS Y ACTITUDES PARA DETECTAR EL MALTRATO PSICOLÓGICO .	54
4.5 COMO ACTUAR ANTE EL CHANTAJE EMOCIONAL.....	61
CAPÍTULO V: .....	62
PRACTICAS PREVENTIVAS DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO ADOLESCENTE .....	62
5.1 LA IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA PARA LA ELECCIÓN DE PAREJA .....	62
5.2 SEÑALES DE ABUSO DE PODER Y VIOLENCIA .....	63
5.3 PREVENCIÓN DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO .....	66
5.4 SEÑALES DE UNA RELACIÓN SANA .....	69
CARACTERÍSTICAS DE UNA RELACIÓN SANA: .....	69
PROPUESTA:.....	73
DESCRIPCIÓN: .....	73
CUESTIONARIO VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO.....	73
CUESTIONARIO DE DETECCIÓN DE VIOLENCIA .....	73
DESCRIPCIÓN: .....	77
CONCLUSIONES .....	78
FUENTES DE CONSULTADAS.....	82

## **CAPITULO I:**

### **EL NOVIAZGO EN LA ADOLESCENCIA**

Descrito por el Colegio Álamos, (2021) es una etapa intensa que se da a la edad de 12 a 17 años con el deseo de experimentar nuevas cosas entre ellas la incluye en amor a un compromiso de noviazgo donde ambas personas darán continuidad a conocerse, entenderse y valorarse con el objetivo de tener un matrimonio después sin embargo para poder obtenerlo es recomendable tener etapas: El gusto o la atracción, si una persona no siente una confianza, alegría o un gusto hacia la persona que quiere iniciar una relación entonces se debe considerar con qué propósito se quiere involucrar, siendo preferible dejar a un lado, por siguiente el enamoramiento, donde debe mantener una estabilidad entre el gusto físico o personalidad, para mejor resultado incluyen ambos aspectos y por último debe llegar al noviazgo donde ya se establece una relación social dando hallazgo a la cercanía en un aspecto amoroso.

Se presenta como una propuesta de un compromiso, en los adolescentes se reconoce sus intereses, lo que les gusta, metas y proyectos, dando enfoque en la persona que se interesa y saber sobre sus gustos e intereses, como piensa, actúa, etc. Para esto funciona como seguimiento la conversación y diversión juntos.

Proporciona una intimidad donde ya se establece al momento de compartir sus pensamientos o actividades al grado de llegar a conocer a la familia del otro

por lo tanto al momento de convertirse en recíproco entonces se convierte en una máxima expresión de amor donde da apoyo y bienestar hacia la pareja al punto de llegar a un compromiso de unión, considera principalmente el amor propio. (CA, 2021).

Para algunas personas es una acción de relación de atracción donde pueden llegar a revolotear emociones con deseo de ser recíproco para después establecer una relación de noviazgo.

Aunque en la relación de noviazgo adolescente llegan a ser más ilusionistas y llegan a experimentar los sentimientos de amor como algo diferente a comparación con otras parejas más experimentadas y claras en los gustos e ideales de una pareja (Telles, 2017).

## **1.1 Concepto de noviazgo**

Es un término que se refiere al tiempo que dura ese proceso (transitorios), cuando dos personas se llegan a conocer mantienen un pacto para convertirse en pareja sin que aún no estén casados donde se comparte un tiempo el uno con el otro, compartiendo ideas, experiencias y momentos. (Pérez, Merino, 2021).

Puede resultar positivo o negativo dependiendo si el noviazgo es satisfactorio para ambas partes puede llegar a un matrimonio o de lo contrario si ambos se separan, terminan la relación, cada uno puede seguir su camino y habría posibilidades de intentarlo con otra persona.

Normalmente este nombre sólo se aplica a un trato algo estable, donde el matrimonio se ve como posible. Noviazgo en adolescentes, Otras relaciones afectivas entre un hombre y una mujer reciben nombres diferentes. Por ejemplo, puede hablarse de conocidos, amigos o familiares. (U.M. 2022).

Se clasifica como una convivencia amorosa que conlleva un valor emocional afectivo el cual da a permitir el conocimiento e intercambio de valores de las personas involucradas haciendo parte su vida amorosa como la confianza, tolerar, sinceridad, pasión, comunicación, emociones y reciprocidad. Todo esto de forma continua hasta llegar a un punto trascendental para ambos dada su decisión de persistencia. (Cruz, et.al., 2013).

## **1.2 Estereotipos de Género.**

Se refiere a aquellas personas que pueden encontrar una conformidad de población entre los adolescentes enfocados especialmente a una asociación de las mujeres hacia sus relaciones en el ámbito privado, los cuidados y los aspectos domésticos, tomando en consideración que los hombres son los que más sostienen estos ideales sin embargo hoy en día se considera que la maternidad ya no es únicamente para chicas o mujeres del sexo femenino conocido como la plenitud de una mujer, se refiere a que las mujeres ya no solo se enfocan en la maternidad sino en otros aspectos de la vida.

El cuerpo estereotipado de una mujer es referido en la población adolescente sin embargo da un impacto similar ante hombres y mujeres, se podría decir que las de parte de las mujeres su interés está en su cuerpo en busca de aceptación mientras que en el caso del hombre solo es para consumirlo, pero cuando algún estereotipo ya mencionado es diferente se inicia con una crítica

social donde siempre estará presente lo claro, preciso, positivo o negativo de un cambio.

Ciertos rasgos y roles se asocian a estereotipos de feminidad: fertilidad, tareas domésticas y cuidadosas, cariñosa, sensible, débil, sentimental, intuitiva, amable, dependiente, sumisa, adaptable. Por otro lado, los estereotipos de masculinidad se relacionan con el rol de proveedor, naturalizándose comportamientos fuertes, competitivos, racionales, valientes, inexpresivos, dominantes, independientes, violentos. Instituto (NM, s/f).

También se enfoca en la responsabilidad femenina para la protección de ellas asignada por los hombres, pero, aunque suene de manera agradable la razón se representa al reflejar estereotipos de género, para ser más claros a la necesidad y obligación de que la mujer se dedica a cosas del hogar e hijos mientras que el hombre presentado como el que trabaja para el mantenimiento de su hogar y familia. (IGP, 2018).

### **1.3 Normas sociales acerca del noviazgo**

El noviazgo no tiene una duración exacta, algunos se llegan a separar en pocos meses, otros después de años, pero también pueden durar y llegar a un matrimonio en dado caso que ambos se sientan preparados para ese paso en sus vidas, a pesar de que no hay certeza de cómo terminara la etapa hay sierras conducirnos y características que deben cumplirse de acuerdo con el parámetro social que se encuentren

- Los novios deben tener fidelidad (compartir intimidad exclusivamente con su pareja) y deben mantener una reciprocidad de los sentimientos
- Dejar de lado el egoísmo para considerar las necesidades y emociones de su pareja
- Mantener en cuenta la felicidad personal, es decir que ambos mantengan seguridad al otro ante sus metas y problemas que se presenten (apoyo).

Goode, (1959) describía como un elemento de la acción social por medio de la elección de la pareja. Partió del supuesto general de que el amor tiene un amplio potencial disruptivo del orden social. Este potencial disruptivo ha generado que en diversas culturas se creen varias medidas de control. Si el amor no fuera controlado, el orden social podría trastocarse continuamente: "Permitir el apareamiento al azar significaría un cambio radical en la estructura social existente. Si la familia como unidad básica de la sociedad es importante, entonces también lo es la elección de pareja"

Goode distinguió cinco tipos principales de "control del amor" presentes en diversas culturas:

- Matrimonio infantil
- Matrimonio obligado o restringido
- Aislamiento de los jóvenes de parejas potenciales mediante la segregación social y física
- La supervisión de los parientes cercanos (pero no segregación social real) y la inculcación de valores como la virginidad.

Las presiones o normas sociales impuestas por los padres a través de la sociedad están contenidas en el marco formal de la libre elección de la pareja. Estos razonamientos finalmente conducen a la hipótesis de que las clases altas le dan menos valor al amor y por lo tanto tienen menos libertad para elegir pareja que las clases bajas de cualquier sociedad, porque si las primeras no

controlan el amor, perderán más opciones de pareja. Estos métodos producen investigaciones empíricas sobre los mercados matrimoniales, la elección de pareja y la movilidad social.

#### **1.4 Concepto de enamoramiento**

Es un estado de bienestar o alegría producido por un proceso bioquímico que se encuentra dentro del cerebro donde tiene su inicio en la corteza cerebral dirigiéndose al sistema endocrino el cual es causado por una tracción física, sexual o afectiva hacia otra persona. (7Greus, 2020).

Cuando se encuentra la reacción química en el hipotálamo se realiza la producción de dopamina y oxitocina para dar la percepción de placer o motivación cerebral (Pérez, et.al., 2012).

Estas fases de interés donde hacen reacción modificatoria para acercarse más a la persona con interés dando inicio a la plática, la gestualidad, busca de las cercanías y la sexualidad.

La diferencia de un amor a un enamoramiento; es un estado pasajero porque la dopamina da su labor en tres años como máximo además de que resulta ser en edad de 23 años a partir de ahí se vuelve menor el grado (Pérez, Gardey, 2012).

Muchas veces tenemos cegada la idea de un amor sano por las películas o novelas del género romántico. La información que hemos recibido sobre las

relaciones de pareja influye tanto en nuestro propio comportamiento como en las expectativas sobre los actos de la otra persona.

Cuando una relación está basada en las creencias y prácticas del amor romántico, como la posesividad, los celos, la "media naranja", el sacrificio y el "para siempre" es normal que produzca malestar. Ya que muchas veces nos enfocamos en objetivos que cumplir el amor.

## 1.5 Teorías del enamoramiento

Hay respuestas propias del enamoramiento los cuales incluyen los impulsos que mueven a los enamorados a modificar sus conductas o acciones en busca de un acercamiento. (Greus, 2020).

- Imagen de pareja:

Es una relación del aparato psíquico donde está guardada la imagen de una pareja, cuando nos encontramos a alguien que cumple con características despierta una alarma de interés.

- Correspondencia:

Es cuando una persona busca rasgos físicos, emocionales, culturales, intelectuales o sociales para dar la química o también al completar la imagen de una familia que el sujeto ya tenía planteada del cómo sería.

- Reflejo familiar:

Se busca un progenitor opuesto es una relación familia afectiva donde la mujer busca un enamoramiento al momento de buscar una protección de parte de su padre y en el caso de los hombres se busca a una mujer con la representación de cariño y afecto de parte de la madre (búsqueda de amor y cariño basados por amor y cualidades familiares recesivos).

- Espejo:

Se refiere al enamoramiento de quien deseamos ser o de lo que creemos bueno de la otra persona dado que nos sirve de espejo.

- Perpetuar la especie:

Se relaciona a la hipótesis de la realidad humana de las personas donde el sentimiento evolucionario de la búsqueda de una pareja con genes de mezcla para dejar una descendencia basada en la perspectiva de la especie.

- Creación de gustos:

Se representa desde la infancia ya que se va en cuadrando lo que se gusta y atrae de las personas entonces en conforme pasan los años esos ideales van evolucionando para determinar lo atractivo de la pareja deseada.

## 1.6 El amor en la etapa de noviazgo

En muchas parejas hay siete patrones que se repiten desde que comienza hasta que se termina su relación es posible incluso hacerlos en orden diferente (Vidal, 2016).

- Enamoramiento

Es la etapa más bonita de la relación donde las personas sienten atracción uno por el otro aparentando todo ser maravilloso y agradable, en algunos casos la atracción solo es de uno por lo cual se llega a tener inconvenientes pero de lo contrario la vida es descrita como en color de rosa, en vista de otras personas la pareja aparece atontada y distraídos, se mantiene un sentimiento nuevo que nunca les había pasado identificado como la etapa de la química en esta etapa puede durar por medio de dos o tres meses e incluso uno o dos años pero no pasara de ahí.

- Conocimiento

Si después de la etapa de enamoramiento la pareja sigue junta inicia la etapa de conocimiento donde uno con el otro busca conocer más a la persona, donde vive, su familia, entorno, sus costumbres y de más relaciones personales.

- Los enamorados comienzan a saber la verdad del otro.

Tienen que considerar que algunas relaciones dan apertura al conocer más tarde que el otro o más temprano de manera emocional o también se puede completar esta etapa en el enamoramiento por razones como una amistad o compañerismo.

- Cotidianidad

Representa la etapa en donde la relación ya paso más de un año dando como referencia a la convivencia del mismo hogar, nuevas rutinas, el tiempo pasa, la frecuencia sexual baja. Pueden tener inicio de problemas que no había antes, en este aspecto es importante mantener la comunicación y tranquilidad pues por sus diferencias puede amenazar esa relación.

- Conflicto y negociación

Puede darse antes o al mismo tiempo que la anterior pues aquí inician las discusiones, malos entendidos, intolerancia o reclamos esto se debe porque la relación a este punto se mantiene una confianza de decir las cosas que se piensan y es el momento en que la pareja puede decidir si continuar con su relación o no, teniendo en consideración lo que la otra persona quiere, pero sobre todo nosotros mismo, sin desenfocarnos en nuestras propias metas.

También es considerado como un momento de autoafirmación.

- Crecimiento

Se basa en un verdadero crecimiento juntos se refiere a la etapa que supera la pareja los conflictos o disgustos que llegan a tener, reconociendo los aspectos negativos que su pareja tenga siguiendo adelante, tomando la relación más madura, estable y profunda, aceptando su forma de ser, es el momento en que la pareja toma la decisión de casarse, formar una familia o mudarse juntos.

- **Comunicación profunda**

Para algunas parejas esta etapa no llega, pero cuando lo hace puede consistir en la comunicación profunda haciendo sentir feliz y plena.

La relación conoce a la pareja tal como es y es aceptable su lado bueno y malo, manteniendo la comunicación para establecer sus reglas de negocios al conocer los límites del otro y con la posibilidad de que afronte cada problema que se les presente en un futuro.

- **Transcendencia**

Son los momentos de considerar un fin en su relación, a veces ambas están de acuerdo con la decisión, en otras hay que tener iniciativa por lo que hay que trabajar con la parte de aceptación y recordar que como todo inicia también tiene un fin e incluso ante la muerte, aceptar terminar la etapa y continuar con la vida (Vidal, 2016).

## **1.7 Tipos de noviazgo**

Se debe considerar que hay diferentes tipos de noviazgo que se basan en cuestiones como la fidelidad, sexo, duración, finalidad o formalidad y que pueden iniciar o terminar de diferente manera o propósito (Pérez, Merino, 2021).

- **Noviazgo posesivo**

Es cuando se considera prioridad la pareja, en algunos casos se representan las personas posesivas por el medio de controlar las actividades de su pareja llegando a tener celos excesivos sin embargo hay que tener en cuenta que una

relación de este tipo esta descrita como negativa pues puede afectar en ambas partes.

- Noviazgo impulsivo

En algunos casos, no todas las relaciones de pareja inician con citas para conocerse o después de un lapso de tiempo, este tipo de noviazgo se caracteriza por desencadenar las fases de una manera apresurada, por lo general este tipo de parejas pueden llegar a casarse antes del año o vivir juntas, por sorprendente que parezca este tipo de relación mantiene resultados positivos a considerar a largo plazo esto es porque al mantener una conexión casi perfecta pueden llevar las cosas a otro ritmo.

- Noviazgo cíclico

Se trata de las parejas que dan inicio a su relación, pero luego terminan, vuelven a regresar y así de forma consecutiva como ciclos recurrentes de forma casi constante y por un periodo de tiempo igual, es común este tipo de relación entre los jóvenes por la falta de madurez o por la necesidad de libertad que no tienen con su pareja.

- Noviazgo bélico

Se refiere a la presencia constante de conflictos, esto es con base, esto es con base a las personas que dan y demuestran agresividad en variedad de ocasiones en donde cada una de ella va incrementando la violencia, puede comenzar por un medio electrónico (mensajes) hasta llegar a algo físico como

golpes, muchas ocasiones se da de manera disimulada por lo que es difícil su detección.

- Noviazgo amoroso

Es una relación que se caracteriza por ser sana y amorosa donde ambas personas mantienen comprensión hacia la otra para tener este tipo de relación es importante la opinión del otro donde se integran en las actividades diarias, compartiendo los momentos que puedan estar juntos, llegan a ser por lo general relaciones largas y sanas.

- Noviazgo mejor que solo

Este noviazgo se fomenta al momento en que la persona piensa que no tiene importancia tener una relación pues esto se debe a múltiples decepciones o engaños que no ha podido superar (Berthe, S/f).

## **1.8 Mitos sobre el noviazgo**

Según el IGPI, (2018) tres de cada diez adolescentes sostienen la idea de que las chicas que viven maltratos por parte de sus parejas no terminan la relación porque no quieren.

A su vez, la idea de que la violencia es un "asunto privado" la dimensión social y política y deja la resolución de un problema que es social en el campo de lo privado. No obstante, en relación con este mito, ocho de cada diez adolescentes están de acuerdo con la idea de la violencia como algo privado. Instituto de género y promoción de la igualdad.

- Falacia de cambio por amor:

Se mantiene una creencia de ser aceptado y tolerante el comportamiento de la pareja al punto de ser ofensivo ante la perspectiva de pensamiento que te ama.

- Mito de la omnipotencia del amor:

Se refiere a la frase “el amor todo lo puede” es cual llega a tener descontrol de aceptación, pues puede ocasionar excusas para mantener comunicación o un cambio positivo necesario para la pareja.

- Normalización del conflicto:

Es normal que las relaciones en algún punto lleguen a tener disgustos o conflictos, pero el problema es cuando se piensa que es cotidiano mantenerlas sin dar una solución alternativa o hablar al respecto.

- Creencia en que los polos opuestos se atraen y entienden mejor:

Resulta ser que las personas con gustos similares tienen mejor entendimiento como pareja sin embargo no en todos los casos resulta ser así.

- Mito de la compatibilidad del amor y el maltrato:

Si te hace daño no te ama es una relación entre dañar y agredir.

- Creencia en que el amor “verdadero” lo perdona/aguanta todo:

Se presenta como un criterio propio donde se cree que si no se perdona a la persona entonces no la ama.

- Mito de la “media naranja”:

Pareja con la que estamos predestinadas estar por el respeto de nuestras vidas.

- Mito de la complementariedad:

Para sentirse completo se necesita de una pareja amorosa.

- Razonamiento emocional:

Cuando se cree que una persona despertó en nosotros una química especial para enamorarnos y por esa razón se hace.

- Creencia en que sólo hay un amor “verdadero” en la vida:

Se cree en el amor único cuando ya no es con esa persona entonces se piensa que ya no es con nadie porque ya te enamoraste de una sola.

- Mito de la perdurabilidad:

Se trata de un enamoramiento a pasional que se da en los primeros meses y por tanto debe dar continuación hasta la eternidad.

- Falacia del emparejamiento y conversión del amor de pareja en el centro y la referencia de la existencia personal:

Solo se puede ser feliz con únicamente su pareja y todo lo demás no se tiene importancia.

- Atribución de la capacidad de dar la felicidad:

Únicamente nuestra pareja tiene en sus manos nuestra completa felicidad.

- Falacia de la entrega total:

Sacrifica lo propio sin la necesidad de recibir lo mismo o algo a cambio, es una forma de dependencia hacia la pareja.

- Creencia de entender el amor como despersonalización:

olvidas tu propia identidad para poder identificarte con la otra persona.

- Creencia en que si se ama debe renunciarse a la intimidad:

Se pierde su libertad, se cree que la pareja debe saber todo y hacer todo a la par.

- Mitos de celos:

Creencia de afecto posesivo de importancia por el otro. (Rodríguez, 2022).

## **CAPITULO II:**

### **ELECCIÓN DE PAREJA**

#### **2.1 Historia evolutiva de la relación de pareja**

La evolución de una relación amorosa entre dos individuos se puede interpretar por medio de tres factores de crecimiento:

- La limerencia:

Está representada como la etapa de enamoramiento donde las emociones llegan a desarrollarse y a convertirse en una gama de explosión emocional en pocas palabras la limerencia es un estado de gracia absoluta marcada por la euforia, la ilusión desbordada.

- Amor romántico o vinculación:

Se refiere a cuando los individuos sienten la misma atracción o gusto y/o si esa persona seguirá con ella hasta el final con el deseo de que así sea, dejando en claro las intenciones de conllevar las adversidades justas ¿Puedo contar con mi pareja?

- La fase de convivencia:

En esta fase tiene relación con el amor romántico ya que se planea tener en claro las finalidades de tener la pareja a su lado por medio de la relación contante de convivencia que se tienen, al conocer a la pareja ya se tendrá un panorama más claro de cómo es esa persona, en el caso de que algunos de los dos miembros no tengan en claro si es lo que están buscando

entonces lo más probable es que la convivencia se vuelva complicada (SL, 2018).

- Amor maduro, el lazo de la lealtad:

Se trata de un trabajo en pareja con el objetivo de que ese vínculo no se pierda con el paso del tiempo, demostrar cariño, ternura y apoyo en ambas partes puede provocar una mejor cercanía. (Sabater, 2022).

### **2.1.1 La pareja en México actual**

Según la ENDIREH 2016. En México se releva mucho que a la edad de 15 a 19 años de edad ya tengan una relación de noviazgo a partir de esta edad para adelante se presenta un 611% de las parejas se encuentran casadas o unidas, donde la mayoría de estas fue porque así lo desearon, también la razón es por quedar embarazadas donde hayan tenido la elección de unirse para hacerse responsables, otra fue porque alguno de los miembros de la pareja simplemente querían salir de su casa, considerando irse con su pareja la opción más sencilla para lograrlo y el más mínima de las razón fue por un embarazo donde se vieran obligados a estar juntos.

Un 93.0 % de mujeres de 15 años o más han tenido al menos una pareja sexual de la cuales se recolectan un 40.1% teniendo relaciones antes de sus 18 años y el 48.3 su vida sexual inició a los 18 a 24 años y un 8.4% a partir de los 25 años.

Sin embargo la ENDIREH demostró que a partir de los 15 años in 40.1% sufrió violencia emocional, podían ser basadas por indiferencia, intimidación e

incluso degradación emocional, la otra forma de violencia que se presenta es económica o patrimonial con un 20.9% la cual se conforma por el chantaje, control económico e incumplir con la estabilidad económica que llegaron acordar y la tercera forma con un 17.9% es la violencia física, especialmente en mujeres donde se presentaron empujones, jalones de cabello, bofetadas y golpes de puño con algún objeto y por último la violencia sexual con un 6.5%: violación un 5.5% y abuso sexual con 4.0%. (CONAPO, 2019).

En el 2022 hubo 33% menos matrimonios, tomando una comparativa entre el 2019 a 2020, también el número de divorcios disminuyo de 160.107 a 92,739 y solo 2476 parejas del mismo sexo se unieron (Arellano, 2022).

En México la mayor causa de problemas en la pareja es debido a problemas de comunicación ya que los hombres mencionan que es muy estresante comprender a las mujeres, por lo general esperan que su pareja adivinen lo que les está sucediendo, sus necesidades o deseos, por otro lado las mujeres afirman tener una dificultad al momento de compartir todo el tiempo lo que quieren, sin embargo resulta que no es el único factor para una ruptura, influye también que alguno de los dos intente sobresalir y el que menos se coincidiera problemático son los celos.

Por otro lado el 87% de los mexicanos describen que las relaciones sexuales con su pareja son más satisfactorias, un 79% describe tener más sentimientos de felicidad que cuando se encuentran solos, en relación a esto se describió un 71% de la población que les resulta más divertidas las actividades que realizan cuando tienen una relación amorosa que cuando se encuentran solteros sin embargo un 32% mencionó que no mantienen algún proyecto con su pareja y el 23% se mostraron con menosprecio a su pareja, ya sea que lo realizarán o que se lo hayan hecho la razón de este comportamiento se presentó por la envidia e

inseguridad que sentían cuando su pareja realizaba actividades importantes o destacables.

- Hábitos en una relación de pareja:

La más destacable de todos los hábitos son las conversaciones, la toma de decisión entre ellos, festejar cumpleaños, aniversarios, toda la clase de eventos que sean considerados importantes, pueden incluirse los festejos sociales, pero siempre incluyendo a su pareja y también se presenta la acción de compartir gastos por medio de un equilibrio considerado ganancias entre otras cosas, por lo general se manifiesta en las parejas que ya viven juntas.

Las actividades que se pueden realizar con más sencillez sin una pareja es el hecho de ahorrar y hacer ejercicio, se considera interesante ya que se presentó un 77% de la comunidad con la creencia de que al tener una pareja se mejorara la salud del individuo sin embargo se menciona que en México tener una pareja se considera importante pero no necesario, también mantienen considerable importancia la etapa de la vida que se presente a lo que se refiere a la madurez y experiencia de vida. (UMX, 2015).

### **2.1.2 La relación de pareja adolescente**

Para que un adolescente elija a su pareja llega a tener influencia en algunos factores como es el desarrollo cognitivo o físico, modifican sus decisiones la relación de los miembros sociales como en amistades y familiares esto puede cambiar dependiendo de la interacción que se mantiene. Es una etapa donde descubren cambios a nivel social y en base a su propia persona

- Los cambios del desarrollo en adolescentes con respecto a su relación con unos mismo:

- Independencia:

En este caso los adolescentes comienzan a pensar sobre su futuro, fantaseando su vida de adulto, teniendo en cuenta la importancia de la toma de decisiones y el proceso que conlleva para lograr esos objetivos.

- Autoestima:

La mayoría de los adolescentes llegan a considerar más importante el atractivo físico que poseen, cuando no consideran que tienen atracción física entonces tienen una baja autoestima esta reacción se desarrolla por los cambios corporales, los pensamientos y la forma de pensar que se tiene, los adolescentes simplemente buscan saber quiénes son y a donde se dirigen llegando a juzgarse a sí mismos.

- Los cambios del desarrollo adolescente en relación con los pares:

La importancia de las amistades es esencial en los adolescentes ya que se consideran más comprendidos, teniendo así la necesidad de salir con ellos más que con la familia. Las amistades se llegan a desarrollar con base a sus intereses, clase social a la que pertenecen con similitud u origen étnico, en un adolescente tener una amistad representa el querer tener similitudes en actividades y valores.

Las mujeres se acercan más a una amistad cuando se pueden compartir aspectos de su vida mediante el diálogo, mientras que los hombres se basan en el valor que tienen mediante acciones y hechos

- Cambio en el desarrollo hombre-mujer

En la etapa adolescente se presenta el deseo sexual, donde es común el descubrimiento de la orientación que se tiene. El interés sexual se presenta, junto con la necesidad de reprimirlo, al igual que la agresividad y descubrir las relaciones de un amor con potencial o verdadero.

- Cambios en el desarrollo adolescente en relación a la familia:

La familia llega a tener una gran importancia para la toma de decisiones cuando se trata de un niño, pero cuando se llega a la adolescencia en donde ya se tiene un idealismo de las cosas correctas e incorrectas entonces no se consideran a los padres en su mayoría, pero aun así es dependiendo de la crianza y valores.

## **2.2 La elección de pareja con base a la teoría de la percepción**

- Principio de semejanzas: Las personas se encuentran muy atraídas hacia el aspecto de la otra persona por la semejanza que tienen, puede ser con base a su edad, atractivo, lo que estudian, educación y cultura
- Complementariedad: Cuando la persona busca a una pareja que pueda satisfacer sus necesidades, se podría decir que buscan la manera de completarse con otra, en especial en la parte personal
- Atracción física: Dwin dio como opinión que la belleza es un componente importante al momento en que elegimos a una pareja ya que se considera el atractivo de la pareja y de sí misma tomado con el propósito de satisfacción personal
- La personalidad: Se da con base a los intereses, actitudes y valores que busca una persona que comparta con su pareja

- Nivel socio económico: sustento de bienes y servicios (Guasaquillo, 2022).

### **2.3 Elección de pareja desde el punto de vista social**

Para la sociedad el término de pareja se representa como la relación de dos personas que tiene compromiso en fusión a la asignación social que se encuentra con el objetivo de que al final puedan alcanzar sus metas conformadas por una familia propia, es decir la procreación, sin embargo actualmente se presentan más opciones que pueden lograr con o sin pareja, sin la necesidad de tener hijos en un futuro, para dejar en claro cuáles son los objetivos que puede lograr una persona al tener una pareja es tener felicidad propia y para el otro al punto de poder recibir un trato análogo de forma que compartan bienes y actividades.

Una manera de impacto social fue por medio de las redes sociales:

Actualmente un adolescente pasa mayor tiempo de su relación social detrás de una pantalla, ya que se ha visto más sencillo el hecho de poder coquetear o platicar con amigos por redes sociales, también se puede llegar a declararse por mensaje ya es algo totalmente normal, de igual forma los celos cambian, en persona es más evidente pretender que se está teniendo una infidelidad por medio de actitudes y acciones sospechosas, en cambio por redes sociales se presentan por lo siguiente:

- Comprobación de la última conexión.
- Preguntar con quién habla si está en lineal.
- Revisar los nuevos seguidores en Instagram y en Facebook.
- Revisar los me gusta que da y recibe en Instagram o en Facebook.
- Prohibir seguir o tener como amigos a determinadas personas.
- Solicitar a la pareja la contraseña de sus redes sociales.
- Impedir que se suban determinadas fotos en alguna red social.

De igual forma se puede iniciar una relación, también se puede finalizar por medio de un mensaje o una llamada, pero en los adolescentes es más común por la primera (Tuteticontigo, 2022).

## **2.4 Elección de pareja con base a la historia familiar**

La elección de pareja se basa mediante la interacción, compromiso, confianza donde se tiene a la familia ya que desde pequeños se representan ideales, culturales que se dan a realizar hasta crecer, es decir que se basa en los aspectos socioculturales que se tiene por ejemplo a las mujeres les mostraron que es mejor conseguir a un hombre capaz de protegerlas, cuidarlas, estable, etc. Mientras que a los hombres se les educó para buscar a una mujer capaz de cocinar, ser buena y atenta. (Gámez, 2012).

Según la ciencia dice que la forma en cómo se llevan a cabo tus relaciones de pareja es la manera en cómo se representó en tu infancia según la propia perspectiva, es decir, cuando los padres tuvieron una relación positiva es más probable que sus hijos tengan relaciones sanas sin embargo se debe considerar algunas excepciones.

En la infancia el niño es consciente de su entorno con respecto a la relación que tienen sus padres por lo que puede afectar a la forma de expresarse, relacionarse o actuar con sus futuras parejas sin embargo cuando es lo contrario en el caso en que los padres fueran dominados por momentos de violencia, engaño o desconfianza. Entonces buscarán a una persona dominante

de manera inconsciente se estropean así mismos sus relaciones o puede ser el caso que se busca ser lo contrario, es decir dominar a la pareja para sentirse superiores. (Lemos, 2018).

## **2.5 Parejas destructivas**

### **2.5.1 ¿Que son las relaciones destructivas en pareja?**

Las relaciones destructivas son aquellas que tienen relaciones tóxicas que provoca algún daño o malestar a uno o ambos el cual se considera difícil terminar por la dependencia emocional que se tiene, se puede identificar mediante un sentimiento de sufrimiento, aunque en gran parte es difícil identificar por sí mismo por diversidad de causas como son el malestar paulatino o sutil, por miedo o porque no se quiere aceptar. (RP, 2020).

### **2.5.2 Características de las relaciones destructivas de pareja**

- Celos en adolescentes:

Los celos se presentan con mayor frecuencia cuando se coincidiera una amenaza a su noviazgo con relación a otra persona que se presente con habilidades o destrezas mejores, no tiene que ser a fuerza de esta manera, la mayoría de los adolescentes simplemente se menosprecian y se creen ellos mismos que otras personas son mejores, se debe tener en cuenta que los celos se consideran malos para las parejas futuras, dependiendo de cómo se actúe en dicha circunstancia por ejemplo algunos adolescentes tienen celos

intensos o desproporcionados causando sufrimiento, al igual que disgustos de parte del que reacciona y el que recibe, sin embargo los celos en las primeras relaciones de pareja son frecuentes.

Comportamiento asociado a los celos en la etapa adolescente:

- Dan opiniones sobre el estilo de ropa e imagen física
- Opinan sobre las amistades para poder romper ese lazo comunicativo que tengan
- Realizan actividades en conjunto procurando no separarse para no dejar a margen su relación (que la sociedad se entere que están juntos y permanecen)
- Reclaman y obligan dar a conocer la ubicación física de su pareja, hora de llegada y salida de cualquier actividad que realice (Tuteticontigo, 2022)
- Impide que avances: por lo general te muestra o destaca tus fallas mientras que las cosas positivas que has realizado parecen ser nulas, sin importancia, haciendo menosprecio de tus logros
- Te recuerda lo que ha hecho por ti: ya sea de forma clara o sutil trata de que pienses que no eres nada sin esa persona
- Utiliza chantajes emocionales, el llanto es lo cotidiano
- Ejerce control hacia tu persona
- Puede llegar a compararte con sus ex parejas
- Presenta falta de respeto ya sea de forma privada o pública

Los celos están a menudo presentes (RP, 2020).

## **CAPITULO III:**

### **NOVIAZGO CON VIOLENCIA**

De acuerdo al CSF, (2020) son conductas que llevan consigo maltrato psicológico, físico y/o sexual puesto que la persona tiene una fase de dependencia dirigido a las relaciones interpersonales a causa de un apego que es provocado por establecer vínculos sociales con las personas, se tiene que mantener en consideración que la violencia no solo se presenta en etapas de noviazgo, sino que también en otras como el matrimonio o sin ser algo en especial.

Es importante entender que el amor verdadero, y los noviazgos en relaciones saludables están basados en el respeto y la independencia por lo tanto las relaciones basadas en los celos, reclamos o el control son relaciones que van permitiendo violencia. Instituto (MJ, 2017).

Cuando hay violencia se puede dar la identificación de conducta cuando no existe una respuesta efectiva de comunicación o atención y en el caso de las personas que reciben ese tipo de afección presentan sentimientos de ansiedad, miedo y enojo además de tener pensamientos negativos o catastróficos como el ideal de nadie más está en la vida de esa persona o ya no será amado.

El objetivo de mantener violencia es tener un dominio y control ante su pareja o hacia otra persona, puede iniciar con comentarios que resultan ser incómodos e inapropiados, un jaloneo que puede aparentar como un juego, sin embargo,

mientras pasa el tiempo más visible es la actitud negativa el cual se puede convertir en algo de gravedad en el futuro. (CSF, 2020).

### **3.1 Concepto de violencia en el noviazgo**

De refiere a aquellas conductas donde existe un maltrato físico, sexual o psicológico que se basa en su pareja amorosa “los seres humanos dependemos de un grado de dependencia en las relaciones interpersonales” esto a causa de un proceso de apego que se mantiene a la respuesta afectiva, explica la psicología Marisol Arellano.

Según la OMS es un uso de la fuerza física y el poder, ya sea en grado de amenaza o efectiva, contra uno mismo u otra persona que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.

### **3.2 Estadísticas de violencia en adolescentes en México**

En la Casa de Gobierno se presentaron estadísticas preocupantes para la salud y estabilidad adolescente ya que se clasificó estadísticas de la violencia durante el noviazgo en México por lo cual se presenta de la esta manera: 6% ha sufrido violencia sexual; 15% ha sufrido violencia física; y 76% violencia psicológica (García, 2010).

De acuerdo a datos de OMS 3 de cada 10 adolescentes denuncian que sufren violencia en el noviazgo. En el caso mexicano, 76% de las adolescentes

entre 15 y 17 años ha sufrido violencia psicológica 17% sexual y 15% física (Altamirano, 2021).

Aproximadamente 470.000 personas son víctimas de homicidio cada año.

Alrededor del 38% de todos los asesinatos de mujeres son perpetrados por sus parejas íntimas.

1 de cada 3 mujeres han experimentado violencia física y/o sexual, la mayoría por una pareja íntima (OPC s/f).

### **3.3 Mitos sobre la violencia**

- Es un problema familiar el cual no debería incluir a la sociedad, también porque se considera una abominación
- El maltrato solo pasa en personas que no están bien mentalmente
- El problema de violencia solo ocurre en adultos, puesto que es la etapa donde ya se tiene una unión como tal por lo tanto en la etapa de noviazgo no es tan común ya que es un momento donde se le conociera la etapa dulce y van conociendo a la pareja
- Si la mujer o el hombre continua en esa relación a pesar de ser consciente de riesgos y consecuencias entonces no es tan grave al punto de que lo pueda soportar

- La violencia solo se presenta a las personas con nivel económico inferior por lo tanto a las personas que tienen mejor economía no tiene ningún problema relacionado a ello
- La violencia solo se presenta en las mujeres únicamente.

### **3.4 Teorías de la violencia**

Es el significado del ser fuera de su modo, estado o situación normal representada como un intento de controlar y dominar a otra persona en todo su entorno de personalidad y personal (Kaplan, 2006).

Se representa como un desequilibrio de poder donde se clasifica como la búsqueda superior ante las personas en base a las posiciones sociales para obtener fines propios donde se puede ejercer mediante manifestaciones como agresiones físicas, verbales, psicológicas, económicas y sexuales (Corsi, et.al., 1999).

La violencia juvenil puede comenzar en grupos de edad más jóvenes y escalar más tarde y continuar hasta la edad adulta. La adolescencia es un momento particularmente crítico para intervenir.

La prevención de la violencia juvenil requiere un enfoque integral que aborde los determinantes sociales de la violencia, como la desigualdad de ingresos, el rápido cambio demográfico y social y los bajos niveles de protección social. El sector de la salud no es el único que debe intervenir, pero es importante.

Existen oportunidades para intervenir temprano y así reducir la carga de violencia juvenil y los homicidios en jóvenes en la Región de las Américas; por ejemplo, integrar la prevención de la violencia en esfuerzos más amplios para mejorar la salud y la resiliencia de niños y adolescentes (OMC, s/f).

### **3.5 Tipos de violencia**

Se debe considerar que la violencia se llega a presentar en cualquier ámbito ya que es parte de ser un humano con defectos presentables ante otras personas.

- Física:

Son agresiones enfocadas en el maltrato al cuerpo de una persona por medio de golpes, sacudidas, empujones, estrujones, puede llegar a representarse al momento de lanzar objetos o encierros.

- Psicológica o emocional:

Es el tipo de violencia más naturalizada en la sociedad por la manera de controlar la formación mental de una persona al punto de influir la manipulación en el comportamiento, decisión y creencias de otras personas por medio de la humillación, amenaza, aislamiento o todo lo que conlleve un perjuicio psicológico.

- Sexual:

Se representa como todo acto sexual, verbal o físico que tenga un acto no deseado de parte de otra persona la cual puede presentarse tanto en hombres

como mujeres ante el uso de fuerza física que llegue a limitar la voluntad de otra persona.

- Económica:

Ocurre cuando se utiliza dinero para dar a conocer el poder donde se puede manifestar cuando se retira el dinero para impedir en gasto y beneficio propio o familiar, también al momento de negar dinero para controlar su independencia.

- De género:

Son actos violentos presentados en razón de un sexo específico o a la preferencia sexual del sujeto esto de basa en las mujeres como víctimas y a las personas atraídas a su mismo género donde el victimario se aprovecha de su indefensión, poder y desigualdad. La necesidad de ejercer dominio y violencia hacia estas personas es por homofobia, expresar conductas femeninas o por cero tolerancias. (profaminia, 2022)

- Violencia simbólica:

Se presenta en las personas que sienten que tienen suficiente dominio de la otra persona con base a la diferencia de su fuerza física a comparación a la víctima.

- Violencia doméstica, familiar o intrafamiliar:

Es infligido dentro del grupo familiar donde la violencia se puede presentar en tanto hombres como mujeres.

- Violencia racial:

Este tipo de violencia se presenta cuando el victimario se va dirigiendo a causa de su origen étnico donde tiene la creencia de la superioridad que tiene ante otras personas.

- Bullying y ciberbullying:

Bullying es la intimidación que se da en un ambiente académico dado por compañeros donde se presenta un acoso físico y psicológico.

El Ciber bullying por su parte son acosos que se presentan por medio de redes sociales potenciadas por el anonimato de Internet el cual afecta de manera psicológica. (7Graus, 2022).

- Violencia directa:

Cuando no hay una igualdad de paga ante las personas que tienen mismas condiciones en un ámbito laboral, en otros ámbitos también como las prohibiciones de habla, de escribir o dar puntos de opinión dado por razones en especial como su forma de ser, su género, su apariencia o estatus social.

- La violencia de reacción o de respuesta:

Se presenta más en personas con grupos sociales conocidas como grafiteros o de barrios con excusas económica donde se cree que se necesita de la corrupción y los robos para proteger o dar lo necesario a sus familiares y a ellos

mismos, también se toma el ideal de que el marido le debe pegar a la esposa para demostrar poder y dominio (Parent, S/f).

### **3.6 Orígenes de conductas violentas y/o agresivas**

Según el DSM-IV y el CIE 10 las conductas agresivas son un trastorno generado por medio del comportamiento y la personalidad

La agresividad es genética

El objetivo de la violencia es obtener control y poder para aumentarla o mantenerla, es social y en general aprendida donde se domina a una persona inferior (Figueroa, 2018).

- Teoría Clásica del Dolor: “El dolor está clásicamente condicionado y es siempre suficiente en sí mismo para activar la agresión en los sujetos” (Hull, 1943; Pavlov, 1963).

Las personas prefieren sentir el más mínimo dolor posible por ello llega a presentar conductas agresivas ante otras personas cuando se siente intimidado o provocado con el objetivo de obtener un éxito, pero cuando no se logra se puede ocasionar un contraataque donde en ambas partes se presentará un dolor, presentado como una acción de estímulo y respuesta.

- Teoría de la Frustración\_(Dollard, Miller, 1938): “cualquier agresión puede ser atribuida en última instancia a una frustración previa”. Es el estado de pánico que se presenta cuando no se puede alcanzar una meta en concreto donde se puede presentar esa frustración de manera directa o verbal.

- Teorías Sociológicas de la Agresión\_(Durkheim, 1938): Describe que la causa de la violencia es por medio de hechos sociales donde pueden ser de dos tipos: individual, es fácilmente predecible, sobre todo cuando los objetivos son de tipo material e individualista, o bien grupal donde se enfoca por respeto y admiración hacia una persona integrante.
- Teoría Catártica de la Agresión: Esta surge de la teoría psicoanalítica, la cual considera que la catarsis es la única solución al problema de la agresividad. Se presenta ante la descarga de una acumulación de tensión donde dicha persona siente la necesidad de reprimir su emoción donde después debe presentar la liberación de la emoción.
- Etología de la Agresión: Entiende la agresión como una reacción impulsiva e innata, relegada a nivel inconsciente y no asociada a ningún placer donde una persona con agresión activa puede presentar la necesidad o deseo de herir o dominar y también se encuentra la persona pasiva con la necesidad de ser herido o destruido solo por instinto del ser.
- Teoría Bioquímica o Genética: La agresión es causada por la reacción y causa de hormonas como la noradrenalina como un agente causal del comportamiento agresivo donde se puede presentar por agentes bioquímicos que tienen su lugar en el organismo para la reacción de estimulantes (González, S/f).

### **3.7 Detectar conductas violentas y/o agresivas**

A lo largo de los años los investigadores han identificado algunos factores para causar agresividad en adolescentes. Algunos son:

- **Evento traumático**

Un suceso traumático (como puede ser la muerte o enfermedad de un familiar, divorcio de los padres, acoso entre iguales muy estresante el cual puede desencadenar conductas agresivas en adolescentes. Incluso peleas en la familia, especialmente entre los padres, pueden producir ese tipo de conductas.

- **Abuso**

El abuso sexual o físico puede ser otra causa de comportamientos agresivos en adolescentes. El abuso provoca enfado y vergüenza en el adolescente. En ocasiones, cuando el adolescente no es capaz de contar lo que le ha ocurrido lo manifiesta a través de la agresión.

- **Trastornos psiquiátricos**

Algunos adolescentes pueden mostrar conductas agresivas como consecuencia de un trastorno psiquiátrico: trastorno bipolar, de pánico, esquizofrenia, depresión y estrés post-traumático.

- **Problemas médicos**

En algunos casos es debido a un daño cerebral, epilepsia o síndrome Tourette, entre otros, pueden ser la causa de un comportamiento agresivo en adolescentes.

- TDAH y dificultades del aprendizaje

Adolescentes con este tipo de dificultades presentan una serie de problemas emocionales y sociales que pueden ser manifestadas a través de la agresividad.

- Abuso de sustancias

Muchos adolescentes experimentan con alcohol y otras drogas. Sin embargo, cuando comienzan a abusar de determinadas sustancias de forma regular y se vuelven adictos, pueden darse conductas agresivas.

- Baja autoestima

Algunos adolescentes tienen baja autoestima e intentan cubrir ese déficit con agresividad, especialmente entre iguales. (Menéndez, 2018).

### **3.8 Ciclos de la violencia**

La psicóloga estadounidense dijo que el ciclo consta de 3 fases conforme al aumento de tensión donde se presentan discusiones, gritos y agresiones de baja intensidad, después el incidente agudo de agresión y la luna de miel o también conocida como la etapa de conciliación, la última fase se presenta cuando el agresor se presenta arrepentido de sus acciones por lo que empieza a presentarse amable con la víctima haciendo de manera repetitiva cada una de las fases desde el principio en ocasiones es acompañada con el pensamiento de la víctima de “ tal vez me lo merecía”. (Walker, 2019).

- Fase de Tensión:

En esta fase la persona tiene un aumento de estrés donde causa un derrumbe de comunicación donde los agresores a menudo abusan verbalmente de sus parejas mientras que la víctima se la pasa dudando sobre el estado de ánimo de su abusador, en algunas ocasiones familiares y amigos pueden minimizar la situación y tiene una duración de semanas e incluso meses.

- Fase Aguda o de Crisis:

La tensión ha aumentado por lo tanto finalmente sale a flote la violencia que usualmente dura entre 24 a 72 horas donde pueden ocasionar lesiones de gravedad o la muerte, durante este período la víctima hace lo posible por sobrevivir al abuso por lo que ve una manera de escapar o demandar.

- Fase de Calma o de Luna de Miel:

El abusador se calma la sensación de ira y se muestra arrepentido, vulnerable y suplicante ante nuevas oportunidades las cuales solo tiene límites de vencimiento durante días, semanas o meses (SHELTER, 2022).

## **CAPÍTULO IV:**

### **MALTRATO EN LA RELACIÓN DE PAREJA**

#### **4.1 Factores de riesgo de la violencia**

Los actos de violencia más frecuentes son las faltas de respeto, hacer sentir inferior a tu pareja, empujones, insultos o gritos y el menos frecuente es la amenaza de dar término a su relación, negarse a tener relación sexual o no acatar conversación del todo, estos factores son acompañados por el abuso de alcohol, consumo de tabaco, bajo rendimiento escolar y negarse a la relación sexual que le proponga (Rivera, 2006).

De manera individual: puede afectar de manera sexual, ausencia de afecto o comprensión, abuso de alcohol o drogas, falta de proyecto de vida, manejo de emociones, problemas sociales, familiares e insatisfacciones personales.

Familiar: Antecedentes de violencia o maltrato de la infancia, nivel de desigualdad, tener Estereotipos de género.

Social: Violencia en los medios de comunicación, historias de violencia, nivel de desigualdad, falta de tiempo libre y justificación de violencia.

Escolar: Es el fracaso escolar, nivel de desigualdad, falta de apoyo y orientación, tolerancia a las conductas violenta. (Keefe, et.al., 1997).

## 4.2 Causas y consecuencias de la violencia

Hay diversas causas por las que se puede presentar violencia en una persona, sin embargo, las principales son el alcoholismo y drogadicciones ya que son un plus a las emociones en cuanto a lo anterior mencionado, es más sencillo atentar.

- Creer que la violencia en las relaciones es aceptable en determinadas circunstancias
  - Tener síntomas depresivos, ansiosos o traumáticos
  - Mostrar conductas agresivas entre los iguales
  - Consumir drogas o sustancias ilegales
  - Tener un amigo/a implicado/a en violencia en el noviazgo
  - Tener conflictos con la pareja
  - Ser testigo o experimentar violencia en el hogar
- (Menéndez, 2018).

Las Consecuencias impactan de manera psicológica y física donde puede llegar a la posibilidad de quitar la vida a la persona por medio de lesiones graves., homicidio, lesiones durante el embarazo, embarazos no deseados, vulnerabilidad a las enfermedades y en el aspecto psicológico son problemas de salud física, baja autoestima, miedo, estrés, ansiedad, conmoción psíquica, aislamiento, trastornos del sueño, trastornos alimentarios, etc. Sin mencionar que se verá afectado en largo plazo (Concepto, 2022).

- Se aleja de sus antiguas amistades. Deja de ver a sus amigos de siempre y empieza a salir con otra gente.
- Conversa poco de sus problemas emocionales.
- Duda de sus propios sentimientos y de su juicio. Cree valer poco o nada. Se siente mal respecto a sí misma, se infravalora.
- Se siente agradecida/o (de forma poco natural) cuando su pareja es respetuosa. Aunque no esté de acuerdo, acepta sus decisiones. Pierde la voluntad.
- Ignora sus propias necesidades a favor de las del otro. Incluso sacrifica su propia independencia por el deseo de recibir amor.
- No sabe si desea finalizar la relación o continuar con ella.
- Baja su rendimiento escolar o laboral. Le cuesta trabajo concentrarse en sus actividades (antes no le sucedía). Se muestra muy distraída.
- Tiene problemas de salud. Se altera su apetito (come más o está inapetente). Su ritmo de sueño se modifica (duerme muy poco o demasiado).
- Tiene miedo de que su pareja se enfade. Está continuamente en contacto con él a través de móvil o redes sociales, lo que le impide concentrarse en lo que esté haciendo en ese momento ya sea tareas escolares, ver una película, hacer alguna tarea doméstica o mantener una conversación.
- No acepta comentarios u opiniones acerca de su pareja o de su “nuevo estilo de vida”. Se muestra irascible con sus maestros, compañeros de clase o amigas y amigos.
- Se muestra irascible con la familia. Reacciona de malas formas por cosas sin importancia. Plantea problemas para ir de vacaciones o pasar fines de semana fuera si él no la acompaña. (EM, s/f).

Los adolescentes se encuentran en su desarrollo de crecimiento donde tiene mucha relación las fuentes sociales con las que convive e influye por eso cuando se tiene una relación de pareja sana mantiene efectos positivos en sus

desarrollos emocionales, pero cuando se da lo contrario, es decir ante una relación insana, violenta o abusiva pueden tener problemas en corto o largo plazo en su desarrollo.

Los adolescentes que practican la violencia en el noviazgo están propensos a:

- Experimentar síntomas de depresión y ansiedad
  - Comenzar a realizar conductas no saludables: consumo de tabaco, drogas y alcohol
  - Realizar conductas antisociales
  - Pensamientos suicidas
- (Menéndez, 2018).

### **4.3 Dependencia y codependencia**

La dependencia vincular se presenta como una necesidad de mantenerse unido a tu pareja por la idea de no poder vivir sin la otra persona, se caracterizan por ser inseguras las cuales han desarrollado un apego excesivo y patológico.

Codependencia emocional se presenta con una adicción a la ayuda a su pareja, sin embargo, no es necesario que alguien dependa de por medio puesto a que se consideran expertos en satisfacer los deseos o las necesidades de los demás, haciendo a un lado las propias, pero proporciona aumento a la dependencia de la otra persona cuando siente la obligación de evitar todo mal que se le presente.

No existe una razón clara por la cual una persona puede desarrollar la codependencia sin embargo se presentan factores de crianza que pueden persuadir la personalidad que se desarrollará:

- Familias disfuncionales:

Se presenta cuando los adultos responsables tienen algún tipo de adicción o prioridad diferente a la de sus hijos como lo es el trabajo, por lo tanto el niño se presenta en un caso de soledad donde tiene la dificultad de comprender la importancia de sus propias necesidades por lo tanto al momento de crecer se identifican con los factores de su niñez al no querer que alguien presente esa necesidad lo que provoca el sacrificio de esfuerzos y tiempo para satisfacer a otros antes que a el mismo.

Señales de una persona codependiente:

- Les resulta complicado reconocer lo que quieren y lo que necesitan
- Priorizan el bienestar de la otra persona haciéndose responsables de los sentimientos de los que lo rodean
- Tienen dificultad para tener límites
- Buscan la aprobación y aceptación de los demás a causa de una baja autoestima
- Puede justificar un mal comportamiento evitando la confrontación. (Luzzolino, 2022).

En las personas con dependencia emocional se presentó la necesidad de buscar afecto a causa de que en la niñez o adolescencia sus padres no

podieron dar un espacio afectivo seguro lo que ocasiona que busque ese afecto faltante en una pareja.

Ya que una persona dependiente se empeña en conseguir satisfacer los deseos de las otras personas para conseguir la aceptación esta se enfoca principalmente en relaciones conflictivas ya que son las que tienen mayor estándar pasional: odio, rechazo, amor combinado con intensidades, debido a la idea de tener que luchar por amor.

Riesgos de personas dependientes:

- Perdona todo maltrato que le ocasionen
- Tiene baja autoestima
- Busca quien lo pueda socorrer
- Se enfoca en el miedo al abandono
- Evita la responsabilidad personal
- Es pasivo. (EU, 2018).

#### **4.4 Características y actitudes para detectar el maltrato psicológico**

El maltrato psicológico es el comportamiento que se realiza de manera continua hacia una persona para acabar con su estabilidad emocional con fines personales por medio de agresiones verbales.

La agresión verbal es llevada de manera directa o sutil haciendo sufrir a la persona por medio de la desvalorización, intimidación, culpa o miedo.

El maltratado puede realizar su objetivo gracias al amor que tiene la persona hacia este debido a la dependencia emocional teniendo de esta forma la capacidad de aprovecharse de la situación, ya que el maltrato puede disimular sus razones es difícil que la víctima se dé cuenta de todas ellas a tal punto de encontrarse confundido de la situación haciendo bajar su autoestima y seguridad. (Glover, 2018).

No sólo la violencia se presenta de forma física también de forma psicológica por lo tanto es importante también considerar e identificar a una persona que quiera manipular.

Características:

- Es posesivo:

Una persona con esta característica tiende a alejar a su pareja de las personas importantes para ella como su familia o amistades con la finalidad de tenerlo el mayor tiempo posible consigo también intenta que su pareja haga las cosas que ella quiere por ejemplo al elegir su forma de vestir.

- Celos tóxicos:

Cabe aclarar que es normal tener este tipo de conducta con tu pareja, pero tratándose de un maltratador esas actitudes llegan a ser exageradas, irracionales e incontrolables.

- Es agresivo verbalmente con otra persona:

Habla mal de ellas, insulta o hiere en varias ocasiones llega hacer lo mismo con su pareja.

- No está contento consigo mismo:

Son el tipo de personas que se quejan demasiado, no están conformes con lo que les sucede, ni con lo que son, aunque a veces quieren demostrar lo contrario.

- Son inseguros:

Se necesitan aprovechar de otras personas para sentirse bien consigo mismos, pero en el interior tienen sentimiento de inferioridad.

- Descalificar a la pareja:

Hacen lo posible para hacer sentir inferior a su pareja por la necesidad de superioridad tienden a usar frases como: “tú tienes esto gracias a mí”, “mi familia es mejor que la tuya”, “tú no puedes ser capaz de hacer esto”, “mi trabajo siempre será más importante que el tuyo”.

- No toma en cuenta al otro:

Quieren que se haga lo que ellas quieren a tal punto de no tomar opinión de su pareja también pasan por alto los sentimientos y pensamientos que la otra persona tiene.

- Amenazas:

El maltratador/a tiende a amenazar a su pareja en caso que no realice alguna conducta o acción que se le pidió por lo que puede provocar miedo y frustración.

- Insultos:

Los insultos se suelen dar con mucha frecuencia de parte del maltratador, el cual tiende también a menospreciar a la pareja continuamente y a gritarle como manera de agredirla.

- Chantaje emocional:

Se utiliza por parte del maltratador para hacer sentir mal a su pareja para que realice cosas que no quiere con la finalidad de que cambie de opinión, con el paso del tiempo puede perder su esencia ya que se encuentran más sometidos a las peticiones de su pareja.

- Resta importancia a tus logros personales:

Resta la importancia de tus logros por ejemplo si has conseguido un mejor empleo el maltratado lo presenta como algo mínimo o negativo diciendo “no sé qué hiciste para conseguirlo” “seguro te acostaste con el jefe para que te de ese puesto”.

- Te hace dudar de tus decisiones para controlarte:

El maltratador tiende a hacer dudar a su pareja acerca de lo que desea.

- Lo más importante es el(ella):

Es frecuente que el maltratador siempre se considere como primordial el mismo, sin tener en considerar a su pareja, aunque se ponga en sus zapatos siempre quedará en último lugar.

- Presión sexual:

El maltratador sabe que el otro no quiere tener relaciones, sin embargo, busca la manera de lograrlo aún sin su consentimiento, ya sea por medio del chantaje emocional o de hacer que la otra persona sienta miedo sino sede a sus deseos.

(Glover, 2018).

- Pueden ser encantadores al principio:

Un maltratador no se muestra como el mismo como tal si no nadie tendría cerca, se presenta como una persona amable, establece contactos estrechos con las personas e íntimo especialmente con una sola persona para crear un lazo de dependencia emocional.

- Bajo control de los impulsos:

El maltrato es un signo de mala gestión emocional por eso cuando alguien es impulsivo tiene más tendencia a ejercer la violencia, tanto verbal como física.

- Abuso de sustancias:

Las drogodependencias son un factor desencadenante y de mantenimiento del maltrato psicológico. El mero hecho de tomar drogas predispone a las personas a ser más agresivas a realizar conductas de maltrato, el hecho de seguir consumiendo solamente empeora la situación (Gallardo, 2018).

#### 4.4.1 Consecuencias del maltrato psicológico

Consecuencias más comunes del maltrato:

- Pérdida de la autoestima:

Es el tipo de pérdida que se manifiesta ante cualquier tipo de maltrato sin embargo con el paso del tiempo se vuelve más baja de modo que al llegar al grado de no amarse, valorarse y respetarse a sí mismos tienen la creencia que cualquiera tienen derecho a tratarlos de una manera injusta.

- Aislamiento y soledad:

El hecho de que una persona haga acciones que no es por su propia voluntad más bien es por amenazas y chantajes que le hacen a la víctima por lo que pierde el contacto con sus familiares y amistades. En la persona maltratada aparece un sentimiento de soledad intensa lo que provoca que se siga aferrando a su maltratador y se genere un círculo vicioso bastante negativo.

- Depresión:

Las víctimas del maltrato terminan teniendo depresión debido al estrés y ansiedad que cargan, pero también es a causa de que su autoestima ha decaído hasta lo más profundo al grado de no poder hacer nada por su situación, dejando de tomarle un sentido a su vida, sufriendo más que disfrutar de las cosas e incluso de lo que les gustaba.

- Estrés y ansiedad:

Debido a la tensión de ser maltratadas constantemente se presenta un sufrimiento haciendo de la persona un desgaste psicológico por no tomar decisiones por sí mismo y sentir que no tienen ningún valor a esto se le suma el sentimiento inseguridad o lo indefensos que se puedan sentir en ese momento.

- Sentimientos de culpabilidad:

A causa de tantos chantajes que el maltratado le da a la víctima esta empieza a pensar que tiene coherencia y razón por lo que llega a sentirse culpable cuando no realiza una actividad que su pareja ha reclamado e incluso al punto de creer bueno ser maltratada porque no hace las cosas bien, por ejemplo, entre otras cosas que ella percibe como normales sin darse cuenta de que está en un error. (Glover, 2018).

- Fobia social:

Es normal tener miedo a las interacciones puesto a que resultaban con un final desagradable o con el proceso dando así un incontrolable terror al hablar e interactuar con otras personas.

- Traumas:

Ante una víctima de maltrato psicológico pues llegar a experimentar traumas y recuerdos intrusivos relacionados con la experiencia de violencia que ha vivido. (Gallardo, 2018).

## 4.5 Como actuar ante el chantaje emocional

Si la persona chantajista no es de un círculo cercano lo mínimo que podemos hacer es alejarse de esa persona lo más posible dentro de nuestras posibilidades ya que no será sencillo con un compañero de trabajo que toque trabajar a menudo o con un compañero de la escuela, pero en la mayoría de ocasiones es con personas más cercanas por lo que es necesario saber qué hacer ante una persona así:

- Haz lo que tú crees que es lo adecuado:  
Si coincide con lo que el chantajista te propone deja claro a él y a ti que lo haces porque tú lo consideras la mejor opción.
- Si la conversación se convierte en presión y chantajes:  
Debes marcar unos límites y dejar la conversación hasta que se pueda hablar como dos personas adultas y asertivas.
- Si la relación con esa persona empieza a ser demasiado absorbente no dudes en establecer normas y límites.
- El cariño y el amor se demuestra aceptando y respetando a la otra persona y no cediendo a hacer cosas que uno no desea (Alfaro, 2017).

## **CAPÍTULO V:**

### **PRACTICAS PREVENTIVAS DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO ADOLESCENTE**

#### **5.1 La importancia de la autoestima para la elección de pareja**

La autoestima representa la forma y valor que se da a uno mismo la cual mantiene una unión estrecha con el crecimiento personal que se posee lo que representa la manera en la que escoger una pareja, influye principalmente en la manera en cómo se relacionarán mediante la confianza, valoración, compromisos o seguridad mediante el conocimiento de su propia persona y constancia.

Cuando uno no se quiere así mismo puede llegar a vincularse con una persona que ocasione un desánimo emocional y personal, por ejemplo: El temor a equivocarse lo que dejaría en consecuencia dejar que la pareja tome las decisiones importantes que conlleven a ambos, ocasionando una dependencia emocional concluyendo a tener una relación tóxica por lo tanto es importante la autoestima si se quiere tener una relación favorable y una vida con más plenitud.

Manera de fortalecer una relación de pareja mediante la autoestima:

- Establece límites: decir sí o no cuando se consideren los aspectos a bien propio
- Ten respeto mutuo
- Habla de forma honesta y aprende a escuchar

- Aprende a perdonar
- Cuídate a tu mismo (ICR, 2019).

## **5.2 Señales de abuso de poder y violencia**

Las señales en jóvenes o adolescentes son:

- Baja autoestima e inseguridad personal
- Problemas para concentrarse en la escuela
- Dificultades para realizar tareas y actividades
- Depresión, así como cambios repentinos en el estado de ánimo (enojo - tristeza)
- Aislamiento social
- Cambios en la forma de vestir, actuar y hablar. (Nova, s/f)
- Manifiesta cambios severos de humor
- Da órdenes sobre lo que se debe hacer
- Golpea, empuja o patear
- Utiliza un arma o amenaza con usarla
- Lo hace sentir solo
- Utiliza el lenguaje para ponerlo en una situación de inferioridad
- Tiene mal carácter o se enoja fácilmente. (Parkland, 2022).

En caso de una relación de pareja matrimonial los casos pueden identificarse cuando:

- Amenaza con hacerte daño a ti o a tu familia
- Desprecia lo que sientes a menudo

- Ridiculiza a las mujeres o hombres
- No deja que tengas un trabajo y que ganes dinero para evitar que tengas independencia económica
- Llega a humilla o insulta tanto en privado como delante de más personas
- Te ha agredido físicamente
- Te aísla de tu familia o de tus amigos
- Te ha forzado a mantener relaciones sexuales en contra de tu voluntad
- Mantiene el control sobre tu dinero
- Toma decisiones que te afectan
- Si le dices que quieres la separación o el divorcio o romper la relación amenaza con quedarse con tus hijos e hijas. (educó, 2019).

Una representativa clara de abuso de poder son las relaciones tóxicas donde una persona que tiene un noviazgo con esta característica se puede identificar de la siguiente manera:

- Su felicidad ha disminuido desde que único su relación
- No toma sus propias decisiones
- Siente que está siendo manipulado
- Hay algo que impide que termine con su relación, puede deberse al miedo a sentirse solo o la necesidad de tener a esa persona.

Tipos de relaciones tóxicas:

- Relación de codependencia: ambos dependen uno del otro, sienten insatisfacción, necesitan la aprobación del otro y llegan a causar malestar e infidelidades
- Relaciones ancladas al pasado: se inicia un noviazgo nuevo sin haber superado el anterior
- Relación de llenado: Buscan llenar un vacío

- Comunicarse de forma pasiva-agresiva: Se basa a malentendidos, conflictos constantes e indirectas
- Ideas irracionales o tener una relación idealizada
- Tener mentiras
- Miedo.

Razones por las cuales se puede llegar a tener ese tipo de relación:

- Autoestima baja
- Considerar importante lo que piensan otros
- Tener experiencias negativas que hagan creer que merecemos el trato que nos dan
- Tener una necesidad de recibir cariño
- Miedo a la soledad.

Termina con una relación tóxica parece complicado sin embargo existen métodos para comenzar una nueva etapa que favorezca tranquilidad y serenidad.

Pará terminar con una relación tóxica es importante dejar los miedos y la vergüenza a un lado, comienza hablando con un amigo o familiar de confianza del cómo te sientes, lo que le sucede ya que ayudará a tener otro punto de opinión y tendrán una perspectiva para identificar tu situación, en el caso de no ser suficiente es necesario acudir con un psicólogo para también aprender a conocerse mejor y sobresalir de la situación. (RP, 2020).

### 5.3 Prevención de violencia en el noviazgo

La confianza y el respeto es la clave para aceptar sus diferencias, escucharse mutuamente y trabajar para resolver sus conflictos de forma racional sin implicar la violencia, pero se necesitan de experiencias y habilidades que en un adolescente todavía no han sido fomentadas por lo que llega a ser complicado, pero no imposible un cambio para tener relaciones sanas.

- Todos los adolescentes deberían ser educados sobre qué son las relaciones saludables: El objetivo es que los jóvenes puedan identificar cuando sus relaciones amorosas no son buenas y como identificar si una relación va en sentido contrario con la esperanza de tener técnicas de que hacer y cómo.
- Realizar intervenciones en personas que se puedan encuentra en un ambiente o que parece que están en riesgo de desarrollar este tipo de relaciones.
- Como se sabe, casi siempre hay influencia de daño físico ante la violencia de pareja por lo tanto unas de las intervenciones deberían ser centradas en habilidades de comunicación y la solución de conflictos. De manera personal trabajar en modo sentimental.
- Acercarse a campañas antiviolencia las cuales deben centrarse en cómo la intimidación por parte de uno de los miembros de la pareja puede resultar en violencia y darles herramientas para afrontar el conflicto de forma efectiva y

evitar conductas violentas. Aquellas campañas que solo se centran en condenar a los perpetradores de la violencia son menos efectivas.

- Ofrecer ayuda si se tiene la sospecha de que alguien está pasando por ello o que ya se sepa siempre con la finalidad de dar un apoyo a la persona para que sea consciente que no está solo. (Méndez, 2018).

Conoce bien a tu pareja: En ocasiones en la etapa del noviazgo las personas se dejan guiar por los sentimientos que tienen en ese momento a tal grado que llegan a tener un matrimonio en poco tiempo por lo cual el proceso de conocer a la persona se va fomentando a través del tiempo que va durando su matrimonio y después resultan tener oscuros secretos que pueden afectar a su pareja de forma negativa.

- Comunicación de pareja respecto a lo que no les gusta y lo que les molesta.
- Aprende técnicas de relajación.
- Dense espacios y tiempos para hacer actividades individuales.
- Siempre mantente firme con tus decisiones.
- Trabajar con las emociones.
- Cuando algo te moleste no desates tu enojo contra la otra persona, respira profundo y piensa antes de actuar.
- Promover la comunicación clara y efectiva entre pareja, así mismo, establecer buenas relaciones con familiares y amigos.

- Resolución no violenta de conflictos en el hogar y en la relación de pareja.
- Propiciar un ambiente de confianza (entre padres e hijos)
- Promover los valores de igualdad, tolerancia, amor y respeto mutuo en una relación.
- Controlar emociones y sentimientos de ira y enojo que generan agresividad a través de la práctica de un deporte o actividad física.
- Asistir a un proceso terapéutico. (Altamirano, 2021).

Se debe considerar mostrar desde pequeños el respeto y la importancia de esta:

- Enseñar la importancia del respeto y la igualdad es fundamental para que los niños y niñas puedan convivir y aprendan a evitar la violencia
- Exige a los niños y niñas las mismas responsabilidades y que tengan, también, las mismas oportunidades.
- En el caso en que existan conflictos, es fundamental fomentar el diálogo entre niños y niñas para que comprendan que no se debe utilizar la violencia.
- Las nuevas generaciones están formadas por nativos digitales por lo que es importante enseñarles un uso responsable de las tecnologías.

- En el caso en que detectes una actitud discriminatoria o algún comentario machista es necesario que actúes para evitarlo y que no se repita. (educó, 2019).

#### **5.4 Señales de una relación sana**

Para saber si está en una relación sana debe considerar si su pareja respeta su espacio y privacidad. Se siente seguro, cómodo al expresar sus opiniones e inquietudes a su pareja al igual que la otra persona respeta sus deseos y sentimientos para negociar a una alternativa en la que, ambos estén de acuerdo siendo una mejor versión de sí mismos.

Una relación sana ofrece comodidad, felicidad y contribuye positivamente a su salud y bienestar conductual.

Características de una relación sana:

- Límites:

Usted y su pareja son capaces de encontrar formas de satisfacer las necesidades del otro de manera que los hace sentir cómodos.

- Comunicación:

Su pareja y usted pueden compartir sus sentimientos, incluso cuando no están de acuerdo, de una manera que hace sentir a la otra persona, segura,

escuchada y no juzgada. Su pareja le escucha y demuestra que le está escuchando.

- **Confianza:**

Confían el uno en el otro y pueden ser vulnerables el uno con el otro.

- **Consentimiento:**

Una relación sana envuelve relaciones sexuales consensuadas. Su pareja no le está obligando ni culpando a que haga nada que no quiera hacer. El consentimiento puede otorgarse y retirarse en cualquier momento. Dar el consentimiento una vez no significa que dé su consentimiento automáticamente en el futuro.

- **Curiosidad:**

Ambos tienen una mentalidad flexible y ambos están interesados en aprender más el uno del otro.

- **Alegría:**

Una relación sana es alegre para ayudar a aliviar la tensión.

- Trabajo en equipo:

Tanto usted como su pareja trabajan juntos para apoyarse y ayudarse mutuamente.

- Respeto:

Su pareja respeta sus elecciones y decisiones y le apoya en todo lo que usted quiere hacer (ACCESS, 2021).

- Tu pareja es tu mejor amigo también:

La amistad en la relación genera confianza, ser uno mismo con la otra persona sin tener estereotipos erróneos de con quien estas conviviendo.

- No tienes miedo de que él o ella te haga daño:

Estas seguro de que esa persona va a respetarte.

- Tienen claros sus objetivos:

Gracias a la comunicación que tengan podrán ser sinceros y dejar en claro las cosas que quieren alcanzar en su vida ya sea de forma individual o con su pareja.

- No esperan a que la otra persona cambie algún día:

Aprendes a aceptar a tu pareja tal como es teniendo en cuenta tu salud y el tipo de convivencia que tengas.

- Tienen peleas normales:

Los desacuerdos son normales en una pareja por lo que si ha tenido alguna en determinado tiempo entonces puede haber algo malo pero las parejas que pelean y están en una relación sana normalmente tratan de resolver su problema de manera productiva o justa de tal modo que evitan insultos y humillaciones a su pareja.

- Tienen amigos en común:

Tiene la oportunidad de estar con otra persona sin alejarse en si de la misma, se debe tener en cuenta que también pueden tener sus propios amigos, pero la finalidad de esto es pasar un rato agradable.

- Comparten expectativas realistas sobre la relación:

No llegan a fantasear con lo que deberían hacer o lo que desean.

- Cada uno aporta su parte de la relación:

Aportan de sus fortalezas y habilidades. (Calderón, 2016).

## PROPUESTA:

Para el caso de querer dar realización a esta investigación propongo que se realicen los siguientes instrumentos

Tabla 1.

Descripción:

Cuestionario que se conforma por 12 preguntas con opciones de respuesta de si, a veces, rara vez y no abarcando la redacción de puntaje tomado del sitio de la Dirección General de Extensión Universitaria de la Universidad Autónoma de Chiapas.

### Cuestionario violencia en el noviazgo

¿Alguna vez has sido víctima de violencia en tu noviazgo?,

Principio del formulario te invitamos a que contestes este cuestionario para detectar algunas situaciones de riesgo.

CUESTIONARIO DE DETECCIÓN DE VIOLENCIA				
1. ¿Sientes que tu pareja constantemente te está controlando "por amor?"				
Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
2. ¿Te acusa de infidelidad o de que actúas en forma sospechosa?				

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

3. ¿Has perdido contacto con amigos, familiares, compañeras/os de tu escuela o trabajo para evitar que tu pareja se moleste?

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

4. ¿Te crítica y humilla en público o en privado, opina negativamente sobre tu apariencia, tu forma de ser o el modo en que te vistes?

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

5. ¿Tu pareja tiene cambios bruscos de humor o se comporta distinto contigo en público, como si fuera otra persona?

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

6. ¿Sientes que está en permanente tensión y que, hagas lo que hagas, él se irrita o te culpabiliza de sus cambios?

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

7. ¿Te ha golpeado con sus manos, te ha jaloneado o te ha lanzado cosas cuando se enoja o cuando discuten?

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

8. ¿Te ha amenazado alguna vez con un objeto o armas, o con matarse él, a ti o a algún miembro de la familia si no le obedeces?

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

9. ¿Sientes que cedes a sus peticiones sexuales por temor, o te ha forzado a tener relaciones, amenazándote que, si no tiene relaciones contigo, entonces se va con otra?

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

10. Después de un episodio violento, ¿se muestra cariñoso y atento, te regala cosas y te promete que nunca más volverá a pegarte o insultarte y te dice que "todo cambiará"?

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

11. ¿Has buscado o has recibido ayuda por lesiones que él te ha

causado? (primeros auxilios, atención médica o legal)

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

12. ¿Es violento con otras personas o se pelea a golpes con otros hombres?

Definitivamente si	Probablemente si	Indeciso	Probablemente no	Definitivamente no
-----------------------	---------------------	----------	---------------------	-----------------------

Calcula tu puntaje: Por cada respuesta TOTALMENTE DE ACUERDO, anota 5 puntos, por cada respuesta PROBABLEMENTE SI, anota 4 puntos, por cada respuesta INDECISO anota 3 punto, por cada respuesta PROBABLEMENTE NO anota 2 puntos y por cada respuesta DEFINITIVAMENTE NO anota 1 punto. Cada respuesta, tiene 0 puntos.

La suma total es el índice de violencia en tu noviazgo:

- 26 a 35 puntos. ¡CUIDADO! Pide asesoría y apoyo, tu seguridad puede estar en riesgo.
- 16 a 25 puntos. ESTÁ VIVIENDO VIOLENCIA Tu relación tiene señales de abuso de poder.
- 6 a 15 puntos. PLATICA CON TU PAREJA, revisa las reglas de tu relación.
- 0 a 5 puntos. RELACIÓN NO ABUSIVA, tal vez existan algunos problemas que de manera común presentan entre las parejas, pero se

resuelven sin violencia.

Ramírez, G. (2014) *Cuestionario violencia en el noviazgo*

<https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/violencia/cuestionario-violencia-en-el-noviazgo.html>

Descripción:

Es un cuestionario tipo likert que se divide en dos partes de formulación evaluativa, en la primera con las opciones de respuesta de: Nada/nunca, Algunas veces, Muchas veces, Casi siempre, Siempre en donde su enfoque se presenta en la identificación de violencia, la cual es conformada por 28 afirmaciones según el grado en que se identifique la persona.

## Escala de evaluación del tipo y fase de la violencia de género



A continuación se presentan una serie de creencias sobre la violencia de género. Indique, marcando con una cruz, su grado de acuerdo en relación con las frases que le mostramos. Tenga en cuenta la siguiente escala de importancia:

0	1	2	3	4
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo

Por favor, responda a todos los ítems marcando el número que considere que mejor refleja lo que usted cree.

		Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
29	Yo creo que la mujer tiene que obedecer	0	1	2	3	4
30	Yo creo que las mujeres somos iguales que los hombres	0	1	2	3	4
31	Yo creo que las mujeres no llaman a la policía porque protegen a sus maridos	0	1	2	3	4
32	Yo creo que lo que ocurre en la familia es privado	0	1	2	3	4
33	Yo creo que las bofetadas son a veces necesarias	0	1	2	3	4
34	Yo creo que la mayoría de los maltratadores son personas fracasadas	0	1	2	3	4
35	Yo creo que cuando te casas es para lo bueno y para lo malo	0	1	2	3	4
36	Yo creo que soy capaz de realizar un proyecto de vida futuro y en solitario	0	1	2	3	4
37	Yo creo que un/a hijo/a sin padre se desarrolla completamente	0	1	2	3	4
38	Yo creo que hay que aguantar el maltrato por los hijo/as	0	1	2	3	4
39	Yo creo que mi marido no puede vivir sin mí	0	1	2	3	4
40	Yo creo que no lo abandono porque lo quiero	0	1	2	3	4
41	Yo creo que no lo abandono porque me da pena aunque me pegue	0	1	2	3	4
42	Yo creo que la esposa tiene que aguantar lo que sea por el matrimonio	0	1	2	3	4

Por favor, indique, de forma voluntaria, sus características de:

Edad: \_\_\_\_\_ Número de hijos: \_\_\_\_\_ Lugar de nacimiento: \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_ Lugar de residencia: \_\_\_\_\_

Nivel socioeconómico:

bajo	medio bajo	medio	medio alto	alto
------	------------	-------	------------	------

Nivel cultural:

no sabe leer ni escribir	lee y escribe	estudios primarios	estudios secundarios	formación profesional	estudios universitarios
--------------------------	---------------	--------------------	----------------------	-----------------------	-------------------------

Situación laboral: \_\_\_\_\_

Tipo de maltrato:

Psicológico	Físico
-------------	--------

Aproximadamente, cuánto tiempo lleva padeciendo malos tratos \_\_\_\_\_

Cuántas veces ha denunciado los malos tratos \_\_\_\_\_

Tiene apoyo social:

Nada/Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
------------	---------------	--------------	---------

Tiene apoyo familiar:

Nada/Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
------------	---------------	--------------	---------



## Procesamiento estadístico

Se trabajará en un programa de procesador estadístico pspss para sacar las gráficas y los análisis de datos.

Jara, R. Romero, F. (s/f) *Escala de elución del tipo y fase de la violencia de genero (EETFVG)*[http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77672/forum\\_2009\\_18.pdf?sequence=1#:~:text=El%20AFE%20nos%20informar%C3%A1%20si,covariancia%20explicada%20por%20el%20modelo](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77672/forum_2009_18.pdf?sequence=1#:~:text=El%20AFE%20nos%20informar%C3%A1%20si,covariancia%20explicada%20por%20el%20modelo)

## **CONCLUSION:**

Es importante que desde niños tengan influencia a la información de cuidado personal tanto físico como mental, de modo que las personas tengan noción de que hacer en dadas situaciones y cómo hacerlo.

El adolescente debe tener información de cómo actuar ante un abuso de poder tanto cercana como lejano.

De parte de los padres tener una buena influencia porque resulta que tiene mucho que ver el cómo se va tratando a sus hijos, su comportamiento y su forma de expresar sus emociones, es decir, si un padre expresa su enojo por medio de golpes hacia su mujer y su hijo está presente, lo determinara como algo normal por lo que sus relaciones futuras serán iguales o tengan rasgos, por lo cual el padre o la madre deberían entrar a terapia para tratar y controlar los efectos de la ira.

Con dada información que se dio anteriormente, se tiene la idea de las cosas que pueden dar señales de una persona tóxica para prevenir a ese tipo de personas y el tener la guía de lo que deberían de hacer.

## FUENTES DE CONSULTADAS

Achn.net (2021) *Señales que indican una relación sana*

<https://www.achn.net/es/acerca-de-access/que-hay-de-nuevo/recursos-para-la-salud/relacion-sana/>

Alemann, C. Lauro, G. y Taylor, A. (2017) *Lo que ocurre en las relaciones de la adolescencia no queda ahí*

<https://blogs.iadb.org/igualdad/es/lo-que-ocurre-en-las-relaciones-de-pareja-en-la-adolescencia-no-queda-ahi/>

Alfaro, M. (2017) *Como actuar ante el chantaje emocional*

<https://www.psicologia-online.com/como-actuar-ante-el-chantaje-emocional-333.html>

Altamirano, J. (2021) *Violencia en el noviazgo*

<https://prezi.com/p/bialdqhzuz5a/violencia-en-el-noviazgo/>

Álvarez, R. López, B. (2020) *Violencia en el noviazgo y sus consecuencias*

*en la vida académica de hombres y mujeres universitarios*<https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rc>

[t=j&url=https://www.medigraphic.com/pdfs/vertientes/vre-2020/vre201-](https://www.medigraphic.com/pdfs/vertientes/vre-2020/vre201-)

[2e.pdf&ved=2ahUKEwi45dDbIc71AhXZSTABHVNOC8Q4FBAWegQIAxAB&usg=AOvVaw0suup447GIoLsM23oU3TND](https://www.medigraphic.com/pdfs/vertientes/vre-2020/vre201-2e.pdf&ved=2ahUKEwi45dDbIc71AhXZSTABHVNOC8Q4FBAWegQIAxAB&usg=AOvVaw0suup447GIoLsM23oU3TND)

American Academy of Pediatrics (2022) *Señales de violencia en el noviazgo entre adolescentes*

<https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/dating-sex/Paginas/Dating-Violence-Tips-for-Parents.aspx>

Arellano, S. (2022) *Los datos del INEGI sobre el día del amor y la amistad*

<https://www.mexicosocial.org/dia-del-amor/>

Betancourt, O. López G. González, C. (s/f) *Violencia en el noviazgo*

[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.anahuac.mx/mexico/files/investigacion/2011/nov-dic/54.pdf&ved=2ahUKEwi9roPWIM71AhXpkmoFHTt6Ci8QFnoECA0QAQ&usg=AOvVaw1Lf2wYLWfg67iYR\\_jRYVX2](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.anahuac.mx/mexico/files/investigacion/2011/nov-dic/54.pdf&ved=2ahUKEwi9roPWIM71AhXpkmoFHTt6Ci8QFnoECA0QAQ&usg=AOvVaw1Lf2wYLWfg67iYR_jRYVX2)

Cabrero, A. (2016) *La violencia en las relaciones de pareja adolescente*

<https://psicologiymente.com/forense/violencia-relaciones-pareja-adolescente>

Cajal, A. (2020) *8 tipos de violencia en el noviazgo y sus características*

<https://www.lifeder.com/tipos-violencia-noviazgo/>

Campus santa fe (2020) *Reconoce si en tu relación existe algún tipo de violencia y si la detectas, te explicamos qué hacer*

<https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://tec.mx/es/noticias/santa-fe/salud/que-es-la-violencia-en-el-noviazgo-expertas-tec-te-lo-explican&ved=2ahUKEwi45dDbIc71AhXZSTABHVNOC8Q4FBAWegQIGRAB&usg=AOvVaw3hzqCeQm6qlxsCvSxudhaA>

Calle, G. (2020) *La importancia del amor propio en la elección de pareja*

<https://lamenteesmaravillosa.com/amor-propio-eleccion-de-pareja/>

Consejo Nacional de Población (2019) *Información sociodemográfica de las relaciones de pareja en México*

<https://www.gob.mx/conapo/articulos/informacion-sociodemografica-de-las-relaciones-de-pareja-en-mexico>

Datamexico (2020) *Ocuilan*

[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://datamexico.org/es/profile/geo/ocuilan&ved=2ahUKEwi57a7pvPH1AhWGJ0QIHb\\_gA3AQFnoECAQQBQ&usg=AOvVaw1QcJ1X9ZGrsL3RxYkS1\\_ja](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://datamexico.org/es/profile/geo/ocuilan&ved=2ahUKEwi57a7pvPH1AhWGJ0QIHb_gA3AQFnoECAQQBQ&usg=AOvVaw1QcJ1X9ZGrsL3RxYkS1_ja)

Decara, M. (2013) *Violencia en el noviazgo adolescente*

<https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://defensorcordoba.org.ar/archivos/publicaciones/IViolenciaNAdol2013.pdf&ved=2ahUKEwiesprgls71AhUvQzABHbyKAOA4MhAWegQIGRAB&usg=AOvVaw1P2KArIKKN-v6w4Aul6-L->

Dirección General de Extensión Universitaria de la Universidad Autónoma de Chiapas (2014) *Cuestionario violencia en el noviazgo*

<https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/violencia/cuestionario-violencia-en-el-noviazgo.html>

Dóniz, L. (2016) *Proyecto de investigación sobre la Violencia psicológica en el noviazgo adolescente*

<https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3780/Proyecto%2520de%2520investigacion%2520sobre%2520la%2520violencia%2520psicologica%2520en%2520el%2520noviazgo%2520adolescente.pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwiB2OqWls71AhX7SjABHfs3Cw44KBAWegQIGBAB&usg=AOvVaw1EE9rdlHNanT7JOa3f2hVp>

Educo, (2019) Cómo identificar la violencia de género y cómo reaccionar <https://www.educo.org/blog/como-identificar-la-violencia-de-genero>

El universo, (2018). *Dependencia y codependencia emocional, vínculos tóxicos*  
<https://www.eluniverso.com/larevista/2018/10/04/nota/7028117/vinculos-toxicos/>

Figuerola, R. (2018) *Conozca la diferencia entre agresividad y violencia* <https://www.laprensa-latina.com/conozca-la-diferencia-entre-agresividad-y-violencia/>

García, V. Rosa, A. Castillo, V. (2011) *Violencia: análisis de su conceptualización en jóvenes estudiantes de bachillerato* <https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20140410101837/art.JorgeGarciaV..pdf&ved=2ahUKEwiVupX>

[\\_hsD3AhWTmGoFHe2mB5YQFnoECAgQBQ&usq=AOvVaw2aCd  
oP89gjcgNAzGCzZ7lw](https://hsD3AhWTmGoFHe2mB5YQFnoECAgQBQ&usq=AOvVaw2aCd oP89gjcgNAzGCzZ7lw)

Glosario para la Igualdad (s/f) Estereotipos de genero

<https://campusgenero.inmujeres.gob.mx/glosario/terminos/estereotipos-de-genero>

Glover, M. (2018) *Como detectar el maltrato psicológico en la pareja*  
<https://www.psicologia-online.com/como-detectar-el-maltrato-psicologico-en-la-pareja-3675.html>

Gómez, A. (2018) *“La violencia masculina ejercida en el noviazgo contra mujeres estudiantes. El caso de la escuela ‘María Dolores’ en Chilpancingo, Guerrero, de 2010 a 2015”*  
<https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://humanidades.uagro.mx/inicio/images/TESIS%2520-%2520PRESENTADAS/SegundaGeneraci%25C3%25B3n/Tesis%2520-%2520Koral%2520E%2520Gomez%2520Alcaraz.pdf&ved=2ahUK Ewiesprgls71AhUvQzABHbyKAOA4MhAWegQIBRAB&usq=AOvVaw1zs2sr0bUvveHTemwkLXft>

Guasaquillo, S. (2022) *La elección de pareja y el desarrollo emocional*  
<https://psicologosprincesa81.com/blog/la-eleccion-de-pareja-y-el-desarrollo-emocional/>

Ilerna (2019) *El ciclo de la violencia de género, según Lenore Walker*  
<https://www.ilerna.es/blog/tecnico-superior-en-integracion-social/el-ciclo-de-la-violencia-de-genero-segun-lenore-walker/>

INEGI (2010) *Entidad Federativa*  
<https://www.inegi.org.mx/app/buscador/default.html?q=Ocuilan>

Instituto de Género y Promoción de la Igualdad (2018) *Violencia en el noviazgo adolescente*  
<https://www.defensorcordoba.org.ar/noticia/1691/Violencia-en-el-Noviazgo-Adolescente>

Instituto Mexicano de la Juventud (2017) *Violencia en el noviazgo*  
<https://www.gob.mx/imjuve/articulos/violencia-en-el-noviazgo-129663>

Inter.edu (s/f) *El noviazgo en la adolescencia sabe esperar*  
<https://www.iter.edu.mx/alamos/blog/noviazgo-en-adolescencia-sabe-esperar>

Iuzzolino, M. (2022) *Codependencia emocional o adicción a la dependencia*  
<https://psicopedia.org/18586/codependencia-emocional/>

José, G. (s/f) *El origen de la conducta agresiva*  
[http://www.robertexto.com/archivo6/cond\\_agresiva.htm](http://www.robertexto.com/archivo6/cond_agresiva.htm)

Lamentepoderosa (s/f) *Causas de la Violencia en el Noviazgo y su prevención*[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://minimanual.com/causas-de-la-violencia-en-el-noviazgo/&ved=2ahUKEwjFoculls71AhWztDEKHdcmDqA4HhAWeqQIFhAB&usq=AOvVaw3ViRGSkaS8Pgl\\_HKb9X3gc](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://minimanual.com/causas-de-la-violencia-en-el-noviazgo/&ved=2ahUKEwjFoculls71AhWztDEKHdcmDqA4HhAWeqQIFhAB&usq=AOvVaw3ViRGSkaS8Pgl_HKb9X3gc)

Lemos, R. (2018) *¿La relación de los padres afecta la elección de pareja?*  
<https://lamenteesmaravillosa.com/la-relacion-de-los-padres-afecta-la-eleccion-pareja/>

M, Salud. (2022) *En México 7 de cada 10 jóvenes sufre de violencia*  
<https://www.google.com.mx/amp/s/www.salud180.com/jovenes/creciendo/tu-comunidad/en-mexico-7-de-cada-10-jovenes-sufren-de-violencia/amp>

Menéndez M. (2018) *Agresividad en adolescentes: causas y tratamiento*  
<https://www.psicologia-online.com/agresividad-en-adolescentes-causas-y-tratamiento-3798.html>

Menéndez M. (2018) *Como prevenir la violencia en el noviazgo*  
<https://www.psicologia-online.com/como-prevenir-la-violencia-en-el-noviazgo-4040.html>

Morales, D. Rodríguez, V. (2012) *Experiencias de violencia en el noviazgo de mujeres en Puerto Rico*  
<https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=h>

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php%3Fscript%3Dsci\\_arttext%26pid%3DS1946-20262012000100003&ved=2ahUKEwjHzcrlI871AhWvSjABHTyIByE4RhAWegQIFxAB&usg=AOvVaw13prcPslDp0ONwCCVxNTxY](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php%3Fscript%3Dsci_arttext%26pid%3DS1946-20262012000100003&ved=2ahUKEwjHzcrlI871AhWvSjABHTyIByE4RhAWegQIFxAB&usg=AOvVaw13prcPslDp0ONwCCVxNTxY)

Muñoz, R. (2006) *Violencia contra la mujer en las relaciones de noviazgo: causas, naturaleza y convivencia*

<https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.inmujer.gob.es/publicacioneselectronicas/documentacion/Documentos/DE0085.pdf&ved=2ahUKEwi45dDbIc71AhXZSTABHVNOC8Q4FBAWegQIARAB&usg=AOvVaw0cU1n3e2L9IO1SenHxQx2y>

Nova, (s/f) *Prevención de la violencia en el noviazgo*  
[https://www.novaservicios.com.mx/portal/ServicioMedico/Informacion/InformacionMedica/170303\\_PrevencionViolenciaNoviazgo.asp](https://www.novaservicios.com.mx/portal/ServicioMedico/Informacion/InformacionMedica/170303_PrevencionViolenciaNoviazgo.asp)

OMS, (2019) *Violencia en el noviazgo: no es amor, no es amistad*  
<https://www.gob.mx/sipinna/es/articulos/violencia-en-el-noviazgo-no-es-amor-no-es-amistad?idiom=es>

Orta, G. Robledo, M. (2017) *Factores de riesgo asociados a la violencia en el noviazgo: una revisión narrativa*  
[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/680669/orta\\_galindo\\_luciatfg.pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwjFoculls7](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/680669/orta_galindo_luciatfg.pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwjFoculls7)

[1AhWztDEKHdcmDqA4HhAWegQIHRAB&usg=AOvVaw0ahk1yC\\_1DO0PSGJnLCIrf](https://www.google.com.mx/url?q=https://www.redalyc.org/pdf/1339/133924623002.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwjY8_Ov_pO35AhVeKEQIHRzZBbkQFnoECAIQAg&usg=AOvVaw0R8wFw3mu1V8ms4uBiozY6)

Pandilla, G. y Díaz, L. (2012) *Psicología Iberoamericana* [https://www.google.com.mx/url?q=https://www.redalyc.org/pdf/1339/133924623002.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwjY8\\_Ov\\_pO35AhVeKEQIHRzZBbkQFnoECAIQAg&usg=AOvVaw0R8wFw3mu1V8ms4uBiozY6](https://www.google.com.mx/url?q=https://www.redalyc.org/pdf/1339/133924623002.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwjY8_Ov_pO35AhVeKEQIHRzZBbkQFnoECAIQAg&usg=AOvVaw0R8wFw3mu1V8ms4uBiozY6)

Parent, J. (s/f) *No violencia y educación. Si quieres ser no-violento* <http://web.uaemex.mx/plin/colmena/Colmena%2050/Dossier/Parent.html>

Parkland (2022) *Conozca las señales de alerta de violencia en el noviazgo adolescente* <https://www.parklandhealth.org/espanol/conozca-las-senales-de-alerta-de-violencia-en-novi.aspx>

Pérez, P. y Gardey, A. (2012) *Definición de enamoramiento* <https://definicion.de/enamoramiento/>

Pérez, P. y Merino, M. (2021) *Definición de noviazgo* <https://definicion.de/noviazgo/>

Pradas, G. (2018) *El maltratador psicológico: perfil de personalidad* <https://www.psicologia-online.com/el-maltratador-psicologico-perfil-de-personalidad-4000.html>

Rodríguez, M. (s/f) *Mitos sobre el amor romántico en la adolescencia*  
<https://narapsicologia.es/publicaciones/mitos-del-amor-romantico-en-la-adolescencia/>

Rodríguez, O. Treviño, M. (s/f) *Violencia en pareja, amor romántico y trabajo social. Voces desde futuros trabajadores sociales mexicanos*  
[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.trabajosocialhoy.com/documentos\\_ver.asp%3Fid%3D197&ved=2ahUKEwii5SJmM71AhXNRDABHYzHDAQ4UBAWegQIARAB&usq=AOvVaw2LtMXP\\_L88xZ6xIAVEqQ3a](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.trabajosocialhoy.com/documentos_ver.asp%3Fid%3D197&ved=2ahUKEwii5SJmM71AhXNRDABHYzHDAQ4UBAWegQIARAB&usq=AOvVaw2LtMXP_L88xZ6xIAVEqQ3a)

Rodríguez, S. (2012) *El amor en las ciencias sociales: cuatro visiones teóricas*  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-11912012000100007](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-11912012000100007)

Rojas, S. (2013) *Violencia en el noviazgo y sociedad mexicana posmoderna. Algunos apuntes sobre la figura del agresor y las agresiones bidireccionales*  
<https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.aacademica.org/dr.jose.luis.rojas.solis/12.pdf&ved=2ahUKEwiB2OqwlS71AhX7SjABHfs3Cw44KBAWegQIAxAB&usq=AOvVaw1rhlluO5o08UHd2TxqWA->

Rojas, Y. (2015) *Violencia en el noviazgo*  
[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.researchgate.net/publication/334405261\\_Violencia\\_en\\_el\\_n](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.researchgate.net/publication/334405261_Violencia_en_el_n)

[oviazgo&ved=2ahUKEwjFoculls71AhWztDEKHdcmDqA4HhAWeg  
QIGRAB&usg=AOvVaw1ttHo9RNxYREV5D2PnEoV5](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77672/forum_2009_18.pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwjcopuz_4L2AhWZIkQIHaL_Bb4QFnoECCkQAQ&usg=AOvVaw3RilhOJ80nOTV-rQPAExgV)

Romero, J. Romero, F. (s/f) *Escala de evaluación del tipo y fase de la violencia de género*(eetfvg)[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77672/forum\\_2009\\_18.pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwjcopuz\\_4L2AhWZIkQIHaL\\_Bb4QFnoECCkQAQ&usg=AOvVaw3RilhOJ80nOTV-rQPAExgV](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77672/forum_2009_18.pdf%3Fsequence%3D1&ved=2ahUKEwjcopuz_4L2AhWZIkQIHaL_Bb4QFnoECCkQAQ&usg=AOvVaw3RilhOJ80nOTV-rQPAExgV)

Rubio, G. López, G. (2015) *Factores asociados a la violencia en el noviazgo entre adolescentes: una revisión crítica*Adolescent dating violence related factors: A critical review[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S113307401500082&ved=2ahUKEwiB2OqwlS71AhX7SjABHfs3Cw44KBAWegQIARAB&usg=AOvVaw1\\_R4AXKyYZGzI2TsmfFbOz](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S113307401500082&ved=2ahUKEwiB2OqwlS71AhX7SjABHfs3Cw44KBAWegQIARAB&usg=AOvVaw1_R4AXKyYZGzI2TsmfFbOz)

Ruiloba psicología (2020) *Las relaciones tóxicas*  
<https://ruilobapsicologia.com/las-relaciones-toxicas/>

Sabater, V. (2020) *La evolución del amor en la pareja*  
<https://lamenteesmaravillosa.com/la-evolucion-del-amor-en-la-pareja/>

Saldivia, C. Vizcarra, B. (2012) *Terapia psicológica*  
[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.scielo.cl/scielo.php%3Fscript%3Dsci\\_arttext%26pid%3DS0718-48082012000200004&ved=2ahUKEwjmt-WImM71AhUhQzABHeuSAUg4WhAWegQIBRAB&usg=AOvVaw20dkU0fO-CO1DUL\\_GdAvba](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.scielo.cl/scielo.php%3Fscript%3Dsci_arttext%26pid%3DS0718-48082012000200004&ved=2ahUKEwjmt-WImM71AhUhQzABHeuSAUg4WhAWegQIBRAB&usg=AOvVaw20dkU0fO-CO1DUL_GdAvba)

Scielo (2006) *Violencia durante el noviazgo, depresión y conductas de riesgo en estudiantes femeninas*  
[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.scielo.org.mx/scielo.php%3Fscript%3Dsci\\_arttext%26pid%3DS0036-36342006000800009&ved=2ahUKEwi45dDbIc71AhXZSTABHVNOC8Q4FBAWegQIBBAB&usg=AOvVaw3mAxes8W86SSIRIcN3OhHM](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.scielo.org.mx/scielo.php%3Fscript%3Dsci_arttext%26pid%3DS0036-36342006000800009&ved=2ahUKEwi45dDbIc71AhXZSTABHVNOC8Q4FBAWegQIBBAB&usg=AOvVaw3mAxes8W86SSIRIcN3OhHM)

Scielo (2019) *La violencia en el noviazgo (VN): una revisión de meta-análisis*  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021297282019000200015&script=sci\\_arttext&tlng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021297282019000200015&script=sci_arttext&tlng=es)

Significados (2022) *Significado de enamoramiento*  
<https://www.google.com.mx/amp/s/www.significados.com/enamoramiento/amp/>

Significados (2022) *Tipos de violencia*  
<https://www.google.com.mx/amp/s/www.significados.com/tipos-de-violencia/amp/>

Sites (s/f) *Violencia en el noviazgo*

<https://sites.google.com/site/violenciaenelnoviazgo1524034/4---factores-de-riesgo>

Shelter (s/f) *Ciclos de la violencia*

<https://www.shelterforhelpinemergency.org/espanol/ciclo-violencia>

Slideshare (2011) *Causas de la violencia en el*

*noviazgo*  
[https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://es.slideshare.net/mobile/gonzalezaldanaevelin/causas-de-la-violencia-en-el-noviazgo&ved=2ahUKEwi45dDbIc71AhXZSTABHVNOC8Q4FBAWegQIBxAB&usq=AOvVaw10qvJev9NfL\\_Jr906ciz2e](https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://es.slideshare.net/mobile/gonzalezaldanaevelin/causas-de-la-violencia-en-el-noviazgo&ved=2ahUKEwi45dDbIc71AhXZSTABHVNOC8Q4FBAWegQIBxAB&usq=AOvVaw10qvJev9NfL_Jr906ciz2e)

StyleLovely (2018) *La evolución de una relación de*

*pareja*  
<https://stylelovely.com/esmiestilo/2018/10/22/la-evolucion-de-una-relacion-de-pareja/>

Tuteticontigo (s/f) *Primeras relaciones de pareja en la adolescencia y*

*primera juventud*  
<https://tuteticontigo.com/psicologos-malaga/primeras-relaciones-de-pareja/>

Telles, L. (2017) *Noviazgo en la adolescencia*

<https://www.google.com.mx/amp/s/amp.milenio.com/opinion/laura-telles/columna-laura-telles/noviazgo-en-la-adolescencia>

Universia.mx (2015) *¿Cómo son las relaciones de pareja en México?*

<https://www.universia.net/mx/actualidad/orientacion-academica/como-son-relaciones-pareja-mexico-1120679.html>

Vidal, L. (2016) *Las 7 etapas del amor que atraviesan las parejas*

[https://www.google.com.mx/amp/s/www.bioquia.com/amp/entretenimiento/las-7-etapas-del-amor-que-atraviesan-las-parejas\\_29290202.html](https://www.google.com.mx/amp/s/www.bioquia.com/amp/entretenimiento/las-7-etapas-del-amor-que-atraviesan-las-parejas_29290202.html)

Yesmín, B. Hernández, C. y Akl, M. (2016) Estudio y conceptos sobre la violencia durante el noviazgo

<https://www.google.com.mx/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.revistamisionjuridica.com/estudio-y-conceptos-sobre-la-violencia-durante-el-noviazgo/&ved=2ahUKEwi45dDbIc71AhXZSTABHVNOC8Q4FBAWegQIBhAB&usq=AOvVaw3g6B-J4JIY1Ye06z-Tfaid>