



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

VIOLENCIA DE GÉNERO: UN CASO DE DISCRIMINACIÓN

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)

Sheyla Denise Domínguez Sánchez

Directora: Lic. **María del Rosario Guzmán Rodríguez**

Dictaminadores: **Brenda Admin González Muñoz**

Juana Olvera Méndez

VO. BO 08/NOV/2021



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

Violencia de género: un caso de discriminación

Capítulos

1. Género
 - 1.1. Identidad
 - 1.2. Roles de género
 - 1.3. Mandatos

2. Violencia de género
 - 2.1. Qué es la violencia
 - 2.2. Tipos de violencia
 - 2.3. Relaciones de poder

3. Herramientas de análisis
 - 3.1. Cognitivo conductual
 - 3.2. Perspectiva de género
 - 3.3. Interseccionalidad

4. Violencia de género un caso de discriminación
 - 4.1. Evaluación y propuesta de tratamiento
 - 4.2. Seguimiento

5. Conclusiones

6. Bibliografía

Resumen

La presente tesis tiene como objetivo exponer un caso de violencia y discriminación en una estudiante universitaria originaria del estado de Chiapas. La igualdad sustantiva refleja que la perspectiva de género sea transversal en las acciones que se implementan para reducir las brechas género y con ello poder erradicar la gran desigualdad y las formas de violencia contra las mujeres, en ellas se encuentran puntos de entrecruzamiento que la terapia Cognitivo Conductual puede manifestar en mensajes más claros de su actuar y pensar. Se manejó el proceso de primer contacto, evaluación e intervención, en el transcurso del proceso terapéutico se emplearon las herramientas de análisis de interseccionalidad y reestructuración cognitiva. La perspectiva de género y la terapia cognitivo conductual permiten la comprensión y reconocimiento de las habilidades cognitivas que se desarrollan ante un evento traumante y poder eliminar los pensamientos, creencias, estereotipos, roles y mandatos de poder que generalmente se construyen para los hombres, lo cual afectan considerablemente a las mujeres, aceptando que el machismo, la violencia y la misoginia sea de lo más normal para las mujeres. Los resultados de esta tesis arrojaron pensamientos alternativos, concepto de sí misma con una visión de respeto y valor, logrando disipar conductas de nerviosismo y argumentando tener herramientas para futuras problemáticas.

Introducción

En la actualidad el término género ha tenido mayor importancia, sobre todo por la lucha constante de igualdad en las personas, el impacto de la desigualdad y la injusticia social aqueja tanto a mujeres como hombres, sin embargo, prevalece con un alto índice en mujeres a quienes se les ha mirado con inferioridad, con falta de oportunidades, limitación de derechos y privilegios en comparación con el género masculino.

A lo largo de nuestra historia, nos hemos enfrentado bajo un panorama histórico de los avances y modificaciones a la cosmovisión del género; las creencias, ideas, valores y normas de cada cultura han sido puntos de partida para la transformación y construcción del género del hoy. En la opinión de Butler (2007) la teoría del género avanza, su carácter revolucionario se refleja en la diversificación y expansión de las identidades subjetivas que se amplía a las múltiples identidades humanas, a la construcción de la propia imagen sin necesidad de un orden representacional (heterosexual) con ello, no existen dos identidades femenino y masculino, sino múltiples, que varían con la época, la clase social, la raza y la edad (citado de García, 2016).

Para Lamas (2000) el género se conceptualizó como el “conjunto de ideas, representaciones, prácticas y prescripciones sociales que una cultura desarrolla desde la diferencia anatómica entre mujeres y hombres, para simbolizar y construir socialmente lo que es “propio” de los hombres (lo masculino) y “propio” de las mujeres (lo femenino)”. Por otra parte, la identidad también forma parte de esta construcción cultural, constituye una serie de símbolos y valores que la harán compuesta, dinámica y subjetiva. Siempre estará en proceso constructivo, por lo que cada persona creará y se apropiará de su versión identitaria y buscará el reconocimiento de los otros.

Ahora bien, la construcción de la identidad permitirá comprenderse y tener el control de sí mismo, de acuerdo con Giménez (2003) es uno de los pasos para mostrar cómo las identidades se construyen precisamente a partir de la apropiación, por parte de los actores sociales, de determinados repertorios culturales

considerados simultáneamente como diferenciadores y definidores de la propia unidad y especificidad.

En palabras de Butler (2004) “la viabilidad de nuestra individualidad depende fundamentalmente de las normas sociales (...) si parte de lo que se busca el deseo es obtener reconocimiento de ser social, entonces el género en la medida en que está animado por el deseo, buscará también un reconocimiento, como cuerpos siempre somos algo más que nosotros mismos y algo diferente de nosotros mismos”.

Mientras tanto, los estereotipos que crean a su vez roles de género, están cargados de mandatos culturales (tareas, funciones y responsabilidades) las cuales determinan lo que se espera de un hombre y una mujer, se generan a partir de criterios variados como la raza, edad, religión, clase social etc. Son un conjunto de expectativas sociales apropiadas para las personas que poseen un sexo determinado, por ejemplo, se le identifica a la mujer con el color rosa y el hombre con el color azul, sin embargo, no necesariamente tiene que ser así, ya que constantemente nos encontramos en transición cultural, identificamos distintos tipos de roles existentes que pueden llevar a cabo toda persona sin tomar en cuenta el género al que pertenece.

Existen brechas de género que sirven como indicadores para adentrarnos al tema de la violencia, además de ser el producto histórico de actitudes y prácticas discriminatorias de género, los que no cumplen con los roles tradicionales se ven excluidos en aceptación social, “la norma de la feminidad y masculinidad se comunica a través de la serie de expectativas que tienen los otros hacia la persona” (Butler, 2007).

Al juntar los roles de género y los estereotipos surgen los mandatos de género, son aquellos que la sociedad y la cultura dictan para cumplir o encajar en el mundo. En ese sentido, cada persona de acuerdo a su sexo; masculino o femenino, irá aportando y apropiando características de lo que es ser en esa cultura un hombre o mujer, desde que nacemos, las personas de nuestro alrededor nos inculcan comportamientos, actitudes, formas de pensar, formas de vestir de acuerdo

a lo estereotipado, sin tener en consideración emociones, gustos, pensamientos, habilidades y ocupaciones.

Bajo estos mandatos hemos tratado de vivir de una forma igualitaria y feliz, ya que no es un proceso que involucra la igualdad para todos y todas, ¿se podría considerar los mandatos como privilegios o como desventaja al ser mujer u hombre?, es una respuesta difícil de responder, es un proceso que requiere de esfuerzo, reflexión e introspección, pues siempre estaremos influenciados por la cultura, época y contexto que nos rodea, si se logra identificar que todas las personas gozan de los mismos derechos entonces también gozarán de los mismos privilegios.

“La propia mujer reconoce que el universo, en su conjunto, es masculino; han sido los hombres quienes le han dado forma, lo han regido y todavía hoy lo dominan, (...) ya que siendo hombres quienes han hecho y compilado las leyes, han favorecido a su sexo”. Se le ha considerado como un intento de hombre fallido como lo decreta Santo Tomás y aparece siempre en negativo, considerándola como un ser que no es autónomo, no porque no tenga las mismas capacidades que el hombre, sino porque se ha decretado desde la antigüedad, demostrando de que el sexo que logre imponer su superioridad es quien tendrá la dominación del mundo y ese fue el sexo masculino (Beauvoir, 1948/1949).

Al mismo tiempo nos enfrentamos a diferentes tipos de violencia, una de ellas es la violencia de género o violencia contra las mujeres, es aquella ejercida en contra de una persona refiriéndose a su identidad de género. La Organización de las Naciones Unidas (ONU) la define como “los actos dañinos dirigidos contra una persona o un grupo de personas en razón de su género. Tiene su origen en la desigualdad de género, el abuso de poder y la existencia de normas dañinas.”

Partiendo de la anterior definición, la violencia se ha colocado en los primeros lugares de problemas sociales más comunes en la población mexicana, las mujeres sobre todo han sido partícipes de estadísticas alarmantes en violencia de género, teniendo en cuenta las estadísticas del INEGI (2020) en el día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer, compartieron una estadística sobre la

situación de violencia que enfrentan las mujeres mexicanas. Los resultados arrojaron que “las mujeres con mayor propensión a experimentar violencia por cualquier agresor a lo largo de la vida son aquellas que residen en áreas urbanas (69.3%), de edades entre 25 y 34 años (70.1%), con nivel de escolaridad superior (72.6%) o bien no pertenecen a un hogar indígena (66.8 %)”.

La violencia, es un mundo lleno de definiciones y clasificaciones, por lo que no existe una definición exacta, al recolectar algunas de ellas, hacen mención a lo siguiente: “la violencia en sentido estricto, la única violencia medible e incontestable es la violencia física” o “fuerza física empleada para causar daño” (Blair, 2009 citado de Martínez, 2016) con las dos definiciones presentadas nos expone un panorama de lo que implica entender la violencia como una fuerza física, aunque en ella se vean inmersos los demás tipos implícitamente, tal y como lo plantea Melgar y Piñones (s.f), no hay violencia física que no contenga a su vez violencia sexual, psicológica, económica, etc., es una manera en la cual somos entregados a consideración del otro.

Otro punto importante que se tiene que considerar es el concepto de poder, para ejemplificar, en palabras de Butler (2004) recupera el término de Foucault “la política de la verdad” política que pertenece a las relaciones de poder y que se clasifican como las que contarán como verdad y las que no, también ordenaron al mundo de formas regulares y que se pueden llegar a aceptar como un campo específico de conocimiento.

A partir de esto, las relaciones de poder jerarquizan y determinan la validez que como persona tendrá, en este caso involucra la justicia que no solo atañe una cuestión de cómo se trata a las personas o de cómo se constituyen las sociedades. También es parte de las decisiones, y a sus consecuencias: qué es una persona y qué normas sociales debe respetar y expresar para que se le asigne tal cualidad (Ibídem).

En otras palabras, estamos atravesados por las relaciones de poder, nos convertimos en seres sociales víctimas y cómplices. “Somos observados y reprimidos (por lo general inconscientemente). Pero también observamos, vigilamos

y sancionamos” adoptamos ciertas características y las influenciamos a los demás” (Guillén, 2004). De modo que seremos moldeados, modificados y perfeccionados de manera que seamos acorde a lo que la sociedad pida, el género es el campo primario en donde se origina el poder y tiene como característica la existencia de la desigualdad (Ibídem).

En las relaciones de género, el poder se encuentra oculto, tanto para quien domina como para el que es dominado, en las mujeres se ha utilizado un poder específico: de sexo/género, en el cual se encuentran rasgos como el cuerpo, nivel intelectual, económico, entre otros.

Las relaciones de poder, podemos asociarlo con la violencia, ambas se determinan con base en el género, como primer tipo de violencia se tiene en el ámbito privado, también es llamado maltrato en el hogar o violencia de pareja, “es cualquier patrón de comportamiento que se utilice para adquirir o mantener el poder y el control sobre una pareja íntima. Abarca cualquier acto físico, sexual, emocional, económico y psicológico (incluidas las amenazas de tales actos) que influya en otra persona”. En ella se incluye la económica, psicológica, emocional, física y sexual (ONU, s.f).

La violencia de género puede adoptar diversas formas de expresión, una de ellas es la más destacable: la discriminación. Para Melgar y Piñones, (s.f) se refiere a toda distinción, exclusión o restricción que basada en el origen étnico o nacional, sexo, edad, discapacidad, condiciones de salud o cualquier otra que tenga por efecto impedir o anular el reconocimiento de los derechos en igualdad de oportunidades de las personas.

Cabe mencionar que, aunque no se ubique como un tipo de violencia, éste se encontrará inmerso en todas, ya que es la expresión plena de la intolerancia, poniendo siempre en desventaja a la víctima. En cuestión de género, se empieza por el hecho de ser mujer el cual es utilizado como excusa para exclusión de sus derechos, a través del tiempo, la lucha feminista ha tenido aportaciones para los avances de reconocimiento y se ha logrado que los roles de género queden en

descubierto poco a poco y con ello se tenga más en cuenta el poder y fortaleza que tiene la mujer.

Si bien, existen ramas de la psicología que sirven como herramientas de análisis, para facilitar la comprensión de la violencia y sus distintas ramas de entrecruzamiento, la terapia cognitivo conductual es de gran ayuda para la intervención de la violencia de género.

Tuvo su origen a través de la terapia de la conducta con sus máximos representantes: Iván Petróvich Pavlov (1849-1936) y John Broadus Watson (1878-1958), entre otros. La Terapia Cognitivo Conductual es un ámbito de intervención en psicología que se trabaja con respuestas físicas, emocionales, cognitivas y conductuales desadaptadas, de carácter aprendido. Las respuestas, son las que se han practicado a lo largo del tiempo y se han convertido en hábitos del repertorio comportamental de la persona, tiene como característica un tiempo adecuado de llevar a cabo el tratamiento, ya que se cuentan con módulos de educación y comprensión del problema y lógica del tratamiento (Ruiz, Díaz y Villalobos, 2012).

Es utilizada para ayudar a centrarse en el problema del presente, por lo que los resultados son favorables en poco tiempo. Se le considera a la persona capaz de cambiar su estado de realidad, con herramientas y acompañamiento genera una buena modificación de conducta. Para Hernández y Sánchez (2007) la terapia surge a través de los avances del estímulo- respuesta, buscando la importancia de los fenómenos ocurridos en la mente del individuo. En otras palabras, se adentra a la subjetividad de la persona para responder preguntas que aparentemente carecen de respuesta, la información es recolectada y se traduce en términos comprensibles.

En la historia de la terapia cognitiva conductual, hubo personajes importantes para la creación e implementación de la teoría clínica, basándose en las premisas de aprendizaje, cognición, modificación de conducta y procesamiento de información, pioneros en el reconocimiento de lo emocional y conductual, entre los más influyentes de la teoría se encuentra Albert Ellis, inició en 1956 asignándole el nombre de "*Terapia racional*", posteriormente fue reemplazado por "*Terapia racional emotiva conductual*" (TREC) la cual plantea que todos somos seres biológicos y

estamos atravesados por el aprendizaje, aprendemos las enseñanzas de los demás, junto con la herencia biológica y la cultura adquirimos tendencias innatas (Hernández y Sánchez, 2007).

Presenta un esquema para identificar la manera en que estas tendencias ocurren en nuestras vidas, así como la interpretación que le damos. El A-B-C de Ellis, en donde “A” representa un evento activador, puede ser externo o interno (imagen, pensamiento, emoción, etc.). “B” representa el sistema de creencias, incluye todo el sistema cognitivo. “C” representa la consecuencia o reacción que se presenta ante la situación. Con todo lo anterior, Ellis plantea que cuando una persona experimenta emociones disfuncionales es porque sus pensamientos o sistema de creencias son irracionales (Ibídem).

Por otra parte, la terapia cognitiva de Aaron Beck, formuló un modelo de depresión dando como resultado su *terapia cognitiva de depresión*, incluye procedimientos conductuales y postula tres conceptos específicos para explicar la depresión: (1) la tríada cognitiva, (2) los esquemas, y (3) los errores cognitivos (errores en el procesamiento de la información).

La triada cognitiva consiste en la visión negativa que tiene la persona hacia sí mismo, tiende a atribuir experiencias desagradables a un defecto suyo, piensa que carece de los atributos que considera esenciales para lograr la felicidad. El segundo punto son los esquemas, se refiere a la tendencia depresiva de interpretar las vivencias de manera negativa, aun cuando la situación tenga formas de solución. Por último, los errores cognitivos se centran en la visión a futuro que se tenga, cuando la persona depresiva hace proyectos de gran alcance, está anticipando que sus dificultades o sufrimientos continuarán, impidiéndole la realización de los mismos (Beck, Rush, Shaw y Emery, 2010).

En relación con la terapia cognitivo conductual, la perspectiva de género será un punto de abordaje para un análisis interseccional, incluyendo la subjetividad de las personas, logrando así una perspectiva más personalizada. Junto con la trascendencia feminista, la cual se ha ido incorporado poco a poco a la terapia psicológica, involucra aspectos importantes a considerar, como la discriminación

interseccional, en la que se ven involucradas diferentes tipos de discriminación, por ejemplo, en raza, etnia, escolaridad, edad, género, etc. Se trata de que se entienda la interseccionalidad como una forma en que se pueda reconocer y comprender las especificidades de desigualdad y poder en las mujeres, no como una colección de las discriminaciones.

La distinción que se estableció entre los conceptos sexo y género significó un avance importante en la lucha de las mujeres por sus derechos. Permitió entender que la única diferencia biológica entre mujeres y hombres se encuentra en las características físicas y en sus órganos sexuales. Las palabras sexo y género suelen ser utilizadas como sinónimos, pero no lo son. Mientras el sexo tiene que ver con las características biológicas, el concepto de género hace referencia a todas aquellas prácticas, valores, costumbres y tareas que la sociedad, y no la naturaleza, ha asignado de forma distinta a cada uno de los sexos (Pérez y Romo, 2012).

La expansión de género feminista es uno de los hechos más alentadores de la globalización. A pesar de que esta última ha implicado la expansión del sentido patriarcal y neoliberal de la vida, se difunde y fortalece el feminismo de muchas maneras, ha atravesado fronteras y burocracias con el nombre de perspectiva de género (Lagarde, 1996).

Teniendo en cuenta que la mujer de provincia genera estas cuestiones de discriminación y con el fin de cambiar las relaciones de poder que se le otorga al hombre, el análisis interseccional nos brinda la oportunidad de manifestar las capacidades y habilidades que posee la mujer a pesar de los reglamentos del género y lograr un equilibrio de igualdad para evitar la opresión de género. Por lo tanto, el objetivo de la tesis es presentar un estudio de caso de violencia y discriminación en una estudiante universitaria originaria del estado de Chiapas.

Es una herramienta que se centra en las necesidades principalmente del género femenino, se encuentra en los cruces de identidades y experiencias de opresión, busca abordar dichas formas que se consideran tipos de desigualdad tomando en cuenta los contextos históricos, sociales y políticos de cada cultura, para tener como punto de partida el comprender si se goza de privilegios o si se

presenta un tipo de discriminación. Rompiendo los estándares tradicionales y erradicando los comportamientos y creencias se logrará una paridad de género lejos de los estereotipos y prejuicios que generan irregularidad en nuestra sociedad.

1. Género

A través del tiempo, se ha considerado al sexo como sinónimo de género, sin embargo, existe una diferencia considerable para que estos dos términos sigan teniendo una correlación, más no igualdad. El sexo nos es asignado al nacer (hombre o mujer) en cambio el género hace referencia a los atributos diferenciados que se esperan de un hombre o una mujer, en otras palabras, es una construcción sostenida por creencias y prácticas que varían según la época y el tipo de sociedad.

De acuerdo con la UNICEF (2017) define el género como “el conjunto de características sociales, culturales, políticas, psicológicas, jurídicas y económicas que las diferentes sociedades asignan a las personas de forma diferenciada como propias de varones o de mujeres. Son construcciones socioculturales que varían a través de la historia y se refieren a los rasgos psicológicos y culturales y a las especificidades que la sociedad atribuye a lo que considera “masculino” o “femenino” (...).”

La diferenciación de papeles entre el hombre y la mujer se ha hecho visible a lo largo del tiempo, otorgando al hombre el trabajo forzado, lo público y lo gerencial, mientras que a la mujer lo doméstico, aspectos de la vida familiar y responsabilidad de los hijos. A través del tiempo, se ha cuestionado y reflexionado sobre el papel que juega la mujer ante la igualdad de derechos, lo socialmente preestablecido anuncian que estamos apartados de una postura de lucha por la igualdad.

El género posee un uso del concepto no generalizado, es considerado como una herramienta de análisis para investigaciones de diferencias culturales y sociales, además es uno de los debates políticos más trascendentes para la historia feminista (Lamas, 2015).

Simone de Beauvoir es una de las representantes filosóficas más destacadas en la historia del feminismo, en su libro *el segundo sexo* con una frase expresa “uno no nace, sino que se hace mujer” en la cual; enfatiza la participación que tiene lo

social y cultural en el género, las costumbres e ideas que se centran en lo individual y en las funciones deterministas impactando en hombres y mujeres, así como una forma de entender la identidad sexual humana.

Las personas nos construimos a nosotras mismas como masculinas o femeninas. Reclamamos un lugar en el orden de género o respondemos al lugar que nos ha sido asignado por la forma en que actuamos cada día (Connell y Pearse, 2018). El género surge a partir de la necesidad de diferenciar ciertas características entre los sexos, partiendo de las diferencias biológicas.

Butler (2004) alude que la viabilidad de nuestra individualidad depende fundamentalmente de las normas sociales, nuestro sentido de persona está ligado al deseo de reconocimiento y ese deseo nos posiciona fuera de nosotros mismos, en un mundo de normas sociales, las cuales no escogimos totalmente pero nos proveen recursos para cualquier tipo de sentido de elección.

Desde la psicología el género ha tomado distintas posturas, entre las cuales está el estudio de las conductas; a partir de ello seleccionan las que son aceptadas como legítimamente por la sociedad.

La propuesta del género está enfocada con una mirada heterogénea por los diferentes componentes que la conforman, ya que está siendo mediada por instituciones, políticas, económicas y religiosas. Lamas (2015) plantea que las normas del género se van transmitiendo de manera implícita a través del lenguaje y símbolos, en donde el sistema sexo/género es el conjunto de arreglos por los cuales una sociedad biológica se transforma en productos de la actividad humana, haciendo que cada cultura forme su propio sistema, sumando estereotipos y roles de manera tradicional.

Las diferencias más marcadas en el estudio del concepto del género son los límites de las clases y las culturas racionales. "Lo que convierte al estudio de género en algo desafiante y potencialmente muy fructífero es la visión que ofrece de lo que sucede al interior de los sistemas sociales y culturales" (Ibídem).

La participación de los hombres y mujeres, es aprendida de acuerdo a su estatus cultural y social, van apropiándose de la visión androcentrista, concluyendo con la exclusión del poder de la mujer. El modelo del género y su compleja relación con la sociedad explican cómo ha ido cambiando el concepto y con ello nos permite adentrarnos a la visión de Lamas, 2015 "a las mujeres no como un aspecto anulado de la sociedad sino como una parte integral de ella".

Tal como menciona la UNICEF (2017) La perspectiva de género es imprescindible como herramienta para entender y contextualizar la información que se produce y se difunde, pero también porque su incorporación puede colaborar en la modificación de las estructuras patriarcales.

Las divisiones que nos separan se caracterizan por ser meramente culturales, las limitaciones, posibilidades y roles a los que se nos ve involucrados en ambos sexos se van transmitiendo de generación en generación y así vamos adoptando lo que consideramos propio del género.

La predisposición biológica no es suficiente por sí misma para provocar un comportamiento (Lamas, 2015). No hay comportamientos o características de personalidad exclusivas de un sexo, ambos tienen y comparten rasgos en común.

Con respecto a las mujeres, tienen menos oportunidades de formar parte de la esfera pública, así como también de no disponer de los mismos recursos que tienen los hombres. La perspectiva de género permite orientarnos a detectar los modos de construir y pensar las identidades sexuales desde la normativa y lo obligatorio en la que también se ve incluido lo disparajeo y lo inequitativo (UNICEF, 2017).

El género como fenómeno cultural es un indicador de las relaciones sexuales proscritas y prescritas por las que un sujeto es socialmente regulado y producido (Butler, 2004). La autora Judith Butler desde su postura filosófica, el cuerpo es llevado más allá de sí mismo por el género, relacionándolo con la forma de vivir, dando como resultado un cuerpo en el mundo (Lamas, 2015).

A partir de los últimos años ha evolucionado progresivamente las teorías de género, entre ellas se encuentran, multigénero, postgénero, transgénero, ente otras. La ideología asume a lo biológico a lo inmutable y lo sociocultural a lo transformable (Lamas, 2015). Utilizar el género como herramienta permite que nos detengamos a reflexionar las desigualdades implícitas y explícitas entre las personas.

Comprender el género como una categoría histórica es aceptar que el género se ha entendido como una forma cultural de configurar el cuerpo, es por ello que también está abierto a una continua reforma y que esa anatomía y el sexo, no existen sin un marco cultural. En otras palabras; que la anatomía no define, sino lo que cada persona se halla en posesión de la feminidad o masculinidad (Butler, 2004).

1.1. Identidad

Así como para el género existen diferentes definiciones, también para la identidad, de forma general, es un modo de reconocimiento, interrelación y comportamientos entre hombres y mujeres, desglosando actitudes que socialmente son demandadas por la sociedad. Las referencias y los contenidos de género constituyen referentes primarios para la conformación de las personas y de su identidad como la pertenencia de una etnia, nacionalidad, clase social, comunidad religiosa etc. (Lagarde, 1990 citado en Cortés, Rodríguez y Muñoz, 2014).

A partir de que se ha transformado el enfoque del género, se pretende construir libremente la propia identidad, transformándola y modificándose según cada persona, la identidad puede ser construida o reconstruida a medida que nuestras necesidades se presenten.

En palabras de Chávez, Granados y Castro (2011) la identidad “es el sentido de pertenencia que culturalmente desarrollan los individuos sobre un conjunto de valores, tradiciones, símbolos, creencias y formas de comportamiento que se presentan en un colectivo social con base en un proceso de interacción individuo-sociedad”.

Desde que nacemos, en el momento de asignación del sexo biológico, predeterminan las expectativas, roles y actitudes de una gama cultural en la que estamos inmersos, la masculinidad y feminidad se ha ido tejiendo según la sociedad lo considere apto para cada sexo, nacer hombre o mujer cobrará un significado social e individual y se adoptarán los estereotipos acordes al género.

A partir de la asignación del sexo y el género, la sociedad es la encargada de transmitir conocimiento correspondiente a su género, guiándolo por la consolidación de una identidad, siendo como resultado que la mujer y el hombre conduzcan su vida de acuerdo a las conductas basadas para cada sexo.

La condición sexual se verá involucrada en el camino de cada persona para la búsqueda y formación de la propia identidad, ya que los factores biológicos no son la totalidad de lo que conforma la identidad sexual de la persona. La adquisición de la identidad es un proceso socio-psicológico que tiene como base la realidad biológica y distintos factores de la vida social y personal (Aparisi, 2009). Y ésta continuará construyéndose a lo largo de distintas etapas de la vida.

Superando las dualidades sexo/género y masculino/femenino, se entiende que la identidad de género no es algo estático, sino abierto y dinámico. En sus extremos se encuentran las categorías de masculino y femenino, homosexual y heterosexual. Sin embargo, existen múltiples posiciones intermedias, flexibles y diversas, entre las cuales puede oscilar un individuo a lo largo de su existencia (Aparisi, 2009).

Desprendido de cualquier presupuesto previo, el individuo debe construir libremente su propia identidad, transformándola y modificándose de acuerdo a sus deseos, tanto en el ámbito público como en el privado (Ibídem).

De acuerdo con Chávez, Granados y Castro (2011) la conformación de la identidad de género comprende de dos esferas: la primera consiste en el producto cultural, la cual no se puede elegir por nosotros, sino que los individuos se van incorporando al esquema normativo según el sexo y del género. La segunda se

apoya en la obligatoriedad de las normas culturales, las cuales de manera fáctica y mecánica definen la aceptación o rechazo de los comportamientos establecidos, también integran maneras de ser, pensar, actuar y sentir.

La identidad personal y la de género, son representaciones simbólicas de subjetividades que van desarrollándose a lo largo del ciclo vital, manteniendo una base que se construye en los primeros años de vida, es por eso que cada persona reflejará un modelo social establecido y que conforme pase el tiempo éste estará en constante cambio (Jayme, s.f).

Los rasgos tradicionales nutren las identidades de género por medio de los agentes socializadores, los encargados de transmitir las características estereotipadas son las instituciones, públicas, educativas, el hogar, la religión, medios de comunicación, entre otras, en las que se aceptan ventajas y restricciones para la formación personal como individuo en el mundo.

La identidad subjetiva se encarga de enfocarse a cómo percibimos o creemos percibir cómo nos ven los demás, se produce en edades tempranas, la cual hará una fuerte interiorización de las huellas del género, asignadas por el contexto en que se desenvuelven de forma que después de cierto tiempo llegan a considerarse como naturales y no impuestas (García, 2000).

Las aportaciones actuales desde la crítica feminista han puesto de relieve que los rasgos de la personalidad que se consideraban fijos, ahora resulten cambiantes, ya que a lo largo de la historia se ha configurado el imaginario colectivo de generación en generación (Ibídem).

El proceso de identidad de género es complejo y dinámico, se refiere al cómo se trata y el cómo se siente el individuo, cómo se identifica en la época, lugar y con las personas con las que convive (Chávez, Granados y Castro, 2011).

Desde el punto de vista de Spearman citado de Aparisi (2009) denomina a la identidad como natural, básica a la dimensión biológica de la persona (el organismo) y permite que el ser humano sea en todo momento identificable desde afuera.

Teniendo en cuenta la perspectiva psicológica, la “medida de mi yo” me es dada por un “otro yo” del “yo” que reconozco en el “tu”. Identidad y alteridad se reclaman recíprocamente, por lo tanto, el concepto que cada uno tiene de sí mismo depende de la idea que los otros se hayan hecho de él (Aparisi, 2009).

Kate Bornstein citada de Butler (2004) menciona que el desear una transformación, se busca la identidad, ya que requiere de grados de estabilidad en la que no existan categorías de reconocimiento.

1.2. Roles de género

Los estereotipos son cargas de significados sociales de los cuales se crean los roles de género, de manera que se encargan de definir cómo las personas según su sexo deben ser, sentir y pensar. Su construcción surge a través de prejuicios, los cuales se producen con base al comportamiento o pensar de una persona. Los roles y los estereotipos son un tipo de discriminación ya que generan distinciones, exclusiones y restricciones las cuales puede anular, afectar o impedir el reconocimiento de los derechos de manera igualitaria en la sociedad (Cortes, Rodríguez y Muñoz, 2014).

La distribución desigual del poder y de los roles de género, generan un indicio de desigualdad social entre hombres y mujeres, las tareas, funciones y obligaciones que están cargadas de mandatos culturales de cómo ser hombre o mujer, determinan lo que se espera de cada persona según su sexo. Son un conjunto de expectativas sociales que iremos moldeando mientras aprendemos a comportarnos de acuerdo a la visión del mundo.

De modo que cuando nacemos hombre o mujer la sociedad ya tiene predestinados nuestros roles, los cuales dictan como debemos comportarnos, a las mujeres se les asigna el rol de vestir de color rosa, cabello largo y con adornos, juguetes en el ámbito reproductivo como bebés, cocinitas o trastecitos. En cambio, para el hombre, se le viste de color azul, se le relaciona con deportes extremos, estudiosos, se les proporciona juguetes en el ámbito productivo, como pelotas, pistolas, carritos etc. (Cortés, Rodríguez y Muñoz, 2014).

Los roles de género van de la mano con la identidad y a su vez dictan las formas de cómo se conducen y actúan ante la sociedad, juegan el papel de madre o padre, de hermana (o), abuela (o), hija (o), según sus actividades, comportamientos o trabajos. De esta manera es como se determinan las cualidades, actitudes, aptitudes, atributos y necesidades de cada persona (Chávez, Granados y Castro, 2011).

El sistema sexo-genero va a moldear nuestra manera de ser, posibilitando la adquisición y el desarrollo de los mismos roles de género que llevamos a la práctica, dentro de estos se mezclan los comportamientos sociales, actitudes, normas sociales y valores que para la sociedad considera propios para cada uno de los sexos (García, 2000).

La socialización de los niños y niñas en las escuelas y a través de los medios de comunicación, son procesos que influyen de una manera importante en la percepción de roles de género haciendo diferentes las maneras de conducta, actividades y acciones en ambos sexos. (Chávez, Granados y Castro, 2011).

La importancia de enfatizar la valorización que se les da a las tareas para cada sexo es que esas conductas son aprendidas a lo largo de nuestro crecimiento y que están influenciadas en las relaciones de convivencia, los comportamientos serán valorados como adecuados o inadecuados y serán plasmados para la guía de nuestro futuro. La cultura quién es la encargada de permear lo tradicional y todos los hábitos adquiridos, también se hará cargo de cambiar los mismos para la mejora en ambos sexos.

Las etiquetas que se atribuyen de acuerdo a los comportamientos basados en las diferencias biológicas crean las funciones y actividades de manera diferenciada, ya que para las mujeres se les otorga los roles de responsables del hogar y los hijos, mientras que para los hombres de proveedores y protectores del hogar. Las representaciones de la fuerza y la agresividad del hombre, la dulzura y abnegación de la mujer son parte de estos parámetros construidos en la sociedad

patriarcal para identificar y diferenciar a los hombres y mujeres (Chávez, Granados y Castro, 2011).

Sin embargo, el contexto social en el que nos encontramos puede resultar flexible ante este tipo de naturalización de roles, ya que el sexo de una persona no define las tareas o actividades que puede llegar a hacer. Las funciones que tienen a cargo las instituciones es de naturalizar y reproducir los estereotipos y los prejuicios de manera que las personas no se cuestionen si es lo mismo para hombres y mujeres, al ser un rasgo colectivo pasará por ser reforzado y normal (Cortés, Rodríguez y Muñoz, 2014).

En México los roles se hacen evidentes en el primer núcleo de socialización que es la familia, se continúa con la brecha de las diferencias entre mujeres y hombres, tanto en el contexto rural como en el urbano sigue habiendo una prevalencia de desigualdad, las cuales generan una infinidad de barreras psicosociales que restringen y limitan el acceso a la diversidad de oportunidades como sociales como económicas (Hernández, 2019).

En estudios realizados en México para analizar el valor que le dan los jóvenes universitarios a los roles de género, se encontró que los hombres tienden a alejarse de las concepciones tradicionales de género, en cuanto a las mujeres siguen siendo responsables de la crianza y el cuidado de los hijos (Cubillas et al, 2016 citado en Hernández, 2019).

Los aprendizajes con respecto a las diferencias de género han sido premiados cuando son aceptados acorde a lo que la cultura familiar pide y son reprimidas o castigadas cuando no son apropiadas. Los juegos, las prácticas, la comunicación y la observación son de gran importancia para las distintas etapas de la vida ya que tendrá reconocimiento la influencia formativa que tienen los agentes socializadores y culturales.

Se aprende a admitir y a asumir un sistema de valores de acuerdo al sexo y género, este sistema no cambia ni se transforma, se lleva a la práctica a pesar de

las dificultades y las experiencias, se lleva a cabo a través de formas de coerción en las instituciones sociales y familiares, ellas se encargan de estos mecanismos para vigilar las conductas y hacer cumplir las normas (Furlong, 2006).

1.3. Mandatos

Los mandatos de género son todos aquellos roles y estereotipos que propician las desigualdades entre los hombres y mujeres en la que perpetúan la violencia de género. Se plantea que el hombre se comporte de acuerdo a las pautas masculinas como proveedor, racional, con fuerza física, caballerosidad, insensibles, entre otras. Para las mujeres la nobleza, ser sumisa, con belleza, con instinto maternal, dóciles, etcétera.

La sexualidad es una parte muy influyente con los estereotipos, los cuales tienen como objetivo normar los comportamientos mediante la perspectiva social estructural. Los mandatos de género permiten cuestionarnos y examinar los modelos de normatividad que propone el patriarcado, los cuales se enfocan en la dominación en las mujeres.

El poder está incrustado en una pluralidad de situaciones cotidianas, especialmente en las relaciones más íntimas en que estamos entrelazados. Es difícil cuestionar y modificar los códigos culturales de género que hemos heredado y que encubren formas de explotación e injusticia, porque forman parte de nuestra identidad. El género es subjetividad socializada, es complejo modificar la subjetividad de las personas, uno de los principales mecanismos de reproducción social y el medio más potente de mantenimiento de la sujeción personal a la desigualdad social es justamente la violencia simbólica que cada quien se aplica a sí mismo por los mandatos de género (Bourdieu, 2000 citado en Lamas, s.f).

La cultura y la sociedad muestran su eficacia política y simbólica cuando cada persona atenta contra sus derechos humanos y contra la solidaridad social por sexista; cuando cada hombre se siente superior sólo por ser varón e interioriza y abusa de los demás o cuando cada mujer se cosifica como objeto materno o sexual,

se auto discrimina, devalúa y culpabiliza por no cumplir adecuadamente con sus deberes de género.

Las mujeres comparten su condición política de opresión con grandes dificultades para ser reconocidas como pares y legítimas, han confluído con los pueblos indígenas, los homosexuales, las comunidades negras y los grupos juveniles, entre otros, en la crítica política a las opresiones de género, de clase, etnia, racista y etaria (Lagarde, 2017)

A través de esta reflexión de mandatos de género se puede lograr conducir a la cultura a una visión más amplia y equitativa, precisamente el enfoque de género es el encargado de centrar esta perspectiva como un impacto cambiante para dejar de concebir a la mujer como sinónimo de trabajos de cuidado humano y baja distribución del poder, sino como un símbolo de fuerza y perseverancia. Los asuntos de género resultan tener una carga opresiva en mayor medida hacia las mujeres, quienes padecen como la inferioridad de la cultura, con menos oportunidades de mostrar las capacidades y habilidades y que no solo sean dadas tareas que quedan en el olvido o no remuneradas. Un equilibrio de visión de género permitirá tener mejores alternativas de manejar la brecha de género que existe en nuestro país y liberar simbólica y materialmente a las mujeres y a los hombres (Lamas, s.f).

El patriarcado propone modelos normativos que se estructuran en torno a la sexualidad, los mandatos de género no son los mismos que en años anteriores, ya que nos encontramos en constante transformación social y cultural, lo aprendido y las expectativas nos ponen a prueba en relación con el otro sexo. Hoy en día los mandatos tradicionales en algunas partes del mundo siguen en curso, sin embargo, vemos que poco a poco estos van cambiando dando paso a nuevos mandatos.

Como parte de estos mandatos, se construye la violencia de género, la cual daña las vidas y el mundo de las mujeres y es ejercida desde cualquier sitio y con cualquier objeto material o simbólico que pueda causarles tortura, daño y sufrimiento (Lagarde, 2017).

2. Violencia de género

La violencia de género o violencia contra las mujeres, es aquella ejercida en contra de una persona refiriéndose a su identidad de género. La definición más aceptada es la propuesta por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en 1995 la cual indica que es “todo acto de violencia sexista que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psíquico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en privada” (Expósito, 2011).

La violencia de género se refiere en sí a la violencia solo por el hecho de ser mujeres, es una de las expresiones que ha llevado al límite la desigualdad y la opresión de género. La cultura y la sociedad manejan las diferencias y la subordinación que hacen someter y controlar el sexo femenino.

El género es un concepto sociocultural que está ligado a nuestras costumbres, el significado que le otorgamos es con base a las atribuciones femeninas y masculinas en las que hemos estado involucrados, los significados pueden diferir entre las sociedades y el tiempo. No se le reconoce como una variable ni como un sinónimo de la feminidad, sino como una conexión histórica (Rohlf's y Valls, 2003).

La violencia de género se nutre de las relaciones estructurales de desigualdad, se ha convertido en un problema de salud pública, uno de los principales argumentos para considerar el impacto negativo que tiene para la salud física, mental y emocional en las mujeres son los resultados de agresiones, humillaciones, incluso llegar hasta la muerte.

Para Durán, Campos y Martínez (2014) manifiestan que “el abordaje de la violencia de género, como problema social, exige no solo su reconocimiento social sino también una comprensión profunda y objetiva del problema”. Sin embargo, las ideas distorsionadas que se tienen acerca del problema, las causas y sus consecuencias impiden lograr tener una comprensión e intervención adecuada para eliminar por completo las raíces de la violencia.

La ideología sexista o sexismo es una de los principales motivos que adjudica actitudes, estereotipos y prejuicios hacia las mujeres haciendo referencia a la hostilidad que se le otorga a la mujer (Durán, Campos y Martínez, 2014).

Los estereotipos refuerzan las conductas estereotípicas y refuerzan la estructura social en la que se apoya la desigualdad entre géneros de modo que generan violencia a lo largo de nuestro ciclo vital (Expósito, 2011).

La violencia de género se manifiesta de diferente manera, y también está presente en los diferentes ámbitos de la vida social y cultural, Espinar (2007) refiere que la desigualdad de la mujer en cuanto al poder, la economía, político, simbólico y social se puede observar en los datos macrosociales en las relaciones cotidianas.

Los problemas que la violencia de género causa en la salud psicológica de las mujeres son muchos, en ellos también se involucran los mandatos de género que se interiorizan en la socialización. Mateo-Corral y Bueno-Casas (2018) sostienen que de las características más notorias de esta violencia son que es cíclica, intermitente, impredecible, insidiosa y su objetivo es el control de la otra persona, también se asegura la formación de un fuerte vínculo entre víctima y agresor.

En los años 70 se recupera el interés acerca de la violencia de género, se retoma en el movimiento de liberación femenino. Las investigadoras feministas estadounidenses combinaron investigaciones epidemiológicas con la reivindicación, visibilización y el tratamiento para la recuperación de secuelas. Al inicio se relaciona solamente con las agresiones sexuales contra las mujeres, pero no fue hasta pasar los años cuando se percataron de violencias más complejas, como las relaciones de intimidad y los abusos sexuales en menores (Mateo-Corral y Bueno-Casas, 2018).

Los movimientos feministas no solo elevaron la conciencia pública sobre la violación de los derechos hacia las mujeres, sino que también iniciaron una nueva respuesta social hacia las víctimas. En la actualidad la violencia de género es

reconocida como una vulneración de los derechos humanos y como un importante problema de salud pública (Ibídem).

El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2020) el 25 de noviembre Día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer, se encargó de plasmar en una encuesta completa en la que incluyen elementos para indagar e integrar una visión más vasta de la violencia contra las mujeres, además de ser una actividad prioritaria para el diseño de políticas públicas para prevenir, atender y erradicar la violencia contra las mujeres. La información se obtuvo a través de instrumentos clave que realiza el INEGI, la encuesta nacional sobre la dinámica de las relaciones en los hogares (ENDIREH) 2016, la Encuesta Nacional de Seguridad Pública Urbana (ENSU) y los registros administrativos de los Censos Nacionales de Gobierno.

Los resultados revelaron que “las mujeres con mayor propensión a experimentar violencia por cualquier agresor a lo largo de la vida son aquellas que residen en áreas urbanas (69.3%), de edades entre 25 y 34 años (70.1%), con nivel de escolaridad superior (72.6%) o bien no pertenecen a un hogar indígena (66.8 %). (INEGI, 2020).

Como señala el INEGI (2020) su propósito para este tipo de investigaciones refuerza su compromiso con el levantamiento de la ENDIREH 2021 que busca generar un insumo de gran relevancia para el conocimiento del problema, así como identificar cambios en la violencia que tiene causa en patrones culturales relacionados con los estereotipos de género, también implementar el desarrollo de investigaciones y el diseño de políticas públicas orientadas a atender y erradicar la violencia contra las mujeres por razones de género.

Aunque existen diferentes tipos de violencia, la de género se enfoca principalmente en cualquier expresión de violencia que sean dadas por parte de la dominación del sexo masculino. En palabras de Gil y Lloret (2007) puede ser entendida como uno de los tantos tipos de violencia que no solo hace referencia al ámbito material, sino también a las agresiones físicas, a la falta de recursos económicos y al ámbito simbólico, es decir, a nuestras emociones, deseos,

carencias a la hora de establecer relaciones afectivas con las personas, derivadas de la forma como se entienden y se construyen la masculinidad y la feminidad en nuestra época.

2.1. Qué es la violencia

La violencia es un problema de salud pública que afecta distintos ámbitos de nuestra vida, tradicionalmente ha sido asociada a lo criminal. A lo largo de la historia, han pasado varios intentos por definir la violencia, sin embargo, muchas definiciones surgieron tejidas con las investigaciones de las distintas disciplinas como la sociología, antropología, derecho, filosofía, ciencias políticas, psicología, psicoanálisis, entre otras. Es por eso que el panorama de la violencia ya no volvió a ser el mismo (Cuervo, 2016).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la violencia como “el uso intencional de la fuerza física o de amenazas. Puede ejercerse hacia uno mismo, o en contra de otra persona, un grupo, una comunidad; puede tener como consecuencias lesiones, muerte, daño psicológico, problemas en el desarrollo o privaciones de cualquier tipo” (CONACYT, s.f).

Es importante destacar que agresión no es sinónimo de violencia, la agresión consiste en que todos los seres humanos tenemos un mecanismo de defensa, es un resultado de las necesidades básicas de supervivencia, nos permite estar alertas para poder defendernos y adaptarnos al medio. En cambio, la violencia, presenta rasgos biológicos, psicológicos, sociales, culturales, es aprendida y transmitida culturalmente, un elemento principal es el deseo de hacer daño (Ibídem).

La violencia puede pasar desapercibida al ser vista como como un adjetivo que califica las determinadas formas de relación en una cultura, dentro de las relaciones, pueden tener rasgos generales de violencia, inadvertidamente se pueden reproducir comportamientos que presenten patrones con daños de generación en generación (Martínez, 2016).

Al considerar la violencia sólo como actos físicos, implica no estar en alerta para tener en cuenta que no solo son agresiones para que exista la violencia,

también se ven involucradas otros modos de actuar. Existen formas en que puede representarse y no precisamente se hace el uso de la fuerza, tampoco tiene que haber consecuencias inmediatas y con un manifiesto de agresor y víctima. Como refiere uno de los máximos representantes de la cultura y la sociología Pierre Bourdieu, uno de sus enfoques es la violencia simbólica (dominación-sumisión), implica pensar en el fenómeno de la dominación con las relaciones sociales, también en su eficacia y el modo de actuar, una de las características principales es que se puede dar sin distinción de género.

Las relaciones de fuerza están ocultas por otras relaciones de fuerza, los agentes sociales se encuentran en una relación de percepción y reconocimiento. Se ha indagado que el mundo funciona a través de lenguajes y códigos, tienen como función hacer que el mundo sea visible en donde se pueden encontrar formas y fenómenos de violencia y dominación de orden simbólico, éste rasgo de violencia es invisible y común en las relaciones de poder (Calderone, 2004).

Para que exista la violencia, citando a (Galtung de Cuervo, 2016) se puede entender que la violencia se presenta en el momento en que los seres humanos se ven intervenidos por otros, de tal forma que sus acciones diarias sean de carácter físico o mental, por lo que hace que esté por debajo de sus potencialidades y sus capacidades.

La violencia se presenta de múltiples y variadas formas como fenómeno ante el ser humano, sea para asegurarse del poder o para afianzarse, concurren varios sentidos en su configuración y con una gran variedad de acepciones en el plano personal, social, político o cultural (Cuervo, 2016).

2.2. Tipos de violencia

Desde los estudios del género, ha sido gran importancia conceptualizar los movimientos que ha tenido la violencia y junto con ello, determinar los diferentes tipos que han surgido, todo esto con la finalidad de reconocer los tipos de violencia y lo que en un futuro se puedan generar para las prácticas de conocimiento.

La OMS clasifica a la violencia en tres categorías, la autoinfligida; la cual incluye conductas autodestructivas como golpes, cortadas, mutilaciones y cualquier acción consciente destinada a provocarse daño a sí mismo y poner en riesgo la propia integridad, el suicidio es el caso más extremo. La segunda categoría es la interpersonal; implica una víctima y un agresor, puede ocurrir como violencia doméstica, vecinal, comunitaria o grupal, puede ser física, psicológica, sexual o restrictiva. Por último, la tercera categoría, colectiva: es la violencia motivada por objetivos políticos, sociales y económicos. Es ejercida por Estados o gobiernos, puede ser el resultado de diferencias étnicas, religiosas, culturales, políticas o económicas.

Otro de los tipos de violencia es la de género, se refiere a todas las formas en las que se intenta perpetuar el sistema por jerarquías, es impuesta por la cultura patriarcal, se expresa a través de conductas y actitudes basadas en un sistema de creencias sexista, se apoya en los estereotipos de género y estructuras de dominación generadas por ellos.

Algunos de los tipos de violencia más conocidos son la violencia física; es aquella que se centra en cualquier acto intencionado que produzca daño físico en otra persona, ya sean golpes, bofetadas, empujones o quemaduras (Añino, 2004).

La violencia psicológica; son las acciones orientadas a causar daño psíquico hacia otras personas, como las humillaciones, insultos, gritos, amenazas, críticas constantes, aislamiento social, control de recursos de una persona sin su consentimiento, entre otras cosas (Ibídem).

La violencia doméstica se desarrolla en espacios delimitados por las interacciones en contextos privados (de pareja). Las manifestaciones conductuales son variadas, en ellas se incluye el maltrato físico, abuso sexual, económico, ambiental, maltrato verbal y psicológico, chantaje, etc. (Mora y Montes, 2009).

Por último, en el aspecto sexual, se da cuando se impone a la mujer una relación sexual contra su voluntad puede ser violación, agresión o acoso. Estas son algunas de las formas de violencia que pueden ser presentadas tanto en mujeres

como en niñas, niños y hombres, sin embargo, en su mayoría los agresores son del sexo masculino, ya que se considera a la mujer más vulnerable ante este tipo de situaciones y se pueden presentar en el terreno privado o público.

2.3. Relaciones de poder

El concepto de relaciones de fuerza o de poder ha estado presente desde los clásicos de la sociología hasta en lo político. Foucault en su microfísica del poder plantea que las relaciones de poder permean a todas las organizaciones y elabora aspectos que pueden ser de interés para futuras facetas de la vida (Villareal, 2003).

Nuevamente la perspectiva de género toma un puesto importante en las relaciones de poder, se encuentra presente en todos los ámbitos de la sociedad. Su desarrollo es de dominación/subordinación partiendo de lo masculino sobre lo femenino, atraviesa cada cultura y creencias, sus poderes de dominio son sociales, grupales y personales, también permiten explorar y oprimir a personas y grupos de todo tipo de colectividades. Las relaciones de poder llegan a formar una relación de imposición de voluntad de la dominante sobre el dominado, formando patrones sociales vigentes en la sociedad, suele partir desde la perspectiva de género en las que no se considera a las actividades que realizan las mujeres como un hecho histórico o trascendental; al contrario, se les sitúa como propio de instinto a su sexo (Ibídem).

Las relaciones de poder se posicionan de forma que intervienen en la vida de los otros desde un rango y posición de superioridad, valor, jerarquía y poderío (Lagarde, 1997 citado de Villarreal, 2003).

La sociedad actual genera mecanismos de exclusión para aquellas personas que no actúen de acuerdo con parámetros ya establecidos y aceptados, permitiendo la clasificación de actitudes y comportamiento. El poder atraviesa a la sociedad y se presenta en cualquier momento, así como también determina lo que somos y lo que se puede llegar a ser (Butler, 2004).

En la actualidad sigue aquejando a la sociedad femenina la problemática del rol de ser mujeres y el significado de ser seres exclusivamente para los otros. La

construcción del poder se ha dado a través de la dominación de lo masculino y la tradición patriarcal, en donde las características biológicas son utilizadas como recursos ideológicos para construir y justificar las desigualdades en ambos sexos (Furlong, 2006).

Las relaciones de poder tienen su esencia en el sexo y va tomando su forma a partir de la cultura la cual determinará el poder y las actividades que a cada quien le corresponden. Somos seres maleables, transformables y perfeccionados de manera que la sociedad esté conforme, el género es el campo primario en donde se origina el poder y tiene como característica la existencia de la desigualdad (Guillén, 2004).

Butler (2004) retoma el concepto de Foucault “política de la verdad” en la que hace referencia a que las relaciones de poder serán las que permitirán la verdad en nuestras acciones, es decir; ordenarán al mundo de una forma regular, el género orientará la forma en cómo nos reconocemos en cuanto a sentimientos, deseos, cuerpo, con el fin de aceptarse uno mismo como persona.

Las relaciones de poder entre hombres y mujeres tienen como base la privatización, posesión del dominio de proporcionar y quitar bienes, pertenencias, valor, jerarquía, sentido e identidad, como también privarse de ellas o intensificar su dependencia, utilizar primeramente de todo lo construido, económica y políticamente (Furlong, 2006).

Como señalan Ramírez y Alfonso, (2012) la masculinidad como relación de poder es percibida como éxito, desarrollo y autorrealización, al contrario de la feminidad que es percibida como pasiva, dependiente del poder masculino y tradicional, se valora a la mujer como un individuo encargado de cuidar los bienes adquiridos y brindados por quien ejerce el poder teniendo como implicaciones en la autoestima y las relaciones del género. El concepto ha ido ampliándose al concebirse la diferencia de poder no sólo en términos físicos, sino también psicológicos y sociales.

3. Herramientas de análisis

Las herramientas de análisis facilitan mayor comprensión sobre un tema en específico, se requiere de un nivel de exactitud y confiabilidad en los resultados para que puedan contribuir a investigaciones futuras. Se enfocan principalmente en abordar de manera específica la visión que tenemos sobre el tema de interés, así como también examina datos, información, ventajas y desventajas que se tienen, entre otras cosas.

Ayudan a identificar puntos de interés como la solución de problemas, a la toma de decisiones, incluso a una posible visión de resultados futuros. La psicología será parte de nuestra herramienta de análisis, es una ciencia que pertenece a las áreas de la salud y sociales, para Villanueva (2020) es una disciplina que emplea el método científico para el estudio de la conducta y los procesos mentales, uno de sus objetos de estudio es el comportamiento de los seres humanos. Si bien, existen ramas de la psicología que facilita la comprensión para tratar el fenómeno social de violencia y sus distintas ramas de entrecruzamiento.

Las y los psicólogos clínicos han adherido modelos experimentales y se han visto obligados a ampliar su perspectiva con más visión a un futuro más integrador, de manera que estos modelos permiten afrontar problemas “difíciles” y que muestren resultados eficientes. La prevención, solución y promoción de la problemática que se presenta, no solo significa que se tratará de lidiar con la enfermedad o dificultad psicológica, sino de poder ampliar los horizontes de la salud y poder sensibilizar a pasos a la sociedad (Riso, 2006).

3.1. Cognitivo conductual

En la Psicología, existen métodos y técnicas que le permiten investigar, intervenir o explicar con diferentes perspectivas las conductas, procesos mentales y personalidad, con el propósito de ayudar a mejorar el bienestar de las personas. Para facilitar el estudio de diversas problemáticas, han surgido enfoques de la psicología que han contribuido significativamente al área de la salud y las ciencias sociales (Zepeda, 2019).

Por mencionar a algunos de los máximos representantes de la terapia conductual son; Iván Petróvich Pavlov (1849-1936), quien estudió los reflejos para comprender la actividad cerebral junto con la conducta y John Broadus Watson (1878-1958), el cual rechazó el estudio del pensamiento que era el objeto principal de investigación de los enfoques de la psicología, para pasar al objeto de estudio de la conducta manifiesta (Estímulo-Respuesta) apoyándose con el método experimental animal (Ruiz, Díaz y Villalobos, 2012).

Uno de los enfoques de la psicología es la Terapia Cognitivo Conductual, en las últimas tres décadas se ha convertido en la orientación psicoterapéutica que ha recibido una evidencia empírica y experimental sobre la efectividad que tiene ante la gran diversidad de problemas y trastornos psicológicos, trabaja con respuestas físicas, emocionales, cognitivas y conductuales desadaptadas, en mayor medida sobre carácter aprendido. Las respuestas, son las que se han practicado a lo largo del tiempo y se han convertido en hábitos del repertorio comportamental de la persona, también tiene como característica un tiempo adecuado de llevar a cabo el tratamiento, ya que se cuentan con módulos de educación y comprensión del problema y lógica del tratamiento (Ibídem).

También, interviene en la persona para cambiar su estado de realidad, con herramientas y acompañamiento genera una buena modificación de conducta. Para Hernández y Sánchez (2007) la terapia surge a través de los avances del estímulo-respuesta, buscando la importancia de los fenómenos ocurridos en la mente del individuo. En otras palabras, se adentra a la subjetividad de la persona para responder preguntas que aparentemente carecen de respuesta, la información es recolectada y se traduce en términos comprensibles.

Es una de las corrientes más desarrolladas en los últimos años, ha permitido el desarrollo de modelos de evaluación e intervención clínica cada vez más eficientes y fructíferos (Riso, 2006)

En la historia de la terapia cognitiva conductual, existieron personajes importantes para la creación e implementación de esta teoría clínica, basándose en

las premisas de aprendizaje, cognición, modificación de conducta y procesamiento de información, pioneros en el reconocimiento de lo emocional y conductual, entre los más influyentes de la teoría se encuentra Albert Ellis y Aaron Beck.

Albert Ellis inició en 1956 asignándole el nombre de "*Terapia racional*", posteriormente fue reemplazado por "*Terapia racional emotiva conductual*" (TREC) la cual plantea que todos somos seres biológicos y estamos atravesados por el aprendizaje, aprendemos las enseñanzas de los demás, junto con la herencia biológica y la cultura adquirimos tendencias innatas (Hernández y Sánchez, 2007).

Presenta un esquema para identificar la manera en que estas tendencias ocurren en nuestras vidas, así como la interpretación que le damos. El modelo *A-B-C de Ellis*, representa en "A" un evento activador, puede ser externo o interno (imagen, pensamiento, emoción, etc.). "B" indica el sistema de creencias, incluyendo todo el sistema cognitivo. "C" muestra la consecuencia o reacción que se presenta ante la situación. Con todo lo anterior, Ellis plantea que cuando una persona experimenta emociones disfuncionales es porque sus pensamientos o sistema de creencias son irracionales (Ibídem).

Para Cormier, W y Cormier, S. (2000) es una forma de identificar la relación entre la conducta problema y los acontecimientos ambientales, en breve resumen, la mayor parte de las conductas problemáticas son aprendidas, sin excluir las causas biológicas de los problemas psicológicos. Las causas de los problemas son multidimensionales, los problemas deben ser analizados concreta y operativamente, así como también pueden surgir en un contexto social y están afectados por antecedentes internos y externos; los componentes del problema y consecuencias pueden ser afectivas, conductuales, cognitivas, contextuales y relacionales.

Por otra parte, la terapia cognitiva de Aaron Beck formuló un modelo de depresión, teniendo como resultado su *terapia cognitiva de depresión* la cual incluye procedimientos conductuales y postula tres conceptos específicos para explicar la

depresión: (1) la tríada cognitiva, (2) los esquemas, y (3) los errores cognitivos (errores en el procesamiento de la información).

La triada cognitiva consiste en la visión negativa que tiene la persona hacia sí mismo, tiende a atribuir experiencias desagradables a un defecto suyo, piensa que carece de los atributos que considera esenciales para lograr la felicidad. El segundo punto son los esquemas, se refiere a la tendencia depresiva de interpretar las vivencias de manera negativa, aun cuando la situación tenga formas de solución. Por último, los errores cognitivos se centran en la visión a futuro que se tenga, cuando la persona depresiva hace proyectos de gran alcance, está anticipando que sus dificultades o sufrimientos continuarán, impidiéndole la realización de los mismos (Beck, Rush, Shaw y Emery, 2010).

El modelo cognitivo, (Beck, 2000 citado de Riso, 2006) propone que todas las turbaciones psicológicas tienen en común una distorsión del pensamiento, en el que influye el estado de ánimo y la conducta. Una evaluación realista ayuda a la modificación del pensamiento, por consiguiente, una mejoría permanente en las creencias disfuncionales subyacentes.

La Terapia Cognitiva enfatiza la modificación cognitiva de esquemas, procesos y productos, así como las relaciones que el pensamiento automático/controlado o las distorsiones cognoscitivas establecen con la conducta motora y las emociones. Básicamente se concentra en la identificación y corrección sistemática de estructuras informales cognitivo/ afectivas, así como aspectos relacionados con la filosofía de vida, como valores, creencias, esquemas motivacionales etc. (Riso, 2006).

La terapia se puede hacer de forma individual, grupal o familiar, se detectará intentos de solución, es considerada como una herramienta necesaria, lo útil y eficaz ha demostrado que, sin duda, puede ayudar en la intervención de violencia de género.

3.2. Perspectiva de género

De acuerdo con la Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres, la perspectiva de género se refiere “a la metodología y los mecanismos que permiten identificar, cuestionar y valorar la discriminación, desigualdad y exclusión de las mujeres, las cuales se pretenden justificar con base en las diferencias biológicas entre mujeres y hombres, así como las acciones que deben emprenderse para actuar sobre los factores de género y crear condiciones de cambio que permitan avanzar en la construcción de igualdad de género” Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres (2018). En otras palabras, es una herramienta que se encarga de mostrar las diferencias entre mujeres y hombres no sólo biológicamente sino las culturales y sociales, se cuestionan los estereotipos y prejuicios con los que somos educados y proporciona posibles cambios para la mejora de las relaciones sociales.

Los conceptos generales como el sexo biológico y la perspectiva de género son términos diferentes, el primero consiste al sexo que se nos otorga al nacer, la decisión se toma a partir del reconocimiento de los órganos genitales. En cambio, la perspectiva de género es aquella en la que nos identificamos socialmente, son características, atribuciones e ideas construidas socialmente y que después pasan a ser parte de la identidad.

A partir del concepto de género, surge como construcción social y cultural del significado de ser hombre o mujer en una sociedad o época determinadas la perspectiva de género, es una forma de mirar la realidad de otro modo y sirve como herramienta para observar, estudiar, analizar y actuar sobre las desigualdades fabricadas históricamente y que han justificado privilegios de unos cuantos (principalmente hombres) frente al resto de la población (CNDH, s.f).

“Hacemos nuestro propio género, pero no somos libres de llevarlo a cabo” ya que el género está completamente influenciado, lo que generalmente se encuentra

en la sociedad, una estructura patriarcal en la que el hombre tendrá el poder de todo y la mujer será formada y estructurada por ellos (Connell y Pearse, 2018).

Al reconocer la diferencia sexual y las atribuciones sociales como ideas, las sociedades van estructurando y construyendo su vida de acuerdo a la cultura, tomando en cuenta las diferencias sexuales, lo cual, marcará el destino de cada persona, acercándose a lo innato y lo adquirido en ambos sexos, manifestándose en las mujeres como sinónimo de subordinación y a los hombres como sinónimo de poder. El origen biológico demuestra las diferencias y se ha tomado como punto de partida para predeterminar un comportamiento (Lamas, 1996).

“No hay comportamientos o características de personalidad exclusivas de un sexo, ambos comparten rasgos y conductas humanas” (ibídem).

En la vida cotidiana las relaciones de género se hacen y rehacen continuamente, el modo de construcción rutinaria de la perspectiva de género permite que comprendamos el seguimiento de la discriminación y el pensamiento de inferioridad hacia la mujer (Connell y Pearse, 2018). La perspectiva de género permite que podamos reconocer las limitaciones que se tienen por ser mujer y los privilegios que gozan por ser hombre, o viceversa. En ocasiones la sociedad oculta las diferencias, sin embargo, si se quiere cambiar la situación subordinada en la que viven las mujeres, se necesita cambiar la forma de pensar y actuar, para aprender a vernos por iguales y no dejar como punto de partida las diferencias, ya que el impacto es tanto para hombres como para mujeres.

La desigualdad en los géneros ha sido parte de la construcción en nuestra actualidad, se manifiesta en todos los órdenes de la vida, como en la alimentación, salud, educación, empleo, acceso a la justicia, participación política, etc. Las mujeres, por su parte, han resentido el peso de la subordinación, la discriminación y exclusión, sin embargo, el sexo femenino se ha encargado de reconocer y valorar sus capacidades y derechos, no se limitan a pesar de su poca participación y su desventaja en ciertos ámbitos de la sociedad (Serret, 2008).

Las demandas de distintos movimientos sociales han expuesto la inconformidad por parte de las mujeres, en el último cuarto del siglo XX fue escenario de varias reuniones internacionales en las que tuvieron como tema a la mujer, los derechos humanos, población y desarrollo. Al revisar los temas, profundizaron sobre la discriminación de género como fenómeno universal y que se requería de acciones y estrategias que tuvieran un gran alcance. Sin embargo, no ha habido resultados de trato igualitario por parte de ningún país, en Latinoamérica Argentina ocupa el lugar 33, Chile en 39, Costa Rica en 42 y México en 49 (Ibídem).

Al comprender que llevar a cabo la perspectiva de género en los diferentes ámbitos de la vida trae beneficios, que disminuye obstáculos y que sobre todo disipa la discriminación, se logrará establecer condiciones equitativas para la sociedad y con ello apoyar a hombres y mujeres de algunos supuestos de género que han sido una carga de injusticia a lo largo de tantos años (Lamas, 1996).

3.3. Interseccionalidad

Es una herramienta heurística que introdujo Kimberlé Crenshaw, académica afroestadounidense especializada en estudios críticos del derecho, sus estudios fueron fundamentales para el surgimiento del feminismo interseccional con una mayor difusión del feminismo negro, con el claro propósito de incorporar a las mujeres de color. Utiliza esta herramienta para mostrar la eficacia que tiene para detectar las múltiples discriminaciones que se entrecruzan, en la que cotidianamente producen la subordinación y la marginación de las mujeres en distintos niveles de la vida pública y privada (Moreno y Alcántara, 2016).

La abogada americana Kimberlé Crenshaw acuñó el término interseccionalidad en 1989 para describir las formas en que raza y género interactúan entre sí, configurando las experiencias de las mujeres negras desempleadas (Connell y Pearse, 2018). Sus estudios se han centrado en la discriminación, el racismo, los derechos civiles, el género y la doble vulnerabilidad experimentada por la mujer afrodescendiente.

La interseccionalidad es esencial para comprender y reflexionar acerca de las experiencias de todas las mujeres sin omisión alguna, el movimiento feminista ha respaldado que las diferentes categorías sociables en las que se encuentran las mujeres generan opresión y privilegios diferentes al entrecruzarse y por ello ha permanecido una lucha incansable en igualdad de derechos a pesar de que se mantienen las diferencias culturales.

En opinión de Moreno, H. y Alcántara, E. (2016) este concepto ocupa uno de los problemas fundamentales del feminismo, en el que se expresa el descontento que existe entre las mujeres y su legado histórico de exclusión. La interseccionalidad recupera la naturaleza situada de las identidades analizando las consecuencias sociales y materiales del sexismo, racismo y clasismo. Para López (2020) se puede definir como “el análisis de las distintas formas de discriminación y su interacción entre las clasificaciones sociales”.

Se centra principalmente en la intersección del género junto con otros factores de discriminación, los distintos posicionamientos sociales de las mujeres hacen que la forma de experimentar la discriminación sea diferente, en la que las discriminaciones múltiples y simultáneas no pueden ser abordadas por separado (La barbera y Wences, 2020).

“Es una perspectiva centrada en las desigualdades sociales que analiza las interacciones entre estructuras sociales, representaciones simbólicas y procesos de construcción de la identidad” (López, 2020). El concepto surge a través de distintos debates feministas, especialmente del feminismo afroamericano, en el cual se analizan las desigualdades sociales para tener una reivindicación al feminismo no-hegemónico, así como también analiza los ejes de la desigualdad.

Sin embargo, el feminismo afroamericano hace una crítica al feminismo hegemónico, el cual ha querido ser la voz de todas las mujeres basándose en la universalidad y neutralidad, atribuyéndose las características del grupo dominante

a todas las demás (Ibídem). Es decir, es una crítica directa que hablan de sus vivencias atribuyéndolas a todas las mujeres, no será lo mismo la voz de una mujer indígena a la de una mujer inglesa, las condiciones sociales serán las que guíen por el camino del poder o por el de la discriminación. Por ello es que la interseccionalidad será la herramienta adecuada para evidenciar este tipo de desigualdades.

“Constituirá principalmente en detectar la distinción, exclusión o restricción basada en la intersección o interacción de varios factores o categorías protegidas que se produce de forma única a una mujer determinada en condiciones de igualdad, derechos humanos, libertades en cualquier esfera pública o privada” (La barbera, 2016, p.14).

Vale la pena aclarar que, al centrarnos no en las diferencias entre mujeres y sociedad, sino en las posibilidades de oportunidades y de derechos, se podrá partir desde la empatía y así poder llevar a cabo la orientación y reflexión de la forma de vivencia que experimenta cada mujer discriminada y que pueden presentar influencias de poder o situaciones en cuestión de género difíciles de distinguir.

Teniendo en cuenta a (Leslie McCall, 2005 citado de Fundación de Secretariado Gitano FSG, 2017) destaca tres aproximaciones sobre la interseccionalidad, la primera por complejidad anti categórica; se dedica a la deconstrucción analítica de las categorías a partir del proceso de producción de la diferencia y naturalización. La segunda consiste en complejidad Inter categorial; requiere la adopción temporal y estratégica de las categorías existentes y se basa en estudios de desigualdades entre grupos ya construidos. Finalmente, la tercera que es intracategorial; parte desde alguna identidad marginada para poder interrogar el proceso de creación e implementación de exclusiones con base a la experiencia vivida.

Una de las características y también considerada parte de la cuarta ola, (Varela, 2020) es que la interseccionalidad es un movimiento amplio y respetuoso que trajo consigo la exigencia de la autoevaluación de privilegios.

A pesar de que la interseccionalidad tuvo sus orígenes afroamericanos, no solo se involucra en ellas exclusivamente, sino que esta herramienta tiene su participación en todo el género femenino, permite entender la co-construcción de las discriminaciones que se encuentran inmersas en el sistema moderno colonial del género. Es una herramienta imprescindible para entender la vulnerabilidad ante las violaciones de derecho y abordar distintas categorías que se presentan (La barbera y Wences, 2020).

El feminismo visibiliza la complejidad de la categoría “mujer” cuestionando el concepto, la cual representa lo que solo es una mujer para los demás y no permite ver la heterogeneidad y diversidad que está como trasfondo. El concepto de interseccionalidad es una desigualdad social, en la que se contemplan las diversas calificaciones sociales que componen las diversas mujeres de todo el mundo (López, 2020).

Es un concepto clave que nos permite comprender el alcance de las obligaciones internacionales de los estados que deben de reconocer las formas de discriminación entrecruzadas y el impacto negativo en la vida de las mujeres para así poder adoptar alternativas de solución y poder erradicarlas (La barbera y Wences, 2020).

En cuanto a la discriminación interseccional, es un tipo de discriminación específica en la que ocurren a la vez diferentes tipos de discriminación, tratando de no sumar las discriminaciones sino de comprender las especificidades de cada una de ellas. En opinión de Hill Collins (citado de la Fundación de Secretariado Gitano FSG, 2017) introduce un concepto “matriz de la dominación” en el cual hace

referencia a la forma en que las opresiones se intersectan y la organización de las mismas.

La base de la discriminación interseccional se encuentra en el uso de los estereotipos de género sobre a las mujeres que pertenecen a grupos discriminados históricamente, el género y la etnia son las principales características de un caso de discriminación interseccional (Fundación de Secretariado Gitano FSG, 2017). La orientación a la investigación interseccional se promueve para que sea posible vincular la experiencia de género y otras formas de desigualdad.

Para Ramírez, 2019 en la terapia es importante tener en cuenta la perspectiva interseccional, ya que legítima las subjetividades de las personas, principalmente se encuentran inmersas en problemas estructurales internalizados en sus identidades, causándoles dolor o sufrimiento (p.225).

En los últimos años la constante lucha emancipadora del feminismo ha contribuido a una mayor conciencia sobre la diversidad de interpretaciones que suscitan las desigualdades, exclusiones y discriminaciones hacia el género femenino. Los estudios e investigaciones han tratado de abordar el estudio de las identidades a través de distintas disciplinas, como lo son la antropología, sociología, psicología, para poder reestructurar la producción y reproducción de la cultura.

4. Violencia de genero un caso de discriminación

Para el programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo y ONU Mujeres, 2017 citado de La barbera y Wences, 2020 América Latina es considerada la región más peligrosa del mundo para las mujeres. Durante siglos se mantuvo a la mujer en extrema prohibición del conocimiento, como en la escritura, la lectura, modales en público, al que con absoluto silencio, control y sumisión. Forjándolas al miedo y a la violencia, a tal grado de normalizar el abuso y maltrato, para después manifestarse como un problema público (Varela, 2020).

Es en los años 70s cuando se comenzó a reconocer el fenómeno de violencia de género, los movimientos feministas han sido parte esencial de alarmar a la sociedad sobre el alcance en la vida de cada una de las mujeres, ya que este tipo de violencia solo afecta a las mujeres por el hecho de serlo (Trujillo y Pastor, 2021). El orden patriarcal se establece a través de una construcción estereotipada y sexista en la que prevalece la masculinidad por encima de la feminidad. Las construcciones simbólicas parten de la estructura social y cultural de cada individuo, los criterios variados como la raza, edad, religión, clase social, etc. pasan a ser parte de nuestra identidad desde el nacimiento, sin embargo, es una lucha constante su reconocimiento para que no sea su punto de partida para la discriminación de género.

4.1. Evaluación y propuesta de tratamiento

- Ficha de identificación

H., mujer de 19 años de edad, estudiante de tercer semestre de la licenciatura en Ingeniería mecánica eléctrica de la FES-Cuautitlán. Vive con su padre (O.) de 40 años, su madre (M.) de 40 años y hermano (O.) de 17 años. Originaria de La Concordia, Chiapas. De religión católica, creyente y se encuentra en una relación sentimental.

- Entrevista de remisión

La paciente fue remitida por violencia de género al servicio de PIIAV¹ por violencia de género y discriminación. Refirió que fue víctima de violencia de género por parte de un grupo reducido de compañeros de su facultad. Las agresiones consistían en comentarios y burlas racistas por su origen y cultura chiapaneca.

Los ataques iniciaron cuando ella decidió tomar tutorías en matemáticas (asesorías externas de apoyo para potenciar la adaptación a una asignatura) con algunos de sus profesores que también le impartían sus clases normales, ella asistía con el objetivo de mejorar sus calificaciones en las materias que se le dificulta y

¹ PROGRAMA INSTITUCIONAL DE INVESTIGACIÓN Y ATENCIÓN DE LA VIOLENCIA

después de clases, se quedaba más tiempo en la facultad para sus clases extracurriculares.

Sus compañeros al notar su mejoría en su desempeño en las clases, comenzaron a hacerle comentarios desagradables y burlas, al inicio no pensaba que fuera grave, pensó que era normal, hasta que comenzaron a violentarla más. Los comentarios comenzaron en redes sociales como grupos de WhatsApp y Facebook, después continuaron de manera presencial, en los pasillos de la facultad, dentro y fuera del salón.

La situación se presentó a finales de primer semestre durando hasta principios de cuarto semestre. H. decidió acudir por ayuda cuando un profesor la vio llorar en un pasillo de la facultad, ella le confesó por lo que estaba pasando y el profesor le sugirió levantar una denuncia, por lo que ella decidió hacerlo, su amigo de ese momento la acompañó ya que ella no conocía muy bien las instalaciones de la Facultad.

Evaluación

Entrevista multimodal (PIAV) anexo 1

Objetivo: obtener datos e información relevante de los hechos ocurridos y como han afectado en su conducta, sentimientos, sensaciones físicas, imágenes, pensamientos y relaciones interpersonales.

Ψ Datos demográficos

H. vive con su padre, madre y hermano en el Estado de México desde hace 2 años. Se encuentra estudiando tercer semestre de la licenciatura de Ingeniería mecánica eléctrica en la Facultad de Estudios Superiores Cuautitlán. Se encuentra en una relación con chico de 19 años de su mismo salón. Su familia y ella son creyentes de la religión católica.

Ψ Datos físicos

H. cuenta con una estatura de 1.73cm y pesa 67kg; de complexión delgada, tez morena clara, cabello negro largo. Tiene un aspecto físico agradable junto con un

buen aspecto de higiene. Acostumbra hacer ejercicio dos veces por semana con una duración de 45 minutos o 1 hora.

Ψ Datos del evento

Empezó a finales de primer semestre cuando ella inicio asesorías con los profesores que le impartían clase, ella menciona que, aunque ha sido muy buena para las matemáticas tenía dificultades en materia de cálculo. Los profesores de la escuela también ayudaban a los estudiantes que tenían dificultades con ciertas asignaturas, daban asesorías cuando tenían un tiempo libre de clases, en su mayoría en la tarde. Así que ella decidió acudir a asesorías de cálculo con su profesor, menciona que no solo era ella la que iba, también había otros 3 chicos de otros semestres y grupos. Poco a poco ella comenzó a mejorar en la clase, a participar y tener buenas notas, por lo que comenzó a recibir comentarios desagradables por parte de un grupo de compañeros, diciendo que “mejor se regresara a su pueblo” al inicio ella no le tomo importancia, pero después fueron más seguidos, esparciendo malos comentarios sobre ella en las redes sociales como en el grupo de WhatsApp y Facebook, después fueron personalmente, dentro y fuera del salón de clases.

Ψ Datos de los agresores

Un grupo de aproximadamente 5 compañeros y compañeras de su salón de aproximadamente 18 a 20 años, era un grupo que en ocasiones faltaban algunos integrantes. Los que impartían la agresión en su mayoría fueron dos de ellos, un chico llamado A. de aproximadamente 20 años con orientación homosexual, y una chica llamada P. de aproximadamente 18 años.

Ψ Consecuencias/ manifestaciones de la agresión recibida

Se muestra insegura, con miedo a que algo malo pueda pasarle en la escuela, preocupada de que pueda agravarse la situación, con pena y con comportamiento cohibido.

Durante la realización de la entrevista H. se presentó con un lenguaje coherente, pausado y con tono quebrado. Tuvo una mirada evasiva y un lenguaje corporal cohibido.

CASIC (Slaikeu, 1998)

Objetivo: Permite evaluar los elementos de la personalidad en áreas como conductual, afectiva, somática, interpersonal, cognitiva y sexual. También permite identificar las consecuencias después de un estado de crisis en la persona. En la tabla 1 se muestra un breve resumen.

CONDUCTA

Presenta insomnio, flojera, aislamiento, tics nerviosos, problemas de concentración, problemas del sueño. Indica que algunas conductas, hábitos y acciones que le gustaría cambiar son cuando se pone nerviosa y toca cualquier objeto para controlarlo y maniobrarlo ya que se distrae fácilmente. Las actividades de las que se siente orgullosa es el dibujo y bordar, algunas cosas que le gustaría hacer más es aprender alemán y tocar la guitarra, lo que menos le gustaría hacer es aseo y practicar deportes, lo que le gustaría dejar de hacer es procrastinar, lo que hace en sus tiempos libres es estar en el celular, leer libros y bordar, una de las actividades que la relajan es dibujar.

SENTIMIENTO

Presenta frecuentemente enojo, culpabilidad, infelicidad, felicidad, descansada, ansiosa, contenta, temerosa, esperanzada, optimista, tensa.

Enlistó sus 5 miedos principales; primer lugar se encuentra no cumplir con lo que se propone, en segundo; no poder ayudar a su familia, en tercero; perder oportunidades en la vida, en cuarto; no elegir a la persona correcta y el último una fobia a las arañas.

Uno de los sentimientos que le gustaría experimentar más a menudo es estar más relajada y tener mucha felicidad, de los sentimientos que le gustaría sentir menos a menudo son la ansiedad y la melancolía. Los sentimientos positivos que ha experimentado recientemente son de sorpresa y felicidad. En cambio, los sentimientos negativos son miedo y ansiedad. La probabilidad de que pierda el control de sus sentimientos es cuando se siente triste. Para sentir calma y relajación se imagina en una hamaca en casa de sus abuelos.

Se siente orgullosa de estudiar en la Máxima casa de estudios-UNAM, las experiencias de felicidad ocurren cuando termina las cosas que tiene pendientes y hablar con sus papás. Una de las cosas que la pone triste es no poder ser amiga de alguien, se enoja mucho cuando no la dejan dar su opinión y cuando no la escuchan.

Las actividades y pasatiempos que más disfruta y que la hacen sentir relajada son ver películas, escuchar música y salir a caminar.

SENSACIONES FÍSICAS

Dolor de cabeza, ojos llorosos, ruborización, tensión muscular en cuello y cintura, tics en manos, fatiga, dolor de espalda.

Cuando presenta enojo manifiesta físicamente; ruborizarse, resalta en venas de la cara, tono de voz alto y aprieta cualquier cosa que tenga cerca de ella.

Cuando presenta alegría; se ríe mucho, está calmada y le brillan los ojos.

Cuando muestra tristeza; llora muy rápido, se aleja para no hablar con nadie.

Cuando muestra ansiedad; muerde cosas, juega con las manos y presenta dolor de mandíbula.

IMÁGENES

Imágenes de soledad, de ser amada, de posibilidad de ser lastimada, pudiendo herir a otros, no enfrentando problemas, imágenes de aliento exitoso y en las que se burlan y hablan de ella.

Describe como una imagen o fantasía más placentera el borrar de un pizarrón las cosas que ya hizo y estar en lugares donde hay muchos árboles. No presenta pesadillas.

PENSAMIENTOS

Se considera una persona sensible, leal, confiable, confusa, conflictuada, con problemas de concentración, de memoria, capaz de tomar decisiones y

perseverante. Piensa algunas preguntas existenciales, uno de los pensamientos que le molestan una y otra vez es la preocupación por establecer vínculos afectivos.

Se encuentra conforme en que otras personas son más felices que ella, como también que no debería cometer errores y agradecerle a los demás.

RELACIONES INTERPERSONALES

Describe la personalidad de su padre como una persona con carácter muy fuerte, así como cariñoso y muy atento con sus seres queridos. De su madre describe que es una persona muy emocional y expresiva. Confía en sus padres, aunque tiene más preferencia en expresarse con su madre. Una de las personas más importantes en su vida fue su abuela materna, sintió mucha tristeza por su pérdida.

No hace amigos fácilmente y en algunas ocasiones conserva la amistad por cuestiones de cambio de escuelas o residencia, fue fastidiada en la secundaria y en la universidad, recibía ofensas por su cuerpo “por ser plana” y por ser “la matada del salón”.

Las relaciones que le provocan alegría es cuando su papá la llevaba a sus clases de inglés, ya que estaba a dos horas de viaje y le daba oportunidad de platicar mucho con él, cuando sale con su novio y convive con su familia. Las relaciones que le causan molestia es estar con alguno de sus tíos a los que hacen críticas y comentarios hirientes.

La comodidad que generalmente siente en situaciones sociales es relativamente confortable, generalmente no es directa en expresar sus sentimientos, opiniones y deseos a las demás personas, piensa que es muy brusca cuando trata de expresarlo y es por eso que le cuesta hacerlo.

Ella menciona que una de las formas en que la gente la lastima es haciendo malos comentarios sobre su físico, piensa que un amigo debería aconsejar y estar en cada momento con la persona.

Tabla 1

	CASIC
Cognitiva	Sobre generalización, recuerdos, ideas e imágenes negativas recurrentes.
Afectiva	Se siente enojada, triste, culpable, ansiosa, melancólica y con miedo. Su mayor miedo es no cumplir con lo que se propone y una de las cosas que le pone triste es no ser amiga de nadie.
Somática	Dolor de cabeza, tensión muscular en cuello y cintura, tics en manos y ojos, dolor de espalda y fatiga
Interpersonal	Le cuesta mucho hacer amistades
Conductual	Problemas de concentración, insomnio, aislamiento y tics

CASIC: consecuencias cognitivas, afectivas, somáticas, interpersonal y conductual descritas por la historia multimodal PIAV.

TEST PROYECTIVO HOUSE, TREE, PERSON (Buck, 2000)

Objetivo: Analizar la percepción de sí mismo en relación con los demás y ambiente familiar, facilitando la obtención de la personalidad de la persona.

Se le pidió que realizara dos dibujos, uno con lápiz y el segundo con colores. Se llevó a cabo la interpretación de los mismos en los que arrojan las siguientes características:

Sentimiento de inadecuación en la búsqueda de satisfactores, tiene una interacción equilibrada, sentimiento de culpa, tiene una importante cuota de fantasía, de ensueño, de delicadeza, el sombreado de lado izquierdo del dibujo es producto de una actitud agresiva, pero hacia sí misma (auto agresión). Fuerte afirmación del Yo, de la energía, simpatía, carácter abierto, buena disposición para adaptarse. Indicador por excelencia de actitud defensiva. Con una personalidad formal, gran control de todo lo que tenga relación con la espontaneidad de las

emociones y de los sentimientos, con un gran esfuerzo y empeño en causar buena impresión ante los demás.

Cuida de su imagen y filtra todo lo que vaya a exteriorizar. Buena discriminación de la realidad. Con un grado de curiosidad menor, aunque de todas formas desea ver aquello que está oculto para ella. Con gran apego a las normas y directivas, acepta un orden determinado y no se le ocurre modificarlo de ninguna forma. Con Ansiedad, Angustia, Depresión. Tiene una fuerte necesidad de sistematizar, con cierto rigor o rigidez las expresiones de su personalidad, existe un importante apego a los hábitos y costumbres y también tiene ausencia originalidad.

OBSERVACIÓN DIRECTA

Objetivo: Analizar las expresiones verbales y no verbales de la persona

En el transcurso de las primeras sesiones la paciente no realizaba contacto visual, mantenía la mirada baja y evasiva especialmente en momentos de preguntas. Mantenía la actitud cohibida, en ocasiones con nerviosismo.

En el momento en que se le pidió que hablara sobre los hechos de las agresiones, tenía nerviosismo; se tocaba constantemente sus manos, la postura de su cuerpo cambiaba en maneras en que se sentía cómoda, su rostro expresaba tristeza y timidez.

El estado de ánimo de H. era triste y cohibida, no hablaba mucho, solo si se le hacían preguntas. En las sesiones se mostró higiénica y con cabello peinado.

RELAJACIÓN PROGRESIVA (Jacobson, 1938).

Objetivo: reducir los niveles de tensión en los músculos, tomando en cuenta la conciencia de las sensaciones.

La paciente mostró interés en la actividad ayudando a colocarse en un lugar tranquilo de su casa, ella prefirió su habitación. Se sentó en una silla de manera que se sintiera cómoda. Se comenzó dando indicación de tensión muscular en manos y brazos dominantes, después con los no dominantes, seguido de estos, con la cara,

cuello y garganta, después con pecho, hombros, espalda y por último pantorrilla, pies dominantes y no dominantes.

H. se concentró en la actividad, siguió paso a paso las órdenes que se le mencionan, el ambiente tranquilo del día y el silencio de la habitación ayudó a que no hubiera una distracción, logrando tener una mejoría en la parte de la espalda, al término de la relajación mostró una actitud cooperativa y alegre, haciendo mención que se había sentido menos tensa.

Tratamiento

Terapia racional emotiva conductual (TREC), Reestructuración cognitiva, Desensibilización sistemática y eje de análisis interseccional.

Para Ruiz, Díaz y Villalobos (2012) la reestructuración cognitiva se encarga de eliminar pensamientos, creencias, sesgos negativos en la persona, ya que éstas generan malestar emocional y comportamientos desadaptados. El no tener un proceso cognitivo estable puede agravar las habilidades cognitivas, del comportamiento, proceso de autorregulación emocional, de reflexión, análisis y toma de decisiones.

La desensibilización sistemática se dirige en reducir la ansiedad y las conductas suscitadas ante determinados estímulos, se encarga de inducir una respuesta de relajación mientras se le expone en imaginación a una jerarquía de estímulos que incrementan su intensidad (Ruiz, Díaz y Villalobos, 2012). En cuanto a la terapia racional emotiva conductual (TREC) es un método terapéutico que intenta descubrir las irracionalidades de nuestros pensamientos para así poder sanar las emociones dolorosas, dramatizadas y exageradas que las provocan (Ibídem).

A lo largo de 6 sesiones con duración de aproximadamente 60 minutos, se identificaron ideas, pensamientos y emociones que se presentaron en las agresiones que tuvo H., el resumen de las mismas se presenta a continuación.

Se obtuvo como (A) *Acontecimiento activador*. “por las buenas notas que obtuve en clases de matemáticas, mis compañeros comenzaron a hacerme ofensas

y a discriminarme por ser de Chiapas”, en (B) *Sistema de creencias*: “por ser de Chiapas recibo comentarios racistas y no tendré las mismas oportunidades de tener nuevas amistades”, (C) *Consecuencias se reflejan en*: ansiedad, miedo, tristeza, enojo, “no soy buena en hacer amistades”.

Para Ruiz, Díaz y Villalobos, 2012 el análisis detallado de las emociones y conductas disfuncionales y de los acontecimientos que los provocan va dirigido especialmente a ir detectando creencias, opiniones o explicaciones que encierren exigencias por lo que es importante clasificar si son problemas primarios o secundarios, en la teoría difícilmente puede percibirse (B) y se han centrado más en las repercusiones que tiene (C), no es el estímulo lo que genera una respuesta sino el sistema de creencias.

En la teoría del TREC se describen cuatro formas del pensamiento irracional de las cuales Ellis, 1984 (citado de Ruiz, Díaz y Villalobos, 2012) defiende a catastrofismo, baja tolerancia a la frustración y depreciación global como demandas o exigencias absolutistas de los “debería ser”, a través de las sesiones se logró reconocer las distorsiones de la siguiente forma:

1. *Demandas o exigencias*

“Tengo que ser la mejor para mi familia”

2. *Catastrofismo*

“Tengo mucho miedo de lo que pueda pasarme después, cuando entre a clases presenciales y me los pueda encontrar en los pasillos”

3. *Baja tolerancia a la frustración*

“Nunca he sido buena en hacer amigos, la mayoría se va en un corto tiempo”

4. *Depreciación o condena global de la valía humana*

“No consigo amigos y soy mala en hacer nuevas amistades”

Así mismo, se elaboró una actividad de autorregistro que consistió en recoger información emocional durante una semana para medir el grado de actividades y pensamientos negativos que se presentaban

Situación	Pensamiento disfuncional	Emoción	Conducta	Pensamiento alternativo
“cuando las personas me decepcionan, cuando me engañó mi novio”	Porqué lo hizo No soy suficiente No soy guapa como ella	Tristeza Coraje	Llorar	Fue lo mejor, tengo más tiempo para mí y así no estoy preocupada en mis tiempos
“No ser aceptada en un grupo, tomo decisiones malas”	Puedo hacer amistades si los ayudo	Tristeza Mucha nostalgia	No salía de mi habitación porque mis papás no me hablaban	Me ayudó porque comprendí que así no se hacían amigos, y que son de las cosas que me dejan una experiencia que no quiero repetir
Mi novio y su mamá me invitaron para pasarla 1 día a Michoacán	Sabía que no me darían permiso, pues nunca lo hacen y menos ir a otro estado”	Nervios Ansiedad, si decirles o no	No sabía cómo decirles y estaba muy nerviosa	Si no les digo tengo solo el 50% de respuesta de no así que no pierdo nada en comentárselo
Registrarme o no en YouTube	Tengo que hacerlo, porque si no perderé dinero	Me sentí con pánico, preocupada	No podía dormir y me sentía muy nerviosa	Lo deje pasar, y me siento despreocupada ya que aún hay más tiempo para solucionar lo del SAT y hay más alternativas

No poder escribir que no tenía muchas situaciones para enseñárselas a la psicóloga	Qué pena con la psicóloga, qué va a decir y además no para ella, sino es parte de mi proceso	Nerviosa, culpable por haber tenido el tiempo y no lo hice	Lo hice rápido hace rato	Puedo explicarle lo que pasó, tranquilizarme y hacerlo con más tranquilidad
Me enoje con mi hermano porque no quiso ayudarme a preparar la comida	Enojo e indignación	Solo estaba enojada	No le hice caso y tampoco hice la comida	No hice la comida porque me dijo que él se haría otra cosa así que mejor no me presioné, porque al final de cuentas la comida era para él y no para mí, porque podía comer otra cosa. Así que mejor lo dejé así e hice mis cosas

Tabla 1: Situaciones que presentó H. en una semana de escuela, elaborada por ella.

El objetivo de estas técnicas es ayudar a las personas a maximizar su individualidad, la aceptación y su libertad, dando pie a la elección de su propio estado emocional y su compromiso social, ya que el efecto del pensamiento absolutista, dogmático y evaluativo influye sobre nuestros pensamientos, emociones y acciones en nuestra vida diaria (Ruiz, Díaz y Villalobos, 2012). Es por ello que, al intentar conseguir metas, se van presentando acontecimientos activadores que impiden o ayudan el proceso del buen actuar, aunque no todas las personas actúan de la misma manera ante el mismo contexto, dependerá del modo de educación de cada individuo y el significado o interpretación que se le dé a la situación.

La triada cognitiva de Beck se enfoca principalmente en las alteraciones de patrones cognitivos que lo inducen a tener:

- Ψ Una visión negativa de sí mismo
- Ψ Una visión negativa a sus experiencias

Ψ Una visión negativa del futuro

Se centra en el significado, se analiza junto con la racionalidad de los pensamientos y se enseña al paciente a pensar de una forma correcta para intervenir principalmente los errores o distorsiones que puedan obstruir el procesamiento de información (Ruiz, Díaz y Villalobos, 2012).

Durante la aplicación de la técnica se lograron identificar pensamientos distorsionados que fueron discutidos y posteriormente contrariados por la paciente, logrando cambios significativos en el pensamiento y discurso, de manera que afectó positivamente su actuar en su ingreso a otros grupos sociales.

En la siguiente tabla se describen las ideas irracionales bajo la mirada de triada cognitiva después de presentarle las capturas de pantalla:

Tabla 2: comparativo de distorsión cognitiva con su ajuste de pensamiento funcional ante un esquema negativo.

Esquema cognitivo	Distorsión cognitiva	Ajuste cognitivo
Una visión negativa de sí mismo	“Soy muy tímida y eso hace a que no tenga amigos, mi acento no se escucha tanto, pero hay quienes lo notan y se alejan de mí”	“Soy empática con los demás, no le tomo importancia de lo que digan de mí y mis raíces, me siento orgullosa de mi cultura”
Una visión negativa a sus experiencias	“Desde que tengo memoria he pasado por este tipo de situaciones, me excluían sin razón aparente”	“se me hace ridículo lo que hicieron, ahora me da risa”
Una visión negativa del futuro	“Soy mala en hacer amigos y por querer encajar con los demás me dejaba influenciar en cosas malas”	“Antes me metí en problemas por no hablarlo y ahora ya puedo hacerlo con mi red de apoyo”

Posteriormente que se ha producido el entrenamiento de relajación en los pares de Jacobson, se ha elaborado la jerarquía de ansiedad y se cuenta con una capacidad imaginativa adecuada, al presentar las imágenes (capturas de pantalla) Se trabajó en términos de qué significa para ella, cómo lo está viviendo o cómo lo vivió y si hay algo que se pueda cambiar o modificar, se detectó lo que le generaba ansiedad, miedo, angustia o enojo, así mismo, se trabajó en ellas tanto en lo cognitivo y somático para reestructurar el pensamiento.

Como lo está viviendo: Uno de sus miedos se hace realidad, pensaba que en el ciudad no se dejaba guiar por los estereotipos y fue lo que se presentó en sus compañeros de clase, pensaba que iba a tener el apoyo de sus 5 compañeras, terminaron siendo guiadas por los estereotipos y la discriminaban por ser originaria de Chiapas. Le causa tristeza que la generalicen y aunque se siente orgullosa de sus raíces, le lastima el tipo de exclusión que tiene puesto que pensó que en un nivel alto de escolaridad no podría pasar ese tipo de eventos discriminatorios.

Ella puede hacer algo al respecto: al aceptar sus raíces puede hacer grandes cosas y no necesita ser de la ciudad o estado para demostrar que es una persona con mucho talento y que al inicio cuesta trabajo poder imaginar la situación, sin embargo, piensa en lo sobresaliente que ha sido ante las diversas situaciones que se le presentaron, posiblemente pueda cambiar lo que siente.

Al no seguir presentando los mismos sentimientos y emociones se pudo llevar a cabo el término de los ítems de manera tranquila.

El propósito de involucrar la perspectiva de género como herramienta para abordar la problemática de discriminación es que al ser el género una identidad que se va construyendo socialmente dispone un uso generalizado con lo propio de cada sexo, con H. se pudo identificar que la perspectiva que ella tenía con respecto a su género son similares a las que la sociedad ha intentado normalizar con sus distintos grados de violencia, las modalidades en las que se entretaje la discriminación se presentan en distintos ámbitos de nuestra vida, progresivamente se ha identificado y reflexionado sobre nuestro andar con perspectiva de género y finalmente se comparten investigaciones para concientizar a la sociedad de que es importante para

el bien común y para detener la violencia y la discriminación sin importar la clase, la raza y el género en el que nos identifiquemos.

La interseccionalidad permite identificar las interacciones entre el género, la raza, clase, edad y otros vectores, reconociendo la diferencia y la discriminación que marcan las relaciones sociales y las identidades. En la vida cotidiana, resulta difícil diferenciar qué acto de discriminación es el que se presenta, aun teniendo en cuenta sus principales ejes, se pueden presentar en situaciones individuales o entre grupos (Moreno y Alcántara, 2016).

Esta herramienta analítica posibilita reconocer las interacciones con tres categorías antes ya mencionadas, clase, raza y género, las cuales se enfocan en las consecuencias sociales y materiales, así como hechos históricos y sociales. Existen mecanismos que refuerzan la organización del género, sin embargo no por ser mujer significa que se debe de continuar con las creencias de inferioridad y sumisión, con H., a pesar de que tiene raíces chiapanecas, su familia tiene la visión de que las mujeres también pueden estudiar, H., lucha día a día por que la creencia de que las mujeres chiapanecas también pueden ser ingenieras y no solo las de la Ciudad de México o en su defecto solo los hombres, que tanto el género femenino y masculino tienen la misma capacidad y oportunidad de ser profesionistas, que la cultura que cada individuo posee es digna de ser respetada, valoradas y apoyadas por todos y todas y que apoyando a la diversidad lograremos un cambio de perspectiva.

A través del paso de las sesiones, las emociones y pensamientos distorsionados o disfuncionales producen maneras inapropiadas de poder sobrellevar una situación que afecta nuestro medio de bienestar. La paciente logró identificar dichas distorsiones y poder generar un ajuste de las mismas, creando un nuevo panorama de la situación que vivió, ya no como una limitante de su actuar como compañera foránea, sino como una persona con mucha cultura por aportar a la sociedad que desconoce de la misma, ya que después se involucraba en conversaciones con compañeros de la facultad sin miedo, cuando tenía la

oportunidad les platicaba de sus costumbres en vacaciones y de algunos lugares turísticos.

Ya que la paciente tuvo una mejora en el tratamiento con respecto a las emociones y pensamientos, al verse reflejadas en su rostro, en su actuar y en su resumen de lo que pasaba en su semana, se decidió dar término al tratamiento.

4.2. Seguimiento

Para dar un seguimiento al tratamiento psicológico se modificaron las sesiones, acordando reunirnos en un lapso de 15 días, en un total de 5 sesiones de aproximadamente 1 hora, se identificaron cambios respecto a las ideas irracionales, sentimientos y conductas nerviosas que presentaba anteriormente.

A continuación, se clasifica las mejoras que tuvo en los siguientes ámbitos de su vida social:

Ámbito escolar

H. logró que en los próximos semestres socializar con más de sus compañeros, se integra a las conversaciones en su salón y socializa por redes sociales, la buscan por la plataforma Facebook y ha sostenido conversaciones con amigos de Chiapas y Facultad.

Familia y pareja

La comunicación mejoró, habla más con sus papás y les cuenta lo que vive en su escuela, lo que le gusta y lo que no, sus amistades y la relación que tiene con su novio, comenzó a ir al GYM con su hermano, mamá y novio, intenta socializar con las personas que están en el GYM aunque sea por poco tiempo.

Las expectativas a futuro que tiene H. es lograr ser una ingeniera reconocida en su área y que su nombre sea destacado en futuras investigaciones para ayudar a la sociedad.

Concepto de sí misma

Es una mujer con posibilidad de alcanzar sus sueños, se siente orgullosa de la persona que es, su cultura y las raíces de su familia le han inculcado que ayudar a los demás le recompensará con cosas buenas en un futuro, considera que tener mucho enojo es preocuparse de más, anteriormente no comprendía que el enojo no la hacía darse cuenta de que podía encontrar soluciones, se cegaba completamente de la realidad y se centraba en que podía no estar pasando justamente aquí, en el ahora, posteriormente logro modificar la estructura de sus pensamientos para después pensar que se perdía de muchas cosas por estar enfocada en el pasado, “tengo que trabajar en eso, pues son las cosas que hay en el mundo y tengo que encontrar el modo de afrontarlas, si me llega a pasar en un futuro ya me siento preparada”.

H. se mostró en las sesiones contenta, con un semblante alegre y con tema de conversación, risueña y con disposición en contar lo ocurrido de su semana, desde el momento de su remisión hasta el término del tratamiento se mostró con disposición en fortalecer sus virtudes y valorar el esfuerzo que hace por hacer amistades.

- “Ahora veo las capturas de pantalla y me da risa”
- “Me siento segura de que con esfuerzo y dedicación puedo lograr lo que quiero”
- “Si recibo un comentario de discriminación no le tomo importancia”
- “No me identifico con los comentarios racistas que leo en las redes sociales”

Las técnicas cognitivo conductuales permitieron identificar en la paciente problemas psicológicos, así como también modificar los mismos para su mejora, se reemplazaron ideas irracionales por ideas sensatas, ejemplo de ello es que considera tener las mismas oportunidades que todos y todas y tener el potencial para lograrlo, por último, las conductas nerviosas que tenía fueron disipando con el paso de las sesiones.

En resumen, se concluye que las técnicas fueron efectivas de acuerdo a las evaluaciones realizadas y su comparación en los resultados, ya que se presentó una mejora significativa que le permitió continuar con confianza en sí misma a pesar de los eventos negativos que seguían ocurriendo en su ámbito social, persistió en mejorar sus relaciones interpersonales logrando tener una relación de noviazgo y tener en un concepto firme sus raíces y cultura que la hacen sentir orgullosa de ser Chiapaneca.

Conclusiones

“Cuando se lucha por nuestros derechos, no se está luchando por derechos sujetos a mi persona, sino que estamos luchando para ser concebidos como personas.”

Judith Butler

El género es la causa principal de la violencia y la discriminación, va acompañada de los roles, mandatos, estereotipos y prejuicios sociales. Las mujeres y los hombres no somos iguales hablando en términos de sexo, pero si somos iguales en lo que respecta al género, es decir., tenemos las mismas oportunidades de ejercer cualquier acto sin distinción, llámese educativo, profesional, deportivo, cultural, político, etc. De eso se trata la diversidad de género, aquí el problema no es que nos hace diferentes, sino la falta de igualdad ante esta diversidad, al tener este problema, va de la mano los tratos desiguales que a su vez crean una falla en el goce de los derechos, presentando actos discriminatorios que son una de las muchas expresiones de la violencia.

La diferencia entre el sexo y género refleja que los contextos culturales y la ciencia están cambiando, existen nuevas herramientas para enfrentar y desmenuzar el problema que nos atañe como comunidad y así poder verlo desde una perspectiva más digerible, sin embargo, aún se tienen ideas estereotipadas que toman en cuenta ciertos tabúes en razón de género y como resultado se produce el concepto erróneo de las mujeres y los hombres, presentando solo una imagen con estereotipos de género, es decir, que si eres mujer no puedes jugar futbol, y si eres hombre no puedes cocinar. Se enfoca solamente en las “diferencias” del sexo y no en destacar que ambos pueden realizar la misma tarea sin dejar de ser mujer y hombre.

La violencia se encuentra inmersa en los distintos ámbitos en los que nos rodeamos, no es exclusiva para una edad, ni para un color de piel o para un solo país, se encuentra en cada espacio, incluso en el menos pensado. El ámbito escolar es considerado como uno de los espacios en los que se imparte cultura, enseñanza, valores, aprendizaje, entre otras cosas; sin embargo, a pesar de los esfuerzos

realizados para defender los derechos de las mujeres y los hombres, es preocupante que en la actualidad el índice de violencia conforme a su tipología ya sea dentro o fuera de los centros educativos, anuncien cifras alarmantes.

No solo en el ámbito educativo se presenta el fenómeno de la violencia, como mujeres aún nos enfrentamos con distintos obstáculos culturales, sociales y políticos para el pleno goce de nuestros derechos. Con la lucha constante por una igualdad en oportunidades, podemos recordar nuestra historia, en la cual, el género femenino ha sido oprimido, discriminado, desvalorizado, controlado, limitado y sometido. Al no contar con las mismas oportunidades, se nos presenta una serie de retos que enfrentar, pero no solo es tarea de las mujeres luchar ante esta desigualdad, sino también es trabajo de la sociedad modificar las brechas históricas de desigualdad y de violencia que hemos adoptado, un trabajo en conjunto mejorará nuestra lucidez ante el problema y conocer más a fondo las consecuencias que genera en nuestra sociedad, pues aún nos hace falta mucho que aprender y que mejorar para lograr una igualdad de género.

Esta tesis me permitió afirmar una vez más que el problema como sociedad y como comunidad estudiantil aún sigue sin ser atendido, que a pesar de que se tiene mayor información sobre la violencia de género, pasa desapercibida por conveniencia. Con H. Aunque en lo teórico se tenía presente, ella normalizó las agresiones por parte de sus compañeros, creyendo que todos pasamos por alguna situación similar, sin embargo; no son actos que se tengan que normalizar, ya que afectan no solo la parte emocional, somática, cognitiva, y conductual de una persona, sino también con sus círculos cercanos de convivencia, como la familia, amigos y escuela. En la vida práctica aún falta mucho que pulir. Se puede dominar lo teórico, pero en lo práctico somos uno de los países con mayor índice de violencia contra la mujer.

Recordemos que algunos de los elementos que tiene la violencia de género son: en la conducta (por acción u omisión), que genera un daño (puede ser físico, psicológico, económico, patrimonial, sexual o de otro tipo), que tiene consecuencias (individuales y colectivas, inmediatas y a mediano y largo plazo) y, por último,

comúnmente se ve atravesado en un contexto de creencias, estereotipos, roles de género, entre otros.

Es por ello, que una de las herramientas consideradas para esta tesis es la interseccionalidad, se enfoca en ser un implemento en la búsqueda del reconocimiento a la igualdad, manifiesta las oportunidades, capacidades y habilidades sin limitaciones de género, así como también nos sirve como para entender la vulnerabilidad ante las violaciones de género y los derechos humanos, interactuando entre dos o más factores sociales que definen a una persona o a un grupo en particular. No olvidemos que la violencia toma forma de diversas expresiones, una de ellas es la discriminación que es todo lo que involucra un trato desigual hacia una persona o grupos. La interseccionalidad, nos permitirá tener un panorama de reflexión ante la discriminación y las dimensiones que atraviesan, algunas como etnia, raza, clase y sexualidad, es un concepto actual que requiere de mayor difusión.

A pesar de los conflictos que se le han dado a esta herramienta es necesario enfatizar que no es solamente dirigida a mujeres de raza, sino su principal objetivo es el género femenino, el cual a lo largo de la historia ha sido foco de discriminación múltiple, sin esta herramienta, dificultaría la comprensión de un abordaje por separado, en cambio si la implementamos, permitirá desmenuzar los términos de igualdad y una autoevaluación de privilegios.

El tratamiento bajo la teoría cognitivo conductual resultó satisfactorio ya que H. logró manifestar sus emociones y sentimientos de forma clara para con ella, con la finalidad de comprender que la violencia no es un juego y que no tiene que pasar mucho tiempo para pedir ayuda. En la FES Iztacala el programa multidisciplinario PIAV brinda la oportunidad de atender la violencia de género con el objetivo de implementar la perspectiva de género, orientó el acompañamiento terapéutico, el cuál mostró que la terapia cognitivo conductual, contribuye en transformar la visión violentada hacia el género, para prevenir, atender y concientizar la violencia contra las mujeres.

Por último, hago la invitación a las y los lectores que identifiquen los mensajes, actos, eventos de discriminación y violencia de género, con el fin de poder reflexionar sobre los mismos y no seguir fortaleciéndolos. La perspectiva de género es el camino hacia la igualdad, respeto y a la no discriminación, el mensaje tiene que ser promovido por todas y todos, es una realidad en la que tenemos que aprender del error histórico, que bastante daño ha ocasionado. Por otra parte, propiciar procedimientos de intervención basados en la igualdad de género, así como generar medidas de prevención para personas víctimas en eventos futuros.

Bibliografía

- Beauvoir, S. (1948-1949). *El segundo sexo*. Siglo veinte. Pp. 1-356.
- Beck, A., Rush, A., Shaw, B. & Emery, G. (2010). *Terapia cognitiva de la depresión*. Desclée de Brouwer, 19 edición.

- Butler, J. (2004). *Deshacer el género*, PAIDÓS.
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos (2018). El derecho a la no discriminación, segunda edición. <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/2015-2016/21-Discriminacion-DH.pdf>
- García, A. (2016). De la historia de las mujeres a la historia del género. *Contribuciones desde Coatepec, Redalyc*. (31).
- Giménez, G. (2003). La cultura como identidad y la identidad como cultura, *Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM*. Pp. 1-27.
- Guillén, P. (2004) Relaciones de poder: leyendo a Foucault desde la perspectiva de género. *Revista de Ciencias Sociales (Cr)*, vol. 4 (106), pp. 123-141.
- Hernández, N. & Sánchez, J. (2007). *Manual de psicoterapia cognitivo-conductual para trastornos de la salud*. Libros en red. Pp. 9-285.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020, 23 de nov.). Estadísticas a propósito del día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/Violencia2020_Nal.pdf
- Lagarde, M. (1996). "El género" fragmento literal. La perspectiva de género. *En Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*, horas y horas, pp. 13-38.
- Lamas, M. (2000). Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. *Cuicuilco, Escuela Nacional de Antropología e Historia vol. 7 (18)*, pp. 1-25.
- Martínez, A. (2016). La violencia. Conceptualización y elementos para su estudio, *Política y Cultura*, (46), pp. 7-31.
- Melgar, L. & Piñones, P. (s.f). Glosario de términos relacionados con violencia y género. PUEG, UNAM. pp. 1-46.
- Organización de las Naciones Unidas Mujeres, (s.f). Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas. <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>
- Pérez, M.C & Romo, N. (2012) Igualdad y género. Conceptos básicos para su aplicación en el ámbito de la seguridad y defensa, *Cuadernos de estrategia*, n.157. pp. 21-51.
- Ramírez, J. (2019). Fundamentos de un trabajo social clínico feminista: una perspectiva de género, raza e interseccionalidad. *Revista perspectivas* (33), pp. 207-243.

- Ruiz, M., Díaz, M. & Villalobos, A. (2012). Historia de la terapia cognitivo conductual. En Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales (Pp.29-96). Desclée De Brouwer.
- Lamas, M. (2015). *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual* (2a ed.) Bonilla Artigas Editores. Pp: 352
- Connell, R., Pearse, R. (2018). *Género: desde una perspectiva global. Publicaciones de la Universidad de Valencia* (PUV). <https://www-digitaliapublishing-com.pbidi.unam.mx:2443/viewepub/?id=62586>
- Aparisi, A. (2009). Ideología de género: De la naturaleza a la cultura. *Persona y derecho*, 61, pp.169-193.
- Butler, J. (2004). *Deshacer el género*, PAIDÓS
- Fondo de las Naciones Unidas para la infancia. (2017). Guía para periodistas- Perspectiva de género. Primera edición. https://www.unicef.org/argentina/sites/unicef.org.argentina/files/2018-04/COM-1_PerspectivaGenero_WEB.pdf.
- Chávez, J., Granados, J. & Castro, M. (2011). *Migración internacional identidad de género y participación social de las mujeres*. Editorial Miguel Ángel Porrúa.
- Jayne, M. (s.f). Identidad de género. *Revista de psicoterapia*. vol.10, (40), pp. 5-22.
- García, C. (2000). Identidad e identidades de género: de la exclusión a la complejidad. *Tabanque*, (15), pp. 39-57.
- Lagarde, M. (2017). Identidad de género y derechos humanos la construcción de las humanas. En Barros, C. & García, S. (eds.), *Género, Meio Ambiente e Direitos Humanos* (pp.127-165). Fortaleza.
- Cortés, M., Rodríguez, Y. & Muñoz, A. (2014). Guía para la incorporación de la perspectiva de género. *Dirección General del Servicio Exterior y de Recursos Humanos*. P.100.
- Hernández, C. (2019). Los jóvenes mexicanos y sus construcciones relacionadas con los roles de género. *Acta universitaria*. (29), pp. 1-16.
- Lamas, M. (s.f). El enfoque de género en las políticas públicas. *Opinión y debate*. Pp1-4.
- Expósito, F. (2011). Violencia de género. *Mente y cerebro*, (48), pp. 20-25.
- Rohlf, I. & Valls, C. (2003). Actuar contra la violencia de género: un reto para la salud pública. *Gac Sanit.* (4) vol.17, pp. 263-265.

- Durán, M., Campos, I. & Martínez, R. (2014). Obstáculos en la comprensión de la violencia de género: Influencia del sexismo y la formación en *Acción Psicológica*, (2) vol.11, 97-106.
- Mateo-Corral, Y. & Bueno-Casa, M. (2018). La violencia de género desde el punto de vista de la psicología. En Tajahuerce, I & Ramírez, E (eds.), *La intervención en violencia de género desde diversos ámbitos*, (pp. 55-68). Dykinson.
- Espinar, E. (2007). *Las raíces socioculturales de la violencia de género. Escuela abierta*. (10), pp. 23-48.
- Gil, P. & Lloret, I. (2007). *La violencia de género*. Editorial UOC.
- Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología. (s.f). Violencia: ciencia unam [infografía]. <http://ciencia.unam.mx/assets/ciencia-para-chavos/06-ciencia-para-chavos-violencia-guia.pdf>
- Cuervo, E. (2016). Exploración del concepto de violencia y sus implicaciones en educación. *Política y cultura*, (46), pp. 77-97.
- Calderone, M. (2004). Sobre violencia simbólica en Pierre Bourdieu. *La trama de la comunicación*, vol. 9. Pp. 1-9.
- Mora, M. & Montes, B. (2009). Aspectos básicos en el estudio de la violencia de género. *Iniciación de la investigación*. (4), pp. 1-13.
- Villarreal, A. (2003). Relaciones de poder en la sociedad patriarcal. *Espiga*. Pp.75-90.
- Furlong, A. (2006). *Género, poder y desigualdad*. Dirección General de Fomento Editorial.
- Añino, S. (2005). *Violencia contra las mujeres: Causas, consecuencias y propuestas*. Confederación Española de padres de alumnos.
- Ramírez, N. & Alfonso, M. (2012). Relaciones de poder entre hombres y mujeres: su influencia en el desarrollo de enfermería. *Enfermería en Costa Rica*, (1) 33, pp. 26-31.
- Comisión Nacional de Derechos Humanos. Cursos en línea (s.f). *Género, masculinidades y lenguaje incluyente y no sexista*. <https://cursos3.cndh.org.mx/course/view.php?id=39§ion=1>
- Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres (2018). ¿Qué es la perspectiva de género y por qué es necesario implementarla? <https://www.gob.mx/conavim/articulos/que-es-la-perspectiva-de-genero-y-por-que-es-necesario-implementarla>

- Connell, R. & Pearce, R. (2018). *Género: desde una perspectiva global*. Publicaciones de la Universidad de Valencia (PUV). <https://www-digitaliapublishing-com.pbidi.unam.mx:2443/viewepub/?id=62586>
- Fundación de Secretariado Gitano (FSG). (2017). *Guía sobre discriminación interseccional, el caso de las mujeres gitanas*. Serie materiales de trabajo n°68.
- La barbera, M. & Wences, I. (2020). La discriminación de género en la jurisprudencia de la corte interamericana de derechos humanos. *Andamios*, 17 (42), pp. 59-87.
- La barbera, M. (2016). Interseccionalidad, “un concepto viajero”: orígenes, desarrollo e implementación en la Unión Europea”. *Interdisciplina* (8), 4, pp. 105-122.
- Lamas, M. (1996). *La perspectiva de género*. Educación y Cultura de la sección 47 del SNTE, (8). Pp. 1-10.
- López, S. (2020, 10 de julio). 2.2 *Feminismo interseccional* [sesión de conferencia]. Feminismos y violencias de género en la atención terapéutica, México.
- Moreno, H. & Alcántara, E. (2016). *Conceptos clave en los estudios de género*, PUEG.
- Ramírez, J. (2019). Fundamentos de un trabajo social clínico feminista: una perspectiva de género, raza e interseccionalidad. *Perspectivas*, (33). Pp. 207-243.
- Riso, W. (2006). *Terapia Cognitiva. Fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. Grupo editorial norma.
- Serret, E. (2008). *Qué es y para qué es la perspectiva de género. Libro de texto para la asignatura: perspectiva de género en educación superior*. Instituto de la Mujer Oaxaqueña.
- Valera, N. (2020). El tsunami feminista. *Nueva sociedad*. (286), pp.93-106.
- Villanueva, J. (2020). *Psicología 1*. Klik Soluciones Educativas. <https://www-bibliotechnia-com-mx.pbidi.unam.mx:2443/portal/visor/web/visor.php>
- Zepeda, F. (2019). *Introducción a la Psicología*. Pearson HispanoAmerica (4ª edición). <https://bookshelf.vitalsource.com/reader/books/9786073249706/pageid/28>
- Ruiz, M., Díaz, M. & Villalobos, A. (2012). Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales. Desclée De Brouwer.
- Buck, J. (2000). H-T-P (Casa –Árbol –Persona). Técnica Proyectiva de dibujo manual y guía de interpretación. España: TEA Ediciones S. A.

Jacobson, E. (1938). *Progressive relaxation*. Chicago: University of Chicago Press.

Slaikeu, K. (1988). *La intervención en crisis*. México: Manual Moderno.

Trujillo, M. & Pastor I. (2021). Violencia de género en estudiantes universitarias: Un reto para la educación superior. *Psicoperspectivas individuo y sociedad*, 20 (15), pp. 1-12.

Anexos

HISTORIA CLÍNICA MULTIMODAL (Anexo 1)

FECHA _____

.DATOS GENERALES:

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono: (por el día) _____ (por la tarde) _____

Edad: _____ Ocupación: _____

Sexo: _____ ¿Por quién fue referido? _____

Estado civil (encierre en un círculo):

Soltero-a Comprometido-a Casado-a Separado-a

Viudo-a Divorciado-a Unión libre

¿Se ha vuelto a casar? _____ ¿Cuántas veces? _____

II. DESCRIPCIÓN DE PROBLEMAS RECIENTES

Describe en sus propias palabras la naturaleza y duración de sus principales problemas

b. Por favor, estime la severidad de su (s) problema (s) con base en la escala siguiente, tachando el número que más se ajuste.

1. Levemente inquieto 4. Extremadamente severo

0. Moderadamente severo 5. Totalmente severo

0. Muy severo

c. ¿Cuándo comenzaron sus problemas? (Dé fechas si es posible)

d. ¿A qué atribuye sus problemas?

e. Por favor describa algunos eventos importantes que ocurrieron al tiempo que iniciaron sus problemas

f. Indique de qué manera ha intentado resolver sus problemas, señalando los resultados obtenidos _____

g. ¿Ha estado en terapia alguna vez, o ha recibido alguna ayuda profesional para sus problemas? Si es así, por favor de nombre, profesión, tratamiento y resultados.

III. HISTORIA PERSONAL Y SOCIAL

. Fecha _____ de _____ nacimiento:

a. Lugar _____ de _____ nacimiento:

b. Hermanos: Número de hermanos _____ Edades

_____ Número de hermanas _____ Edades

d. Padre: ¿Vive? _____, si es así su edad es _____

Su ocupación _____

Su salud _____

¿Murió? _____, si es así de la edad que tenía su padre al morir _____

¿Qué edad tenía usted cuando su padre murió? _____

e. Madre: ¿Vive? _____, si es así su edad es _____

Su ocupación _____

Su salud _____

¿Murió? _____, si es así de la edad que tenía su padre al morir _____

¿Qué edad tenía usted cuando su padre murió? _____

f. Religión cuando era niño _____ de adulto _____

. Educación ¿Cuál es su último grado escolar?

Indique sus fuertes y debilidades académicas

h. Antecedentes: Subraye los términos que se apliquen a usted durante su infancia

Infancia feliz Problemas escolares Problemas médicos

Infancia infeliz Problemas familiares Abuso de alcohol

Problemas emocionales o de conducta Fuertes creencias religiosas Otros:

Problemas legales Abuso de drogas

i. ¿Qué clase de trabajo realiza usted?

¿Cuántas horas al día? _____ ¿Qué clase de trabajo ha tenido usted anteriormente?

¿Está usted satisfecho con su trabajo actual? _____, si no por favor explique

¿Cuál es su ingreso quincenal?

¿Cuánto gasta a la quincena?

j. ¿Cuáles fueron sus ambiciones pasadas?

¿Cuáles son sus ambiciones presentes?

k. Datos físicos: ¿Cuánto pesa? _____ ¿Cuánto mide?

¿Alguna vez ha sido usted hospitalizado? _____ si es así, indique dónde, fecha y motivo

¿Algún miembro de su familia sufre de alcoholismo, epilepsia, depresión o cualquier otra cosa que pueda ser considerada enfermedad mental?

¿Algún familiar ha muerto en condiciones poco usuales?

¿Existe algún miembro de su familia que tenga problemas con la ley?
_____ si es así explique

ANÁLISIS MULTIMODAL

La siguiente sección está diseñada para ayudar a describir sus problemas actuales con mayor detalle. Esta sección está organizada en 7 modalidades: conducta, sentimientos, sensaciones físicas, imágenes, pensamientos, relaciones interpersonales y factores biológicos.

IV. CONDUCTA

Subraye cualquiera de las conductas que se apliquen a usted

- Exceso al comer
- Intentos suicidas
- Insomnio
- Tomar drogas
- Compulsiones
- Correr riesgos
- Vomitara
- Fumar
- Flojera
- Conducta extrañas
- Aislamiento
- Problemas del comer
- Beber en exceso
- Tics nerviosos
- Conducta agresiva
- Desidia
- Problemas de concentración
- Reacciones impulsivas
- Problemas del sueño
- Pérdida del control
- Fobias
- Explosiones temperamentales
- No conservar el trabajo

b. Indique qué conducta, acciones o hábitos le gustaría cambiar

c. Indique si existe algún talento o habilidad del cual se sienta orgulloso-a

d. ¿Qué le gustaría hacer más? _____

¿Qué le gustaría hacer menos?

¿Qué le gustaría comenzar a hacer?

¿Qué le gustaría dejar de hacer?

e. ¿Cómo utiliza su tiempo libre?

¿Constantemente se encuentra usted haciendo listas de cosas o actividades insignificantes?

¿Practica alguna actividad relajante con regularidad?
si es así ¿cuál?

V. SENTIMIENTO

Subraye cualquiera de los sentimientos que se apliquen frecuentemente a usted:

Enojado	Culpable	Infeliz
Fastidiado	Feliz	Aburrido
Deprimido	Conflictivo	Descansado
Ansioso	Desesperanzado	Contento
Temeroso	Esperanzado	Excitado
Aterrorizado	Desilusionado	Optimista
Energético	Relajado	Tenso
Envidioso	Celoso	Otros:

Enliste sus 5 miedos principales

1 4

2 5

3

b. ¿Qué sentimientos le gustaría experimentar más a menudo?

_____ ¿Qué sentimientos le gustaría experimenta
menos a menudo?

c. ¿Qué sentimientos positivos ha experimentado recientemente?

¿Qué sentimientos negativos ha experimentado recientemente?

d. ¿Cuándo es más probable que pierda el control de sus sentimientos?

e. Describa cualquier situación que lo haga sentir en calma o relajado

f. Por favor complete las siguientes frases:

-Si pudiera decir cómo se siento ahora, diría que

-Una de las cosas por las que me siento orgulloso es

-Una de las cosas por las que me siento orgulloso es

-Me siento de lo más feliz cuando _____

-Una de las cosas que más triste me pone es

-Si no tuviera miedo de ser yo mismo, yo

-Me enojo muchísimo cuando

-Si me enojara con alguien

g. ¿Qué clase de pasatiempos o actividades recreativas disfruta o lo hacen sentir relajado?

h. ¿Tiene dificultades para disfrutar de los fines de semana?

_____ si es así, por favor explique

VI. SENSACIONES FÍSICAS

Subraye cualquier de las situaciones que se apliquen a usted

Mareo	Breves desmayos
Dolores de cabeza	Escuchar cosas
Palpitaciones	Ojos llorosos
Espasmos musculares	Ruborización
Tensión muscular	Problemas de la piel
Problemas sexuales	Boca seca
Incapaz de relajarse	Comezón en la piel
Problemas intestinales	Dolores de pecho
Hormigueo	Palpitaciones
Entumecimiento	Disgusto al ser tocado
Malestar estomacal	Pérdida de la consciencia
Tics	Sudoración excesiva
Fatiga	Problemas visuales
Dolor de espalda	Problemas de audición
Temblores	Tics corporales

b. Historial menstrual

Edad del primer periodo _____ ¿Tuvo información o fue un choque emocional para usted?

¿Es usted regular? _____ Fecha del último periodo

Duración _____ ¿Padece de malestares? _____ ¿Cuáles?

¿Sus periodos afectan su estado de ánimo? _____ si es así explique

c. ¿Qué sensaciones físicas son especialmente placenteras?

¿Cuáles _____ displacenteras?

d. Describa cómo manifiesta físicamente:

-Enojo _____

-Alegría

-Tristeza

-Ansiedad

VII. IMÁGENES

. Subraye cualquiera de las siguientes escenas que se apliquen a usted

Imágenes sexuales placenteras

Imágenes sexuales displacenteras

Imágenes de infancia felices

Imágenes de soledad

Imágenes de desesperanza

Imágenes de seducción

Imágenes agresivas

Imágenes de ser amado

Imágenes de ser lastimados

Imágenes hiriendo a otros

Imágenes no enfrentando problemas

Imágenes de que va cayendo

Imágenes de aliento exitoso

Imágenes de que es atrapado

Imágenes perdiendo el control

Imágenes de que se burlan de uno

Imágenes de ser perseguido

Imágenes en que hablan de uno

Imágenes que tiene relaciones con diversas personas del opuesto

b. ¿Qué imagen viene a su mente más frecuentemente?

c. Describa la imagen o la fantasía más placentera

d. Describa una imagen de estar totalmente a salvo y seguro

e. ¿Qué tan frecuentemente tiene pesadillas?

Describalas _____

f. ¿Qué tan frecuentemente se sorprende soñando despierto?

_____ ¿En qué? _____

VIII. PENSAMIENTOS

Subraye cualquiera de los siguientes pensamientos que se apliquen a usted.

Soy un don nadie, no valgo nada, sin amor, sin utilidad.

Soy poco atractivo, incompetente, estúpido, indeseable.

Soy malo, loco, degenerado, desviado.

La vida es vacía, no hay nada que valga la pena, es un desperdicio.

Cometo muchos errores, no puedo hacer nada bien.

b. Subraye cada una de las palabras que utilice para describirse:

Inteligente, seguro, ambicioso, valioso, sensible, leal, confiable, lleno de penas, sin valor, un don nadie, inútil, malo, loco, degenerado, considerado, un desviado, poco atractivo, sin amor, inadecuado, confuso, feo, estúpido, ingenuo, honesto, incompetente, con pensamientos horribles, conflictuado, con problemas de concentración, de memoria, atractivo, incapaz de tomar decisiones, con ideas suicidas, perseverante, con buen sentido del humor, bueno para el trabajo.

c. ¿Cuál considera ser su idea más irracional absurda o loca?

d. ¿Existen pensamientos que lo molestan una y otra vez?

e. Encierre en un círculo el número que más refleje su manera de pensar. 1 significa total desacuerdo, 2 significa desacuerdo, 3 significa neutral, 4 significa acuerdo y 5 significa totalmente acuerdo.

No debería cometer errores 1 2 3 4 5

Debería ser bueno en todo lo que hago 1 2 3 4 5

Cuando no sé algo, hago como que lo sé 1 2 3 4 5

No debo proporcionar información personal 1 2 3 4 5

Soy víctima de las circunstancias	1	2	3	4	5
Mi vida está controlada por fuerzas externas	1	2	3	4	5
Otros son más felices que yo	1	2	3	4	5
Es muy importante para mí agradar a los demás	1	2	3	4	5
Voy a lo seguro, no me arriesgo	1	2	3	4	5
Si ignoro mis problemas, ellos desaparecerán	1	2	3	4	5
Es mi responsabilidad hacer felices a otros	1	2	3	4	5
Debo luchar por la perfección	1	2	3	4	5
Básicamente existen sólo dos formas de hacer las cosas: la correcta y la incorrecta	1	2	3	4	5

- EXPECTATIVAS

. En pocas palabras, ¿qué piensa usted que es una terapia psicológica?

b. ¿Qué espera de la terapia psicológica

c. ¿Cómo considera que un psicólogo debiera actuar con sus pacientes?

d. ¿Qué tiempo cree que debiera durar una terapia psicológica?

e. ¿Qué cualidades personales cree que el psicólogo debiera poseer?

f. Complete las siguientes frases:

-Soy una persona que

-Toda mi vida

-Desde que yo era niño-a

-Es difícil para mí admitir

-Una de las cosas que no puedo perdonar es

-Una ventaja de tener problemas es

-Una de las formas en que pudiera ayudarme y no hago es

IX. RELACIONES INTERPERSONALES

1. Familia de origen

. Si usted no se crió con sus padres, ¿con quién lo hizo? Y ¿Cuánto tiempo?

b. Dé una descripción de la personalidad de su padre, o quien haya fungido como tal, y las actitudes de él hacia usted (tanto en el pasado como en el presente).

c. Dé una descripción de la personalidad de su madre, o quien haya fungido como tal, y las actitudes de él hacia usted (tanto en el pasado como en el presente).

d. Cuando era niño ¿en qué forma fue disciplinado o castigado por sus padres?

e. Dé una impresión de la atmósfera de su hogar (p.e. el hogar en el que creció). Mencione la compatibilidad entre sus padres y entre los hijos

f. ¿Fue capaz de confiar en sus padres? ¿Sus padres lo comprendieron?

. Básicamente ¿siente amor y respeto por sus padres?

i. Si tiene padrastro o madrastra, dé edad de usted cuando alguno de sus padres se volvió a casar

. ¿Existe alguien que haya interferido en su patrimonio, ocupación, etcétera (padres, hermanos, amigos)?

k. ¿Quién es la persona más importante de su vida?

0. Amistades.

. ¿Hace amigos fácilmente? _____ ¿conserva la amistad?

a. ¿Fue usted severamente importunado o fastidiado? _____
¿Cuándo y en qué circunstancias?

c. Describa cualquier relación que le proporcione:

-Alegría

-Molestia

d. Evalúe el grado de comodidad en que generalmente se siente en situaciones sociales (subraye alguno de los términos siguientes)

Muy relajado Relativamente confortable Relativamente incómodo

Muy ansioso

e. ¿Generalmente expresa sus sentimientos, opiniones, deseos a otros en una forma directa y adecuada? Indique aquellas personas o situaciones con las que tenga problemas de relación.

. ¿Tuvo muchas citas durante su adolescencia?

. ¿Tiene uno o más amigos (as) con quién se sienta cómodo (a) compartiendo sus pensamientos y sentimientos más íntimos?

0. Matrimonio.

. ¿Cuánto tiempo tenía de conocer a su pareja antes de que se casaran?

a. ¿Hace cuánto que están casados?

b. ¿Qué edad tiene su pareja?

c. ¿Cuál es la ocupación de su pareja?

d. Describa la personalidad de su pareja

f. ¿En qué área se llevan bien o son compatibles?

- g. ¿En qué área se llevan mal o son incompatibles?

- h. ¿Qué tal se lleva con sus parientes políticos y qué opina de ellos?

- i. ¿Cuántos niños tiene? Dé edades y sexo _____
¿Alguno de sus niños presenta problemas especiales?

- k. ¿Existe alguna información relevante en relación a abortos o pérdidas personales?

0. Relaciones sexuales.
Describe la actitud de sus padres ante el sexo

_____ ¿Se discutía sobre sexo en su hogar? _____
- b. ¿Cuándo y cómo obtuvo su primer conocimiento acerca del sexo?

- c. ¿Cuándo se dio cuenta por primera vez de sus propios impulsos sexuales?

- d. ¿Alguna vez ha experimentado ansiedad o culpa en relación al sexo?
_____ ¿O en relación a la masturbación?
Si es así, por favor explíquelo

- e. ¿Existen detalles relevantes en relación a su primera o subsecuentes experiencias sexuales?

- . ¿Es satisfactoria su vida sexual? Si no, explíquelo por favor

- g. Proporcione información, si no la hay, acerca de cualquier reacción o relación homosexual

- h. Por favor anote cualquier preocupación sexual no contemplada hasta ahora

0. Otras relaciones.

¿Existe algún tipo de problema con las personas de su trabajo? Si es así por favor descríbalo

a. Complete las siguientes frases:

-Una de las formas en que la gente me lastima es

-Puedo fastidiar a alguien a través de

-Una madre debería

-Un verdadero amigo debería _____

c. Proporcione una breve descripción de usted según sería descrito por:

-Su pareja (si está casado)

-Su mejor amigo-a

-Alguien que no lo quiere a usted

d. ¿Actualmente le preocupa alguna reacción de rechazo o pérdida de afecto? Si es así, explíquelo

X. FACTORES BIOLÓGICOS

¿Tiene alguna preocupación acerca de su salud? Por favor especifíquelo _____

b. Por favor enliste las medicinas que actualmente ingiere, o ha tomado durante los últimos 6 meses, ya sea prescritas o no por su médico

c. ¿Come tres veces al día en forma balanceada? Si no, explíquelo

d. ¿Realiza regularmente ejercicio físico? Si es así, ¿qué tipo y con qué frecuencia?

e. ¿Cuántas horas de sueño tiene? _____

Elija cualquiera de las situaciones que se apliquen a usted tachando en la columna correspondiente.

	Nunca	Raras veces	Frecuentemente	Muy a menudo
Marihuana				
Tranquilizantes				
Sedantes				
Aspirina				
Cocaína				
Analgésicos				
Alcohol				
Café				
Cigarros				
Narcóticos				
Estimulantes				
Alucinógenos				
Diarrea				
Constipación				
Alergias				
Problemas de corazón				
Náuseas				
Vómitos				
Insomnio				
Dolores de cabeza				
Dolores de espalda				
Despertar temprano				
Sueño irregular				
Poco apetito				
Comer en exceso				
Comer porquerías				

- g. Subraye cualquier situación que se aplique a los miembros de su familia:
 Problemas de tiroides, problemas renales, asma, enfermedades neurológicas, cáncer, problemas gastrointestinales, problemas de próstata, glaucoma, epilepsia, otros:

- h. Alguna vez ha perdido la consciencia o cosa similar, si es así, dé detalles

- i. Indique si ha sido intervenido quirúrgicamente (dé motivo y fechas)

- j. Por favor describa cualquier accidente que haya sufrido

k. por favor describa sus recuerdos y experiencias más significativas dentro de las siguientes edades:

0-5

6-10

11-15

16-20

21-25

26-30

31-35

36-40

41-45

46-50

51-55

56-60

61-

65

ORGULLOSA DE TENER A MI FAMILIA

Mamá:

Por fin nuestro sueño se hace realidad, no hay emoción más grande que escribirte, espero que pueda darte, aunque sea poquito de todo de lo que tú me has dado. Siéntete feliz mamá, me enseñaste a luchar siempre por lo que quiero y este es el resultado, ¡somos unas guerreras! Gracias por ser mi ángel, mi paz, mi felicidad, por darme fuerzas para levantarme, por ser mi mentora y mi inspiración para realizar esta tesis. Siempre serás mi ejemplo de superación con el corazón más noble y amoroso que pueda existir. Por ti, por mis hermanas y por miles de mujeres más, la lucha sigue. Te amo mamá.

Papá:

Jefe de jefes, me gusta recordar mi niñez y en los sueños que he compartido contigo. Gracias por ser parte de este sueño, el piloto que me llevó a presentar el examen que sería el inicio de esta gran aventura. Gracias infinitas. Te quiero mucho.

Abuelito Juan: buelito, gracias por ser mi inspiración en cada logro, por demostrarme que, con esfuerzo y trabajo, puedes obtener lo que sea. Por confiar en mí y darme palabras de aliento, por enseñarme a ser valiente, mi máximo respeto para usted mi viejito, mi corazón y mi mente lo guardarán como un gran guerrero, estoy muy feliz de haber compartido este sueño con usted, un beso hasta el cielo. Lo adoro mucho.

Grisel; hermana mayor y la heroína de miles de batallas, mi total admiración y respeto. Desde pequeña has sido mi ejemplo a seguir, aplica el “de grande quiero ser como tú”, me has enseñado a ser valiente y fuerte, así como luchar por mis sueños, pues siempre has creído en mí. Gracias por protegerme y quererme, hiciste de mi infancia la más bonita, esta unión es irrompible hermana. Te amo.

Arelly; mi compañera de aventuras y fracasos, te admiro por tu perseverancia y tenacidad. Sin duda eres mi motivación y la alegría de mis días, con tus ocurrencias y esa habilidad que tienes en notar cuando algo me acongoja; tienes la llave de mi calabozo. No tengo palabras para agradecerte lo mucho que has hecho por mí, ¿te imaginas que sería de mí sin ti? Por ti hubo más Sheryl para dar y comprendí que tenía mucho por que luchar. Ahora estoy floreciendo hija, estamos en la cima del mundo, gracias por ser mi luz en medio de la oscuridad. Un logro más de muchos, gracias totales. Te amo.

Barby; pequeña e inteligente, mi inspiración para seguir de pie y de continuar soñando. Disfruta cada etapa, ten paciencia y no te preocupes, inteligente ya eres, a tu corta edad he aprendido mucho de ti, gracias por mostrarme un camino más visible y ser mi sol de verano después de la lluvia, todo lo que sé es que estoy orgullosa de ti, te amo demasiado.

Nando; gracias por enseñarme tanto y por recorrer el camino conmigo cuando se tornó sumamente oscuro. Tu perseverancia y tenacidad son mi inspiración. Contigo aprendí que los sueños se hacen realidad con esfuerzo y dedicación y que la vida es hermosa cuando no somos ordinarios, cuando aterrizamos en el mundo en donde los milagros existen y cuando tenemos una cabeza llena de sueños, "sé mi espejo, mi espada y mi escudo, ¡viva la vida!" te amo hermano.

Manuel; gracias por darme la herramienta para cumplir este sueño y por alegrarme los días con tus ocurrencias aun cuando el mundo carecía de sentido, desde pequeño cuidándome, perdonándome mis errores y guiándome para que el golpe no duela tanto, gracias por compartirme de tu elegancia, perseverancia y amor, por tus detalles, haces a que solo llore de felicidad, sin duda eres parte de este logro y de los que vienen. Te amo hermano.

Tito; gracias por tus bromas y por terquedad, en algo tenía que parecerme a ti, gracias porque a pesar de que te cueste trabajo mostrar tus sentimientos procuras dar siempre lo mejor de ti, tienes mucho por dar, ya no te subestimes tanto. Ya pesar de que la altura aparente que seas mayor que yo, siempre serás mi hermanito, gracias por apoyarme y preocuparte por mí, eres parte de este logro y de los que vienen. Te amo.

Arturo; gracias por tu apoyo, paciencia, carisma y sensibilidad. Aprendo mucho de ti, y aunque de los errores se aprende, reconozco tu esfuerzo en cada uno de ellos y no dudes de ti, porque tienes a tu familia que siempre estará confiando en tu potencial, camina siempre de frente y no tengas miedo de enfrentarte a ello, aunque no lo creas te debo miles, por ser mi salvación, te amo.

Aldo; capullito, nos falta mucho camino por recorrer, gracias por las cosas que haces sin que te des cuenta, tu inteligencia y amabilidad me enseñan que la grandeza no se mide por la estatura de una persona, sino por su personalidad y calidad de ser humano que es, te amo mi capullito, estoy muy orgullosa de ti.

Santi; Cuando miro tus ojos me olvido de todo lo que duele, parece mentira que algo tan pequeño pueda sacar fuerzas que desconocía, eres mi diamante, mi motivación y mi esperanza, el angelito que vino a salvarme la vida, contigo a mi lado sé que no me hará falta nada, eres el significado de amor puro, recuerda que yo siempre estaré a tu lado para guiarte y protegerte hasta que mi corazón se pare y nos separe la muerte, te amo mucho mi niño, ¡por más logros juntos!.

Juan: Gracias por tus consejos, experiencia y sabiduría, sin duda los debates no serían lo mismo sin tus comentarios, gracias por estar desde el inicio de este proceso, admiro mucho la dedicación y pasión con la que realizas tu trabajo, eres un ejemplo de que, si tienes un sueño, tu deber es luchar cada día por ello, de nuevo gracias totales.

Jaque; por estos 10 años de amistad, o tal vez más. Eres sin duda la persona que ha estado conmigo en muchos momentos de felicidad y en los que parece no haber salida. Has estado en todo este proceso, alentándome y confiando en mí, ¿qué otra cosa puedo pedirle a la vida si no es una amistad sincera como la tuya?, contigo tengo la firmeza de que la amistad verdadera existe, te admiro amiga mía y te valoro mucho. Te quiero muchísimo, por más logros en nuestro camino. No se me olvida la familia Romero Méndez, ellos también forman parte de este proyecto y de esta gran amistad.

Aaron; ¡amigo soy tu fan!, gracias por estar conmigo desde el inicio, valoro mucho tu amistad, eres sin duda una pieza y testigo fundamental de mi progreso. Te has encontrado desde el sembrar las semillas hasta el retoño y su floración. Eres luz amigo, a donde quiera que vayas. Admiro tu bondad, tu fe de soñador, tu brillo ante la oscuridad, por todo eso y más, solo me queda escribir te quiero y gracias, gracias, gracias.

Fer; amigo, hermano. Espero escribir algo que no sepas, solo tú sabes sacarme de la tristeza y me cura la amargura, gracias por ser mi pañuelo y la mano que me ayuda a retomar mi camino, sin importar el tiempo, la distancia o la hora, siempre has estado disponible para mí. Sin duda eres mi motivación y quien depositó su confianza en mí a ciegas, mi hermano, no terminaría en agradecerte tanto, esto es uno de muchos logros. Te amo muchísimo.

Bryan; Aunque me has dicho que no es necesario dar tantas gracias, esta ocasión lo amerita. Gracias por ayudarme en todo este trámite y cuando no lo pedí. Gracias por ser parte de las amistades que están al pendiente y por ser paciente cuando ni yo encuentro el rumbo.

María Guzmán; No tengo palabras para agradecer lo que ha hecho por mí, le pedí al cielo un ángel para que fuera mi guía y me puso a usted en mi camino. Gracias por confiar en mí y mostrarme la calidad de nuestra profesión, por su paciencia, consejos y sabiduría. Usted fue una de mis inspiraciones para esta tesis, le estoy profundamente agradecida de que haya sido mi mentora, por usted estoy convencida que elegí bien mi futuro, que la psicología y la lucha por la igualdad siempre valdrá la pena con un poco más de esfuerzo. Mi total admiración y respeto, gracias totales.

*A mis pacientes PIAV;
Sin ustedes no hubiera iniciado este sueño, gracias por darme la oportunidad de enamorarme más de la psicología, por darme nuevos retos, por motivarme en hacer un cambio en la sociedad, por aprender mucho de ustedes, por brindarme su confianza, por su valentía, dedicación y resistencia, y por apoyar esta lucha por la igualdad de género.*

A Sheyla; Te admiro muchísimo, eres sin duda un ejemplo de perseverancia y tenacidad, nunca dejes de creer en ti, éste es un logro de muchos y es solo el comienzo. Te amo. “que pequeño es el mundo cuando se es tan grande por dentro, hundirse es hacerse profunda, yo soy la sirena de las aguas más profundas, mágica, resistente y siempre fuerte”.

A mis maestros, comenzando desde Bachilleres 10 y finalizando en FES Iztacala. Por su paciencia, sus conocimientos y su gran esfuerzo, parte de lo que soy es gracias a ustedes.

UNAM y en especial a mi FES Iztacala por implementar un programa justo y necesario para la igualdad de género. Gracias por permitirme ser parte de esta gran aventura llena de aprendizaje, sin duda me llevo muchas anécdotas, amistades, profesores de excelencia que no terminaría de nombrarlos, así como muy buenas amistades.