



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

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

Manuscrito recepcional

Programa de Profundización en Psicología Clínica

**Reconstrucción narrativa de la violencia en las relaciones
sexoafectivas durante la adolescencia**

Reporte de investigación empírica

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

ALINE ELIZABETH VÁZQUEZ JIMÉNEZ

Director: Mtro. Giovanni García Yedra

Vocal: Mtra. Liliana Patricia Reveles Quezada

Secretaria: Lic. Vanessa del Carmen González de la O



Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla, Estado de México, junio 2023.



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.

ÍNDICE

RESUMEN	3
ABSTRACT	3
INTRODUCCIÓN	5
CAPÍTULO 1: Violencia	7
1.1 Definición de violencia	7
1.2 Poder	8
1.3 Violencia en relaciones sexoafectivas	10
1.4 Tipos de violencia en las relaciones sexo-afectivas	13
1.5 Relaciones sexoafectivas en la adolescencia	15
1.6 Amor romántico y violencia	16
CAPÍTULO 2: Terapia narrativa	22
2.1 Terapias posmodernas	22
2.2 Terapia narrativa	22
2.3 La violencia desde la terapia narrativa	25
2.4 El amor romántico desde la narrativa	30
CAPÍTULO 3: Aplicación	32
3.1 Participantes	32
3.1.1 Muestra	32
3.2 Escenario	33
3.3 Instrumentos	33
3.4 Materiales	34
3.5 Procedimiento	34
3.6 Descripción del taller	35
3.7 Resultados	37
3.8 Análisis de resultados	46
CAPÍTULO 4: Discusión	49
CAPÍTULO 5: Conclusión	50
APÉNDICES	58
Apéndice 1. Fichas descriptivas del taller	58
Apéndice 2. Instrumentos de evaluación	67
Apéndice 3. Materiales	68

RESUMEN

El presente trabajo es una intervención clínica para el abordaje de la violencia en las relaciones sexoafectivas durante la adolescencia, tomando como factor preventivo al análisis y cuestionamiento del amor romántico desde el enfoque de la terapia narrativa. La intervención consistió en un taller de dos sesiones, en un grupo de 22 adolescentes, los cuales fueron evaluados en una fase pre/post-test. El taller tuvo el objetivo de propiciar en las y los adolescentes una toma de posición ante este modelo de amor y la creación de una narrativa amorosa distinta alejada de la violencia. Los resultados obtenidos muestran una reducción en la aceptación de los mitos del amor por parte de las mujeres, y un cambio en la narrativa para describir al amor. En los hombres aumentó la aceptación de los mitos del amor, y no se presentó un cambio en el entendimiento del concepto del amor romántico ni en la narrativa de lo que desean vivir en sus relaciones. El presente trabajo sostiene la importancia de abordar la violencia en las relaciones sexoafectivas desde la terapia narrativa porque visibiliza las estructuras y las prácticas de poder dentro del amor romántico que permiten la manifestación de conductas violentas.

Palabras clave: violencia, relaciones sexoafectivas, adolescencia, amor romántico, terapia narrativa.

ABSTRACT

The present work is a clinical intervention to address violence in sex-affective relationships during adolescence, taking as a preventive factor the analysis and questioning of romantic love from the approach of narrative therapy. The intervention consisted of a two-session workshop in a group of 22 adolescents, who were evaluated in a pre/post-test phase. The objective of the workshop was to encourage adolescents to take a position on this model of

love and the creation of a different narrative of love away from violence. The results obtained show a reduction in the acceptance of love myths by women, and a change in the narrative to describe love. In men, the acceptance of love myths increased, and there was no change in the understanding of the concept of romantic love or in the narrative of what they wish to experience in their relationships. This paper argues the importance of addressing violence in sex-affective relationships from narrative therapy because it makes visible the power structures and practices within romantic love that allow the manifestation of violent behaviors.

Key words: violence, sex-affective relationships, adolescence, romantic love, narrative therapy.

INTRODUCCIÓN

La violencia dentro de las relaciones sexoafectivas se ha propiciado debido a la forma en que se ha concebido al amor durante siglos, esta forma de amar está basada en un modelo hegemónico llamado amor romántico, el cual, ha sido una construcción sociocultural que hace creer a las personas que hay una sola forma de amar y, que además, el amor de pareja es el más importante, verdadero y “puro” que puede existir. El amor romántico se ha concebido como una verdad absoluta sobre cómo deben ser las relaciones, lo cual ha sido posible por la “cristalización” de creencias o mitos románticos que, en realidad, son ideas irracionales o fantasiosas que han llevado a situar a las mujeres en un lugar de vulnerabilidad y desventaja al momento de amar. En este tipo de amor existe la desigualdad, pues, a las mujeres se les educa de tal forma que su mayor aspiración en la vida sea encontrar pareja, dejando de lado otros aspectos importantes en su vida, esto a su vez, les lleva a permitir conductas en donde son dominadas por los hombres, con tal de que puedan recibir el maravilloso premio de ser amadas por ellos y reconocidas por la sociedad.

En cambio, a los hombres se les educa de tal forma que el amor sea secundario en sus vidas, luchan por su libertad, temen a la vinculación porque les hace perder poder y dominio, y, sobre todo, han aprendido que pueden controlar a las mujeres, normalizando así una serie de conductas violentas, pero que no siempre son reconocidas porque están disfrazadas de amor.

Todas estas diferencias han permitido que en las relaciones sexoafectivas sean normalizadas tantas expresiones violentas porque se confunden con amor, de modo que, esto representa un gran riesgo, especialmente para las mujeres, porque la idea de que el amor todo lo puede y tiene la capacidad de transformar cualquier cosa, les han llevado a mantenerse en relaciones violentas, ya sea porque no hay un reconocimiento de la violencia o porque existe la esperanza de que la situación cambie por la magia del amor.

Ya que, esta construcción del amor se genera y mantiene dentro del contexto social y cultural desde que se llega a este mundo, se van interiorizando todas las ideas acerca del amor romántico y, es justo en la la adolescencia donde comúnmente se comienzan a experimentar las primeras relaciones sexoafectivas, siendo muy probable que también sea el inicio de la demostración de conductas violentas que, si no existe un cuestionamiento ni contacto con historias diferentes a la hegemónica, esto permitirá que se sigan llevando a cabo en etapas posteriores de la vida.

Por esta razón, para este trabajo fue sumamente relevante comenzar a abrir la conversación desde la perspectiva de las prácticas narrativas o terapia narrativa, para invitar a las y los adolescentes al cuestionamiento y reflexión sobre lo que han aprendido del amor y las relaciones sexoafectivas y así, iniciar un proceso de deconstrucción y una toma de postura para distinguir lo que está bien y lo que está mal, procurando hacer énfasis en las desigualdades de género y, de esta forma, visibilizar a los sistemas y estructuras que permiten que esto suceda. De igual forma, se destaca la importancia de realizar intervenciones a nivel colectivo, porque solo de esta manera, será más sencillo lograr una revolución amorosa (Herrera, 2018) que beneficie a todas y todos.

CAPÍTULO 1: Violencia

1.1 Definición de violencia

La violencia es una palabra muy utilizada en la vida cotidiana, sobre todo, en un país como México. Su etimología deriva del latín *vis* (fuerza) y *latus* (participio pasado del verbo *ferus*: llevar o transportar), por lo tanto, su significado etimológico es, llevar la fuerza a algo o alguien. Sin embargo, más allá del uso de la fuerza, la violencia trae consigo aspectos como el poder, la dominación o el sometimiento hacia otra persona, anulando su voluntad y sus derechos, por lo tanto, se puede entender que su origen radica en una condición de superioridad. Además, la violencia no es un hecho aislado, puesto que, es un fenómeno de orden estructural y político, que puede expresarse de manera colectiva, tal como en la guerra entre dos o más naciones, al interior de una familia o en las relaciones sexoafectivas monogámicas o poligámicas.

A partir del siglo XVII, la filosofía comenzó a prestar atención a la definición de la violencia, aunque, la atención se concentró en las consecuencias de la misma y no en su conceptualización (Domenach, 1984), es hasta la época denominada Siglo de las Luces en donde George Sorel comprende a la violencia desde tres aspectos principales: el psicológico, como una explosión de fuerza alejada de la reflexión y con consecuencias letales; el aspecto moral, atacando los bienes y libertad de los otros; y el aspecto político, emplear la fuerza con el fin de obtener poder y ejercer actos ilícitos (Cuervo, 2016).

Después, Domenach (1988) es quien brinda un concepto moderno de violencia, resaltando que, es un fenómeno exclusivamente humano porque trae consigo la libertad (real o supuesta) de querer forzar a otro, con el fin de obtener de él, algo que por sí mismo no consentiría de manera libre.

Dentro de los esfuerzos para conceptualizarla, se le ha relacionado con otros términos como la agresión, que es la manifestación motora, verbal, gestual de la agresividad que, se caracteriza por llevar consigo una intencionalidad por parte del agresor, dependiendo del significado que éste le confiera a determinada situación (Corsi,1994), la diferencia entre agresión y violencia, radica en que, la agresión es una respuesta ante una situación que una persona interpreta como amenazante, y la violencia, es el acto deliberado de ejercer poder sobre alguien más.

También se le asocia con la palabra agresividad, pero desde una mirada biologicista se ha postulado que, es una conducta innata del ser humano, una reacción instintiva de defensa, tal y como lo hacen los animales al defender su territorio o integridad, con la finalidad de reproducirse o preservar la especie (Corsi, 1994), por eso, se considera una reacción biológica, innata, como un impulso de supervivencia pero, que la cultura es un factor modulador (Sanmartín, 2000). En contraste con esto, la violencia se concibe como humana, evitable, no biológica, que utiliza tecnologías de poder (Foucault, 1980) y es resultado de la evolución cultural (Alonso y Castellanos, 2006), es decir, la violencia es una conducta que el ser humano puede elegir, y está determinada por su entorno y circunstancias sociales específicas (Gurr, 1969). Asimismo, Galtung (2004) hace un gran énfasis en rechazar la idea de que la violencia sea parte de la naturaleza humana, ya que, aunque se diga que el ser humano tiene un potencial de violencia, son las circunstancias las que condicionan que dicho potencial se exprese.

1.2 Poder

Existen distintas conceptualizaciones de la violencia donde se destaca el uso de la fuerza contra otro (Stoppino, 1988; Corsi; 1994; González, 2008), expresado también como el daño; recibir dicho daño por parte de una o más personas; la intencionalidad del daño; el

propósito de obligar a la víctima a dar o hacer algo que no desea (Rojas et al., 2019), lo cual, denota la existencia de una forma vertical de relacionarse, es decir, de una estructura jerárquica donde un individuo ejerce el poder y otro se somete (Foucault, 1994). Es por esto que, existe cierto consenso en que la violencia siempre surge de la interacción o interrelación humana (Hernández, 2000), es decir, depende de la dinámica social en donde interactúan dos o más personas, por eso, se considera que la violencia se da dentro de espacios relacionales y, dependiendo del tipo de relación desde la cual surge, es posible identificar la violencia interpersonal, intrafamiliar, étnica, social, política, criminal, estructural, institucional, psicológica, entre otras (Hernández, 2000), y es dentro de estas relaciones, donde se propician las jerarquías de poder.

Al hablar de poder, invariablemente se evoca el análisis realizado por el historiador francés Michel Foucault (1980), quien diferencía dos mecanismos de poder, primero un tradicional, el cual establece un control social a través de juicio moral, que es ejercido por un grupo de individuos con intereses en común como pueden ser representantes e instituciones del estado, instala en la gente la aspiración de obtener un valor moral, se ubica en un centro definido, se desarrolla e implementa de arriba hacia abajo, se caracteriza por ser principalmente negativo porque opera para oprimir, reprimir, limitar o ejercer coerción e imponer. Además, usa una tecnología de poder que inspira temor como el castigo público.

Por otro lado, distingue un tipo de poder moderno que se ha convertido en un sistema para lograr el control social a través del juicio normalizante, que es ejercido por las personas, se ubica en circuitos de coaliciones y alianzas que tienen intereses similares, se desarrolla y se refina al nivel local de la cultura, la gente participa activamente en la conformación de sus vidas y de las demás personas de acuerdo con las normas que se han construido en la cultura contemporánea, contribuye a la individualización de la vida y actúa para dispersar colectivos, recluta a las personas para que se conviertan en las vigilantes o policías de sus propias vidas y

de las demás personas, de esta forma, se convierte en un poder invisible al que no es posible ubicar físicamente en algún lugar. Teniendo en cuenta que este es un sistema que se encuentra en todos lados, las operaciones de poder (Foucault, 1980) están presentes en las relaciones de género y en la opresión de las mujeres (White, 2002), por lo que, se podría situar al patriarcado como un claro ejemplo de poder moderno, ya que, es una estructura social, política, económica, cultural, sexual y emocional en la que todas y todos participamos y nos relacionamos con los demás; se caracteriza por ser una estructura jerárquica en la que los hombres se posicionan por encima de las mujeres, y en donde imperan las luchas de poder, la explotación de las mujeres y la violencia (Herrera, 2019), siendo esta última para Foucault (1994) la modalidad más dura o extrema de poder.

En definitiva, la violencia tiene diferentes manifestaciones pues esta, dependerá del momento histórico, o del contexto desde la cual se ejerce, sin embargo, siempre llevará consigo la presencia del uso de la fuerza y el ejercicio del poder para someter a otra persona y dominar su voluntad.

1.3 Violencia en relaciones sexoafectivas

Dado que la violencia se da en espacios relacionales, se enfocará la atención en la interacción dentro de las relaciones o vínculos sexo-afectivos, refiriéndose a relaciones eróticas, sexuales, o románticas. Se decidió usar este concepto por sobre el de relaciones de pareja porque estas suelen considerarse más restringidas y centradas en la unión heterosexual y monogámica.

Diversos autores han planteado que una pareja es un sistema de individuos (del mismo o distinto sexo) comprometidos a permanecer juntos durante un largo periodo para crear su propia historia y constituir un modelo complejo de relación que crea un proyecto de vida en común y, en la mayoría de los casos, llega a establecer un contrato matrimonial

(Zínker, 2005; Caillé, 1992; Melero, 2008; Espíndola et al., 2017), no obstante, hoy en día, este término es cada vez menos representativo sobre lo que ocurre en las relaciones, ya que, las personas, sobre todo las nuevas generaciones, ya no tienen como prioridad el reproducirse y establecer una familia nuclear, por lo cual, deja de ser cada vez menos importante la consolidación de la institución del matrimonio. Por otro lado, hay un aumento en la valoración hacia la oportunidad de poder gozar de una sexualidad satisfactoria y el logro de la felicidad individual (Esteinou, 2010).

También, se ha designado el término de noviazgo a la relación que tiene por objetivo compartir experiencias en común hasta que alguna de las partes decida dar fin o establecer un vínculo como la cohabitación, el compromiso o el matrimonio (Strauss, 2004). Sin embargo, el noviazgo se ha ido transformando, sobre todo en zonas urbanizadas, pues, cada vez tiene mayor relevancia para los y las jóvenes el poder tener relaciones sexuales sin necesidad de validarlas a través del matrimonio (Vargas, 2012).

Otro rasgo que caracteriza a las nuevas formas de relacionarse entre los y las jóvenes, es que el amor no es considerado como un elemento central dentro de la relación, pues, si bien, puede existir simpatía o afecto para propiciar el establecimiento del vínculo, no es necesario el compromiso ni el deseo de exclusividad. De hecho, existen otros términos con los cuales se le puede nombrar a los diversos vínculos sexoafectivos, tales como “amiguitos”, “amiguitas”, “amigos con derechos”, y en algunos sectores de clase media y alta se suelen referir como “frees” (Vargas, 2012). Es por esto que, en la actualidad, el concepto de noviazgo se cuestiona y se encuentra en crisis debido a que es posible apreciar otras formas de relacionarse afectiva y sexualmente con las demás personas.

En cambio, dentro del concepto de relaciones sexoafectivas se pueden contemplar a las personas que se pueden interesar en mantener contacto con fines eróticos, sexuales o románticos (Marín et al., 2021), pueden ser relaciones que tiene una duración corta, que se

basan únicamente en algunos encuentros ocasionales o en donde simplemente no existe el interés por formalizar a este sistema por ninguna de las partes involucradas.

Debido a que estas nuevas formas de relacionarse implican un menor compromiso y formalidad, las y los jóvenes pueden considerarlas como “menos importantes” que un noviazgo, por lo tanto, esta estratificación de las relaciones podría funcionar como una justificación para ejercer violencia sobre la otra persona, además, existe la presencia de la mediación del poder que propicia la violencia, sobre todo en las relaciones heterosexuales, pues, en este tipo de relaciones es común la cosificación de la mujer, ya que, se le utiliza como un medio para los fines o intereses del hombre (Vargas, 2012)

De igual modo, dentro de cualquier interacción humana surgen desacuerdos que pueden llevar a conflictos, y los vínculos sexoafectivos no son la excepción. Cuando estos conflictos no se resuelven de manera adecuada o cuando algún miembro del vínculo ejerce una función de poder sobre la otra persona, se puede dar origen a interacciones agresivas o violentas. La investigación pionera sobre la violencia dentro de los vínculos sexo-afectivos, fue la realizada por Makepeace (1981), en donde se observó que el 21.2% de los universitarios habían recibido amenazas o agresiones físicas directas y el 61.5% tenía conocimiento de casos de violencia contra la pareja o vínculo.

Estudios más recientes han demostrado que este tipo de violencia está cada vez más presente dentro de vínculos adolescentes y tiene una alta prevalencia (Cortés et al., 2014; Rodríguez, 2015) siendo las mujeres, las más afectadas, pues, según datos de la Organización Mundial de la Salud (2021) alrededor de 736 millones de mujeres sufren violencia física o sexual infligida por un compañero íntimo y estas agresiones son recibidas a una temprana edad teniendo como rango de entre los 15 y 24 años. Además, resulta importante resaltar que este tipo de violencia hacia la mujer se ha visto exacerbada por la pandemia de COVID-19, pues, de acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2022)

en México, alrededor de 5.2 % de las mujeres de 15 años y más, percibió que los conflictos en su relación de pareja iniciaron o aumentaron durante la emergencia sanitaria por la COVID-19.

También, se ha reportado que los hombres son tanto agresores como víctimas durante una relación (Valdivia y González, 2014), sin embargo, la violencia hacia los hombres suele ser más silenciada debido al estereotipo que los caracteriza por su fuerza y falta de sensibilidad, lo cual hace que tengan cierta renuencia a denunciar los abusos cometidos por las mujeres, por eso, y porque incluso las autoridades encargadas de brindar apoyo pueden ignorar o invalidar sus declaraciones (Shuler, 2010). Cabe señalar que el abordaje de la violencia basada en el género, ha centrado la atención en aquella ejercida por hombres hacia mujeres, e ignorado la de mujeres hacia hombres o hacia otras mujeres (Rojas et al., 2019). Aunque hombres y mujeres pueden ser tanto víctimas como victimarios, las mujeres son las que tienen mayores posibilidades de sufrir las consecuencias más devastadoras cuando son agredidas por hombres (Rubio et al., 2012).

1.4 Tipos de violencia en las relaciones sexo-afectivas

Dentro de las agresiones en los vínculos sexo-afectivos se suelen distinguir tres grandes categorías como lo son la violencia psicológica, física y sexual. La violencia psicológica, es la que tiene una mayor prevalencia, es muy frecuente dentro de las relaciones en adolescentes y adultos jóvenes, y después, le siguen las agresiones sexuales y físicas (Rubio et al., 2012). Las agresiones psicológicas hacia los hombres por parte de las mujeres, se presentan en un nivel más alto, pudiendo impactar negativamente en sus emociones y conducta (Rojas et al., 2019).

Se considera que la violencia psicológica produce las secuelas más graves en la víctima debido a la “sutileza” de los actos, que la hacen difícil de detectar y esto puede

predisponer grados más elevados de violencia en la relación llegando hasta la violencia física o incluso en feminicidio, la cual es la forma extrema de violencia contra las mujeres e implica el desprecio y odio hacia ellas.

Las conductas que la caracterizan son: la manipulación de la información, desconsideración de las emociones de la otra persona, coacción sexual, denigración del pensamiento crítico, intimidación o amenaza, control de las actividades cotidianas y aislamiento de la familia, amigos, trabajo o aficiones (Porrúa et al., 2010).

La violencia física dentro de las relaciones sexoafectivas en mujeres de entre 15 y 49 años tiene una prevalencia del 25% en la región de las Américas (OMS, 2021), esta violencia se expresa a través de golpes, patadas o bofetadas. A nivel mundial, hasta el 38% de los asesinatos a mujeres fueron cometidos por el otro miembro del vínculo (OMS, 2021).

En cuanto a la violencia sexual, se ha observado que tiene mayores tasas de ejecución de este tipo de agresión en hombres, y una mayor proporción de mujeres como víctimas (Labrador et al., 2012). Las conductas que la caracterizan son: realizar tocamientos sexuales a la otra persona sin su consentimiento, utilizar amenazas para tener sexo, besar a la otra persona cuando ella no lo deseaba y violación (Garrido et al., 2020).

Otro tipo de violencia que se puede presentar debido a la desigualdad de género, es la violencia institucional que se caracteriza por un acto u omisiones por parte de servidores públicos que discriminen o tengan la intención de obstaculizar o impedir el acceso al derecho de las mujeres para disfrutar de las políticas públicas destinadas a atender cualquier tipo de violencia (Comisión Nacional de Derechos Humanos, 2018), cabe señalar que incluso los hombres pueden ser objeto de este tipo de violencia.

Las personas que viven violencia, mantienen conversaciones consigo mismas y con otras personas que muestran una internalización del tema del abuso, de esta forma es muy complicado que puedan ver el contexto que les rodea (White, 1995). Sin importar el tipo de

violencia ejercido, definitivamente impactará en la experiencia de vida de las personas, por ejemplo, las mujeres que han sido violentadas cambian sus narrativas, pues, suele ser muy frecuente escucharlas decir que son “un desastre”, que se “merecían el maltrato”, que de alguna forma ellas “lo provocaron porque no supieron manejarlo” (Lloret, 2004), interiorizando la idea de que son culpables. Esto deja ver que las prácticas culturales e incluso el abordaje tradicional de la psicología clínica impactan en la percepción que tienen las mujeres sobre sí mismas, ya que, comúnmente las narrativas dominantes suelen tener un sesgo individualista, es decir, no se contempla ni se expresa el papel que juega el contexto y las relaciones de poder, lo cual, hace creer a las personas (especialmente a las mujeres) que son las responsables del ejercicio de la violencia hacia ellas y, que incluso, la solución también recae sobre su propia persona. De ahí que, el hecho de vivir violencia va a repercutir en la propia identidad de la persona, sus deseos, motivaciones y objetivos en la vida (Lloret, 2004).

1.5 Relaciones sexoafectivas en la adolescencia

Como se ha podido observar, la violencia dentro de las relaciones sexoafectivas se comienzan a manifestar a una temprana edad y, se ha podido observar una alta prevalencia de violencia en los y las adolescentes.

El Instituto Mexicano de la Juventud en el año 2007 realizó la Encuesta Nacional de Violencia en las Relaciones de Noviazgo, la muestra tuvo representatividad rural/urbana, se consideró a jóvenes entre 15 y 24 años que durante ese mismo año tuvieron relaciones de noviazgo y su nivel de escolaridad fue mayormente secundaria y media superior. En este estudio se pudo observar que el porcentaje más alto de una sola relación de noviazgo estaba en las mujeres (74.4%), y en los hombres, la proporción era más baja (62.7%). En cambio, en el caso de más de una relación, los hombres que tuvieron 3 o más relaciones durante el 2007

fueron la mayor proporción (15%) y la mujeres solo el 8.2%. Respecto a la violencia física dentro del vínculo, se detectó que el 15% de las y los jóvenes habían experimentado al menos un incidente de violencia física, siendo las mujeres las que más recibieron este tipo de violencia (61.4%) y, presentándose más en zonas urbanas que en zonas rurales. En cuanto a la violencia psicológica, el 76% de los y las jóvenes fueron víctimas de esta, teniendo una mayor incidencia en zonas urbanas. Respecto a la violencia sexual, las mujeres constituyeron las dos terceras partes de las personas a las que habían tratado de forzar o que fueron forzadas a tener relaciones sexuales.

Cortés et al. (2014) menciona que, las y los jóvenes que viven experiencias de violencia, no logran percibirlo, lo cual es alarmante, porque parecería que consideran que estas conductas son parte inherente a la convivencia o de la resolución de conflictos dentro de una relación sexoafectiva, incluso, se cree que esta normalización puede ser debida a los mitos y creencias tan arraigadas acerca del amor romántico (Cortés et al., 2014).

1.6 Amor romántico y violencia

El amor romántico, es una construcción sociocultural sobre cómo “debe” ser el amor y se ha caracterizado por establecer un modelo de conducta amorosa “ideal”, pretendiendo que sea una certeza de vida. Bajo este modelo se han creado normas específicas sobre el enamoramiento, las emociones y acciones que deberían suceder dentro del ámbito amoroso, así como las formas, momentos, lugares y personas para que este sea “verdadero”.

Herrera (2018) menciona que, este modelo se encuentra sumamente arraigado en la cultura patriarcal, ya que, dota al amor de un poder mágico y omnipotente. En él, se establece una estructura en donde impera la dominación, la sumisión y una lucha constante de poder, por lo que, funciona perfectamente como un mecanismo de control social para dominar a las mujeres, pues, las mantiene encadenadas a la ilusión de la llegada de un ser “poderoso” o

príncipe azul que las salvará, resolverá todos sus problemas y las llevará al paraíso de la felicidad. Desde pequeñas, las mujeres aprenden que está bien renunciar a ellas mismas como una prueba de amor cuando se vinculan con otra persona; aprenden a colocar el amor en el centro de sus vidas y creen que para amar hay que sufrir y pasarla mal, pues, entre más se sufra, mayor será el merecimiento de un “gran amor”.

Por otro lado, a los hombres, se les enseña a valorar y defender su libertad y su autonomía, y no renuncian ni se sacrifican por amor. En lo que respecta a los hombres, Herrera (2019) refiere que, el patriarcado y el machismo los han educado de tal forma que, desde niños asocian lo malo con las mujeres y la feminidad, ya que, esta última es considerada como debilidad, vulnerabilidad, cobardía, torpeza o maldad. Desde la visión patriarcal, los niños son más inteligentes, fuertes, aptos para el deporte, son más rudos, violentos y se sienten atraídos por la competencia. Los niños que siguen todos los mandatos patriarcales viven con una necesidad constante de demostrar su virilidad, sus habilidades físicas, su valentía y su potencia sexual para demostrarlo a los demás y evitar críticas o burlas. Suelen admirar a otros hombres que no tienen pareja ni familia, que disfrutan su soltería y que no saben amar ni cuidar. Solo se asocian con otros hombres para cumplir una misión, salvar el mundo o hacer negocios y, cuando han cumplido determinado propósito o librado una “batalla”, esperan como recompensa a una mujer devota y entregada para que cubra sus necesidades más básicas, que les ame incondicionalmente, que les permita tener el mando y que sea abnegada.

Aunque existe mayor compañerismo con otros hombres, también es común que exista constante competencia entre ellos sobre quién tiene mayor potencia sexual, fertilidad y habilidad para “conquistar” mujeres. Los hombres miden su virilidad a través de la cantidad de mujeres con las que pueden tener relaciones sexuales, por esto, estar en una relación

monógama puede ser un blanco de críticas y burlas de los demás hombres (Herrera, 2019). Es así que, evitan comprometerse y entregarse.

El patriarcado les advierte que las mujeres desean dominarlos a través del sexo y del amor, por lo que deben evitar a toda costa enamorarse, pues así, pierden su privilegio de disfrutar a muchas mujeres. Les han enseñado a que no pongan el amor en el centro de sus vidas, pues esto disminuye su poder y su libertad, por eso, ven a las mujeres como enemigas porque ellas desean arrebatarles dichos privilegios. Con esta percepción, hace que sea muy complicado construir relaciones con un amor compañero y colaborativo, pues, al ver a las mujeres como enemigas, el amor se convierte en una constante lucha de poder en la que ellos siempre deben ganar. De esta forma, se perpetúan las relaciones en donde existen los roles de dominación y de sumisión.

Dada la asignación de mando que el patriarcado le ha conferido a los hombres, le es difícil creer y aceptar que una mujer les diga “no”, por esta razón, es que pueden incurrir en la práctica del acoso sexual Herrera (2019), el cual, incluso ha sido romantizado a través de las películas y la literatura, pues se cree que entre más insista, logrará el objetivo de derribar las barreras para “conquistar” a la mujer, y al final, conseguirá lo que quería. Es así que, lamentablemente, la violencia puede pasar desapercibida porque se encuentra disfrazada de interés romántico.

Desde la infancia, se aprende a amar a partir del contexto familiar y social, y de los relatos culturales en torno al amor. De esta forma, se interiorizan las estructuras en las que se relacionan los miembros de la familia, y se establecen las creencias de que esa es la forma “normal” de vivir una relación.

Todo esto ha dado lugar a una serie de mitos románticos, los cuales, de acuerdo con Bosch y Ferrer (2002) son creencias tomadas como verdades absolutas sobre lo que debería ser el amor, y poco flexibles, que suelen tener una carga emocional alta, lo cual contribuye a

crear y mantener la ideología de un grupo. En este sentido, los mitos alrededor del amor en realidad son considerados como ficticios, engañosos, irreales y muy difíciles (e incluso imposibles) de cumplir.

Los principales mitos según Bosh y Ferrer (2002) son:

Mito de la media naranja o la creencia de que existe una persona predestinada para cada una, también se le suele llamar como alma gemela, este mito hace creer que cuando aparece esta otra mitad es la mejor o única elección posible. Su aceptación podría llevar a un alto grado de tolerancia hacia la pareja, pues, siendo la mejor opción, se le permite más cosas con tal de que la relación se mantenga o vaya bien.

Mito de los celos, o la creencia de que los celos son una muestra de amor. Sin embargo, se suelen utilizar como justificación de comportamientos injustos, de dominación e incluso, violentos.

Mito de la omnipotencia o la creencia de que “el amor todo lo puede”, por lo tanto, si se presentan obstáculos dentro de la relación, solo el amor es suficiente para resolverlos y la justificación perfecta para ciertas conductas. Esto conlleva a que se pasen por alto comportamientos violentos o la negación de conflictos en la relación.

Mito de la pasión eterna o la creencia de que el amor romántico y la pasión que se experimenta al inicio de una relación, debería durar muchos años o para siempre. Esta creencia puede suponer riesgos a la estabilidad emocional de las personas.

Y finalmente, se encuentra el mito de la compatibilidad amor-violencia (Castro et al, 2013) que implica la aceptación y tolerancia de conductas violentas dentro de la relación.

Asimismo, cabe destacar que la mayor parte de las relaciones se construyen desde el mito de la complementariedad (Herrera, 2018), sobre todo, de la unión heterosexual, que hace creer a las personas que son dos mitades imperfectas que solo se complementan cuando se enamoran y se unen para crear una familia. Este romanticismo patriarcal (Herrera, 2018) hace

creer que las relaciones son fáciles, maravillosas, perfectas, con una energía mágica e inagotable y que se mantiene igual en el tiempo. Por eso, cuando existen conflictos y se generan agresiones, estas suelen desestimarse al grado de pasar desapercibidas, porque se encuentra muy interiorizada la creencia de que “el amor todo lo puede”.

Dado que las primeras experiencias de violencia en las relaciones sexo-afectivas comienzan a darse durante la adolescencia, para Hernández et al., (2020) es importante que las y los jóvenes reformulen el concepto y las ideas erróneas que tienen acerca del amor.

Se considera que la adolescencia es una etapa clave de la vida para el aprendizaje de ciertas pautas de comportamiento, esto, debido a que se presenta un proceso de transformación, una constante exploración, autoanálisis y autoevaluación que terminarán creando la propia identidad (Valdivia y González, 2014). También, es una etapa en donde se empiezan a establecer las primeras relaciones sexoafectivas, y si las y los adolescentes se forman con la creencia del amor romántico, tendrán un terreno fértil para la vivencia de la violencia dentro de sus relaciones.

Agregado a lo anterior, un estudio realizado por Capaldi et al. (2012) identificó que entre los factores de riesgo de violencia en los vínculos sexo-afectivos se pueden resaltar los interpersonales y situacionales. Dentro de los factores interpersonales se ubican las actitudes favorables hacia la violencia, actitudes negativas sobre la mujer, antecedentes de violencia de pareja, celos, conductas sexuales de riesgo, consumo de alcohol y drogas, embarazos no deseados, hostilidad, ideación y conductas suicidas, ira y hostilidad. Entre los factores situacionales se encuentran el apoyo social, estrés psicosocial, influencia de iguales violentos con sus vínculos, hábitos de crianza disfuncionales, maltrato y abuso sexual en la infancia, violencia intrafamiliar y violencia en la comunidad.

Desde la psicología clínica se han planteado factores protectores como una elevada autoestima y habilidades de comunicación (Capaldi et al., 2012), sin embargo, dado que la

violencia tiene un origen social y cultural, al plantear que una persona debe mejorar sus habilidades personales para hacer frente o prevenir la violencia, se le estaría haciendo saber que ella o él es el problema y no el contexto ni la cultura en la que se encuentra inmersa.

Puesto que en esta problemática es sumamente importante el contexto donde se desarrolla la violencia, que son los espacios relacionales, tales como las relaciones sexoafectivas, y que, además los significados que atribuyen los integrantes del vínculo a la experiencia de la violencia, es que es adecuado abordarla desde una perspectiva contextual-relacional, y que sea analizada desde un punto de vista comunicacional, ya que, permite el acceso al sistema de creencias que las personas construyen para dar sentido a su existencia y relación consigo mismos y con las demás personas (Perrone y Nannini, 2007).

Indudablemente, la violencia no es un fenómeno individual, pues, anteriormente hemos visto cómo la cultura es un factor muy importante que propicia su presencia, por eso, no se puede abordar solamente como un problema individual.

CAPÍTULO 2: Terapia narrativa

2.1 Terapias posmodernas

La violencia dentro de las relaciones sexoafectivas no es un problema individual ni de las dos (o más) personas dentro del vínculo, sino que, se trata de un problema asociado a la cultura patriarcal y machista en la que vivimos. Por esta razón, es imprescindible que en la labor de la psicología exista un análisis por parte del profesional acerca de las causas estructurales que están influenciando el ejercicio de la violencia; se necesita que reconozca la realidad de opresión, las relaciones de poder y las jerarquías que incluso suelen darse dentro del ámbito terapéutico; de manera que, pueda asumir un posicionamiento político que centralice la justicia y el cambio social. Como consecuencia, es posible detectar las desigualdades y dejar de normalizar y reforzar ciertos comportamientos sociales que son parte de los discursos dominantes que afianzan lógicas patriarcales. Por lo tanto, el abordaje de la violencia desde la psicología, requiere de una labor constante de cuestionamiento del lugar de poder de la persona terapeuta, de despatologizar los problemas de la persona que solicita apoyo, los cuales tienen una gran influencia estructural; de aquí que, la terapia narrativa permite desde sus supuestos, procedimientos y técnicas para trabajar, asumir un posicionamiento político acerca de la violencia y busca trascender las narrativas provenientes de los discursos dominantes que han obstaculizado otras posibilidades de vivir.

2.2 Terapia narrativa

La terapia narrativa forma parte de las terapias constructivas o posmodernas, éstas hacen una crítica sobre la relación entre el conocimiento y el poder, y el cómo van tomando forma en los sistemas y discursos opresores. La perspectiva posmoderna le da gran importancia a los factores sociales que facilitan o dificultan las formas de entender las experiencias o vivencias, piensa a las personas siempre en un contexto, ve a la terapia como

un proceso conversacional y se piensa que el diálogo y la conversación generan significados; existe una multiplicidad de voces o realidades; valoran el conocimiento local, es decir, entienden la vida de las personas desde su propia perspectiva, sin imponer saberes; propician relaciones de colaboración, la persona es la experta en su propia vida y el o la terapeuta no asume un papel de experto(a); ponen énfasis en lo que va bien en la vida de las personas y en lo que consideran importante; promueven la agencia personal y tiene una flexibilidad en cuanto a la duración de la terapia (Tarragona, 2006), además de, considerarse un espacio de acción política.

En contraste, el abordaje tradicional (o dentro de la tradición moderna), el terapeuta pretende ser objetivo de sus clientes o pacientes, se cree que posee un conocimiento experto sobre la naturaleza humana, posee una posición privilegiada que establece una jerarquía porque “sabe más” que el cliente y sabe cómo deberían ser las personas o las relaciones humanas sanas o funcionales (Tarragona, 2006).

La terapia narrativa fue creada por Michael White y David Epston a principios de los años 80's. Michael White estudió Trabajo Social y ejerció la profesión en el ámbito de la salud en el Glenside Hospital en el Glenside Hospital en Adelaida, Australia. En 1983, con otros y otras colaboradoras fundó el Dulwich Centre, lugar desde el cual se realiza difusión sobre la terapia narrativa. Por su parte, David Epston nació en Canadá pero emigró a Nueva Zelanda cuando tenía 19 años y ahí obtuvo su bachillerato en Sociología y Antropología, posteriormente concluyó su posgrado en Trabajo Social en 1976, en el Reino Unido. Trabajó con familias en el sistema público y privado neozelandés (Rojas, 2020). A pesar de que se encontraban en lugares distintos del mundo, sus trabajos tenían varios aspectos en común. Ambos trabajaron con familias y basaron su práctica en la terapia sistémica, conocían la Escuela de Milán, la vertiente estructural de Minuchin y la estratégica de Haley, tomaron en cuenta los movimientos feministas y decidieron discutir y comprometerse en incorporar la

conciencia de las desigualdades de género en el área de la terapia familiar (Rojas, 2020), además, compartían cuestionamientos y reflexiones acerca de la desigualdad e injusticia social, lo cual dio paso a la Terapia Narrativa, la cual se caracteriza por tener una postura que desafía las estructuras dominantes y los discursos de poder (Rojas, 2020). Michael White prefirió hablar de su modelo terapéutico como “postestructuralista” debido a que el término “posmoderno” le parecía carente de precisión (Tarragona, 2006).

Ya que en el contexto de la psicoterapia los relatos tienen una gran importancia, para la terapia narrativa las historias son centrales, puesto que en ellas se encuentran los conocimientos singulares de la vida, las habilidades y fortalezas que las personas o comunidades han desarrollado para hacer frente a los eventos de sus vidas. Es a través de las historias y los significados que se otorgan a ellas, que las personas interpretan su vida y el mundo, además, esa interpretación permite comprender de manera específica la vida y así, desarrollar una posición política, moral y valórica (Latorre, 2013). Las metáforas son muy importantes en este modelo, y aplicado a las historias, se utiliza la metáfora de historia “delgada” generalmente a lo que proviene de observadores externos, no de las personas que la están viviendo, por lo tanto, mientras más “densa” sea una historia, se abrirán más posibilidades para la persona que la vive (Tarragona, 2006).

Para la terapia narrativa, es fundamental poner en tela de juicio los discursos de poder que generan ideologías dominantes y estructuras opresivas, por eso, desde este abordaje no se trata solo que la persona comprenda que ella no es el problema, sino también es relevante que logre identificar de dónde provienen los discursos que han propiciado una descripción de sí misma que coincide con formas sociales y culturales opresivas (Rojas, 2020), por lo que, es importante “deconstruirlos”, que significa “desarmar” o revisar detenidamente las creencias y prácticas de la cultura o sistema que fortalecen al problema o la historia dominante en la persona (Tarragona, 2006).

Dentro de este enfoque, los problemas a los que responden las personas tienen su origen en un contexto con desigualdades estructurales, el problema no es la persona, sino la cultura que le ha hecho creer que es la única responsable en la creación y mantenimiento de su problema, y de aquí surge la práctica llamada externalización del problema, la cual alude a utilizar el lenguaje de tal manera que permita una comprensión distinta de la identidad de las personas (Latorre, 2013), cosifican al problema y no a la persona, de esta forma se separa la identidad de la persona de la identidad del problema. Esta práctica puede ser muy útil cuando una persona ha formado gran parte de su identidad alrededor del problema (Latorre, 2013), le ayuda a ponerlo en perspectiva, a disminuir su culpa y a sentir que tiene la capacidad de hacer algo para solucionarlo (Tarragona, 2006).

2.3 La violencia desde la terapia narrativa

En casos de mujeres que han vivido experiencias de violencia, suelen mantener conversaciones con ellas mismas y con otras personas desde una internalización del abuso o de la violencia, como si ellas fueran las causantes o las culpables de lo que les ha sucedido, de manera que, les es muy difícil apreciar el papel que juega su contexto. En este caso, se busca que, a través de conversaciones terapéuticas, puedan nombrar al problema, reconocer las consecuencias y efectos que este ha tenido en su vida y que pueda evaluar estos efectos para después poder tomar acción (Latorre, 2013), prácticas como esta, permite que las personas puedan darse cuenta que aquellas narrativas culpabilizadoras o de infravaloración que cuentan sobre sí mismas, son consecuencias del abuso por parte de la otra persona, más no son ellas mismas. Como consecuencia de esto, se abre paso a la reinterpretación de la historia de abuso, donde se produce un distanciamiento de la idea de culpabilidad y se acerca a la interpretación de que lo sucedido fue una experiencia de dominación, explotación, tortura

y violencia (White, 1995), al mismo tiempo, comienza la capacidad de vislumbrar el papel que tiene el poder sobre sus cuerpos y experiencias de vida.

Una vez que las experiencias de violencia se sitúan en las relaciones del poder presentes en el contexto, las personas pueden experimentar una sensación de liberación que les permite oponerse y disentir (Lloret, 2004), también, durante este proceso la culpa puede transformarse en enojo, indignación o una pasión por la justicia, de tal forma, que el aspecto político de la violencia sale a la luz, abriendo paso a nuevas posibilidades para que las personas logren un discernimiento entre el abuso y protección, explotación y amor (White, 1995).

A medida que se transita por este tipo de conversación, hay un proceso de deconstrucción de las “verdades” que han sido impuestas sobre las personas que experimentan violencia, y permite que se separen de la identidad y narraciones que se han encontrado saturadas por el problema. Al darse esta separación, surge un espacio para explorar otras identidades preferidas y otras posibilidades de vivir.

Para que sea posible llegar a nuevas alternativas, las personas comienzan a identificar hechos o versiones que contradicen a la historia dominante de violencia, a lo que White (1995) denomina “acontecimientos extraordinarios”. Es posible detectar y señalar esas nuevas versiones a través de una doble escucha, pues mientras se narra la historia dominante, aparecen relatos a los cuales no se les ha dado la atención suficiente. Las mujeres que han vivido violencia, tienen dificultad para confiar en versiones más favorables de sí mismas (Lloret, 2004), en estos casos, es eficiente invitarles a que presten atención a los eventos extraordinarios que muestran hechos donde resistieron a la violencia o que fueron capaces de tratarse con cierta aceptación y cuidado. Una vez que se identifican estos acontecimientos extraordinarios, se invita a las personas a atribuirles significado, se organiza en un relato alternativo para que haya una “reescritura” de su vida y de sus relaciones, durante este tipo de

conversación es importante hacer preguntas que lleven a la reflexión sobre cómo es que la información que ahora tiene sobre sí misma afectará sus propios movimientos (White y Epston, 1993), es así que, se facilita la generación de historias alternativas.

Re-escribir la experiencia de las personas que han vivido violencia surge a través de las conversaciones re-autorizantes, las cuales permiten identificar y crear historias alternativas de identidad. La premisa de la que se parte es que nuestras identidades no caben en una sola historia, es decir, que somos personas multihistoriadas que se entrecruzan. Las conversaciones re-autorizadoras invitan a construir relatos que confrontan las versiones saturadas de problemas que las mujeres llevan a la conversación (Lloret, 2004).

Las historias alternativas pueden incluir esperanzas de una vida diferente, sueños de una vida más plena, el deseo de estar en otra parte, la visión de una manera distinta de relacionarse con un compañero o compañera a nivel sexoafectivo, donde la violencia ya no tiene espacio para habitar en ese nuevo territorio. A partir de esto, se traza una trayectoria que va de la desesperanza al orgullo por haber resistido, y con la esperanza de alcanzar los anhelos, deseos, metas y objetivos que la violencia había dejado ocultos.

Esta experiencia de separarse de una historia saturada de problemas a una con esperanzas de una vida distinta, conlleva un proceso al que metafóricamente White denomina “migración de identidad”, en estas conversaciones, la identidad de la persona se va ampliando mientras recorre una distancia que va de una vida saturada de violencia a un estilo de vida libre de ella. La metáfora de la migración es útil para que las experiencias que viven al migrar sean significadas de una manera que ayude a vivirlas; comúnmente, las mujeres que van atravesando este camino, pueden experimentar confusión y desorientación por la incertidumbre de qué sucederá después, este espacio se le conoce como “liminal”, sin embargo, la metáfora de migración les ayuda para que puedan entender que estas experiencias son producto de una migración de identidad, les es más sencillo perseverar en su

travesía. De lo contrario, si no se plantea esta metáfora, es probable que las personas regresen a las relaciones donde se les violenta, porque la confusión y desorientación puede ser entendida como algo desconocido, así que, si se entiende el proceso como un viaje, es más sencillo asimilar que es parte del proceso y que mientras se continúe la travesía, se llegará a un nuevo lugar.

El trabajo de Gray (2006) en Halifax Nueva Escocia, con hombres que ejercen abuso, muestra cómo es que la terapia narrativa es útil para que los hombres tracen otros caminos lejos de las prácticas de la violencia. En las primeras conversaciones busca la externalización de las creencias que justifican el abuso, y realiza preguntas sobre los efectos reales que ha tenido la violencia.

También, les invita a reflexionar cómo es que fueron reclutados por el sistema hegemónico de la masculinidad usual, el cual está vinculado con el control, la dominación y la violencia. Les pide que describan cómo es que fueron reclutados para ejercer dicha masculinidad y cómo es que estas prácticas se convirtieron en parte de sus vidas, de este modo, ellos toman una postura sobre los efectos de este hecho, y así, se separan de lo que han aprendido. Este es un proceso de deconstrucción de creencias dominantes que respaldan la violencia y que pone al descubierto las jerarquías y las relaciones de poder de las cuales ha sido partícipe a lo largo de su vida. En este tipo de conversaciones, terapeuta y consultante, exploran el contexto de vida de los hombres y, también se validan las experiencias de violencia que pudieron haber vivido, como por ejemplo: al momento que aprendían a ser hombres de acuerdo al sistema hegemónico, también aprendían otros modos violentos por parte de algún familiar de mayor edad, que tenía el objetivo de “hacerlos más rudos”.

Dentro de las preguntas que Gray (2006) utilizó para caracterizar los modos violentos de ser, se encontraban:

- ¿Cuáles son las historias familiares y dominantes sobre la manera en que deben ser los hombres?
- ¿Cómo aprendiste sobre esto?
- ¿Qué efectos notas que tienen tales expectativas?
- ¿Cuál es tu postura sobre los efectos de esas expectativas?

El objetivo fue realizar preguntas que deconstruyan las verdades fijas sobre las expectativas de género, el cómo estas expectativas propician el ejercicio del poder y el abuso, así, hay un cambio de postura que pasa de justificar el abuso a protestar en su contra. Los mapas de identidad y de re-autoría han mostrado ser útiles para que los hombres noten que existen otras formas de relacionarse y nuevas formas de vivir su masculinidad (Gray, 2006).

En cuanto al mapa de migración de identidad, este hace posible tener un marco de referencia para elaborar conceptos acerca de lo que se están alejando de los hombres, como las tácticas de dominación y control, y las creencias que justifican el abuso ejercido, y también sobre aquello hacia donde se están moviendo: acciones no violentas y modos de vivir, creencias, valores, esperanzas y sueños libres de violencia. También resalta las transiciones y confusiones que pueden surgir cuando los hombres se separan de las prácticas y creencias que les fueron instaladas por la cultura patriarcal, y que han utilizado durante años como justificación de sus abusos.

Los sueños, esperanzas y valores de los hombres son elementos fundamentales que sirven como guía para sus acciones, relaciones y su vida, permitiendo que la migración de identidad sea posible. Si en las conversaciones brotan estos valores y anhelos, se buscan historias de responsabilidad y compromiso que permitan llegar a historias significativas alejadas del abuso. Y finalmente, para que los hombres migren completamente hacia una vida libre de violencia, sus sueños y esperanzas sobre otros modos de habitar se deben vincular

con acciones en todas las áreas de su vida, se les ha invitado a que lo realicen con apoyo de otras personas, pues, este no es un proceso individualista. En el caso del trabajo de esta terapeuta, ella insta a que los hombres puedan tener contextos que brinden retroalimentación continua a sus prácticas, idealmente, por personas cercanas que deseen ayudarles.

2.4 El amor romántico desde la narrativa

En lo que respecta al amor romántico, existen pocos trabajos que aborden el tema desde una perspectiva narrativa en población adolescente. Sin embargo, se han llevado a cabo algunas investigaciones con perspectiva feminista que buscan conocer las narrativas de mujeres en torno al amor, un ejemplo de ello, es el trabajo realizado por Kumul (2019) en donde, desde un análisis de la narrativa en mujeres que han vivido violencia dentro de sus relaciones sexo-afectivas, se pudo constatar que, el discurso del amor romántico les llevó a permanecer dentro de vínculos violentos debido a la creencia de que solo estando en una relación podrían encontrar la felicidad; que el amor podía transformar positivamente a los hombres; que si se concretaba el ideal del amor a través del establecimiento de la familia, los hombres asumirían la relación monógama o de fidelidad. También, dentro de sus narrativas se asoman las ideas que las motivaban a brindar apoyo incondicional a la otra persona, aunque ellas no recibieron lo mismo e incluso tuvieron que abandonar sueños y proyectos propios. Este trabajo invita a abrir el cuestionamiento acerca de la construcción de los roles de género en torno al amor, y así, comprender cómo el amor romántico funciona como el origen y mantenimiento de la violencia.

Por otro lado, Ruiz (2015) realizó una investigación donde analizó los discursos de adolescente de entre 16 y 19 años de entornos rural y urbano, con el fin de indagar las causas y mecanismos que sostienen y sustentan la violencia, logró encontrar que dentro de las narrativas se escondían varios mitos del amor romántico, principalmente el mito de los celos,

pues, son entendidos como una señal o demostración de amor, es así que, el no sentir celos es interpretado como una muestra de indiferencia más que como una señal de confianza en la otra persona. Ruiz (2015) afirma que el problema de los celos radica en que se utilizan como excusa para ejercer control y dominio sobre las mujeres, es un control implícito, disfrazado como pequeñas muestras de amor e interés, que más tarde pueden expresarse a través de bromas, peleas e imponer los criterios que los hombres desean; también, fue común en los y las adolescentes que categorizaran los celos en buenos (poquitos) y malos (muchos), siendo un mito muy arraigado en esta población y que lo hace muy difícil de derribar porque no hay un cuestionamiento social generalizado.

A partir de esto, puedo plantear que la terapia narrativa es un enfoque ideal para trabajar con las narrativas que emergen dentro del amor romántico, sería pertinente realizar un proceso de deconstrucción a través de conversaciones que inviten a la caracterización de las ideas o creencias en cuanto a lo que debe ser una relación sexo-afectiva y el contexto que ha contribuido en la construcción de los significados acerca del amor. De igual forma, es posible invitar a la reflexión acerca de las experiencias de los efectos que estas creencias tienen o han tenido en la vida de las y los adolescentes, para que así, pueda favorecerse una toma de postura y la oportunidad de visualizar formas distintas de relacionarse que estén alejadas del sometimiento, la dominación y la violencia.

CAPÍTULO 3: Aplicación

Con el objetivo de realizar una intervención que permita a las y los adolescentes conocer, reflexionar y cuestionar al mito del amor romántico y su relación con la violencia, se diseñó el taller “Desenmascarando al amor romántico” desde un enfoque de las prácticas narrativas para propiciar una toma de posición ante este modelo de amor y la creación de una narrativa amorosa distinta a la establecida por este mismo y alejada de la violencia.

3.1 Participantes

La muestra fue compuesta por veintidós adolescentes que estudian el tercer año de secundaria en el colegio privado María Montessori, ubicado en la ciudad de Apizaco, Tlaxcala. El 63.6% fueron adolescentes del género femenino y el 36.4% del género masculino y, la media de la edad fue de 14.3 años.

Los criterios de inclusión fueron: (1) tener una edad de entre 13 y 15 años y (2) cursar la escuela secundaria de manera presencial. Mientras que el criterio de exclusión fue: (1) que no conteste los instrumentos de evaluación pretest y post-test.

3.1.1 Muestra

La selección de la muestra fue no probabilística y por conveniencia, ya que como menciona Hernández et al (2014), es no probabilística porque la elección de las y los participantes no depende de la probabilidad, sino de las características o propósitos del trabajo, que en este caso se eligió por ser una intervención.

Y por conveniencia, porque permite seleccionar a aquellas personas que acepten ser incluidas (Otzen y Manterola, 2017), es decir, que exista la posibilidad de acceso y proximidad al grupo participante.

3.2 Escenario

Las sesiones del taller se realizaron de manera presencial dentro del colegio en el salón correspondiente al grupo, el cual, además, contaba con equipo audiovisual y con un ambiente silencioso y con la iluminación ideal.

3.3 Instrumentos

Se aplicaron dos instrumentos impresos que se entregaron a cada una de las participantes, que además, incluían una sección para recolectar datos como nombre, género y edad.

Escala Mitos sobre el Amor (Rodríguez et al., 2013). Esta escala fue creada por Bosch et al. (2007) para población adulta, no obstante, Rodríguez et al. (2013) se encargaron de adaptarla para la población adolescente. En esta adaptación, la escala está conformada por 7 ítems que evalúan los principales mitos del amor, divididos en dos factores, el mito de la idealización del amor y el mito de la vinculación amor-maltrato, en la Tabla 1 se pueden apreciar los ítems que permiten evaluar a cada mito. Todos los ítems van en la misma dirección y con un formato de respuesta de tipo Likert (1 totalmente en desacuerdo a 5 totalmente de acuerdo). La fiabilidad para el primer factor tiene un alfa de .52 y el segundo factor de .64 (Rodríguez et al., 2013).

Tabla 1

Mitos sobre el amor romántico evaluados

Mito evaluado	Ítem
Mito de la media naranja	1) En alguna parte hay alguien predestinado para cada persona (“tu media naranja”).
Mito de la pasión eterna	2) La pasión intensa de los primeros tiempos de una relación debería durar siempre.

Mito de la omnipotencia	3) El amor es ciego 7) El amor verdadero lo puede todo
Mito de los celos	4) Los celos son una prueba de amor
Mito de la ambivalencia	5) Se puede amar a alguien a quien se maltrata 6) Se puede maltratar a alguien a quien se ama

Cuestionario Amor romántico. Este cuestionario fue diseñado ad hoc, el cual consiste en tres preguntas abiertas que evalúan el entendimiento del amor romántico, los roles de género en las relaciones de pareja y los elementos que consideran que debería tener una vinculación sexoafectiva sana entre las personas.

3.4 Materiales

Enseguida se enlistan los materiales utilizados durante la intervención:

- A. Infografía impresa “Conociendo al amor romántico” (Apéndice 3.1)
- B. Infografía impresa “Amor romántico y roles de género” (Apéndice 3.2)
- C. Formato impreso de la “Escala Mitos sobre el Amor” y “Cuestionario Amor Romántico” (Apéndice 2)
- D. Hojas blancas, bolígrafos y marcadores para pizarrón blanco

También se requirieron los siguientes aparatos:

- E. Tableta electrónica con acceso a internet para la búsqueda de ejemplos sugeridos por las y los adolescentes durante las actividades del taller.

3.5 Procedimiento

Primeramente, se diseñó el taller “Desenmascarando al amor romántico” desde un enfoque narrativo. Se programó para ser impartido en dos sesiones de dos horas de duración cada una,

una sesión por semana (jueves 20 de abril y 04 de mayo de 2023). Un mes antes, se acudió al colegio para solicitar el permiso de la directora para la aplicación del taller con un grupo de estudiantes del nivel secundaria, y el cual fue otorgado exitosamente.

3.6 Descripción del taller

Sesión 1

Como apertura del taller se aplicaron los instrumentos para la evaluación pretest. Posteriormente, se realizó la introducción del tema, explicando el concepto de amor romántico y sus mitos. Se invitó a las y los adolescente a hacer una reflexión sobre cómo la cultura y la sociedad, con apoyo de de los medios de comunicación, han conformado una sola forma de amar y de cómo deberían ser las relaciones sexo-afectivas. Desde la narrativa se invitó a hacer un análisis de historias de amor romántico a través de preguntas como las siguientes: ¿Cómo representa lo bueno del amor?, ¿Cómo representa lo malo?

¿Qué cosas claramente están mal y cuáles no son tan claras?, ¿Cómo podrías saber que algo no está bien con ese amor?, esto, con el propósito de propiciar una toma de postura ante tales historias y la forma en que se hace presente el amor romántico.

Además, se llevó a cabo la actividad de analizar parejas del ámbito del espectáculo o de historias de un libro o película, con el fin de que pudieran detectar los mitos del amor romántico presentes en el vínculo amoroso.

Sesión 2

En la sesión número dos se brindó información acerca del amor romántico y los roles de género, poniendo especial énfasis en que las mujeres y los hombres han sido educados de

manera distinta en cuanto al amor y la manera de relacionarse dentro de los vínculos sexo-afectivos. Una vez hecho esto, en plenaria se conversó acerca de los efectos que estas diferencias tienen a la hora de vincularse sexoafectivamente. Las preguntas que guiaron la conversación fueron: ¿Qué efectos creen que tengan estos roles en la forma en que se relacionan las personas dentro de una relación sexo-afectiva?, ¿Cómo esta forma de relacionarse puede hacer daño?.

Finalmente, se invitó a la realización de dibujos o cartas como una manera de crear una historia alternativa a la del amor romántico, es decir, una historia libre de desigualdad y de violencia. Por último, se cerró la sesión mediante la evaluación post-test.

El resumen de las sesiones se presenta en la Tabla 2, y se pueden conocer a detalle las actividades en el Apéndice 1: Fichas descriptivas.

Tabla 2

Programación del taller “Desenmascarando al amor romántico”

Número de sesión	Objetivos
Sesión 1 Jueves 20 de abril	Presentación Evaluación pretest Introducción al amor romántico Conociendo al amor romántico Analizando parejas desde el amor romántico Cierre
Sesión 2 Jueves 04 de mayo	Recapitulación de aprendizajes Amor romántico y roles de género Construcción de una relación alternativa a la tradicional Evaluación post-test Cierre

Para el análisis de resultados del instrumento Escala de Mitos sobre el Amor, se agruparon las respuestas en tres categorías (Desacuerdo, incluyendo quienes habían respondido completamente en desacuerdo (1 a 2); Indiferencia, a las y los adolescentes que se

habían situado en el punto medio de la escala (3); y Acuerdo, incluyendo a quienes habían respondido 4 y 5).

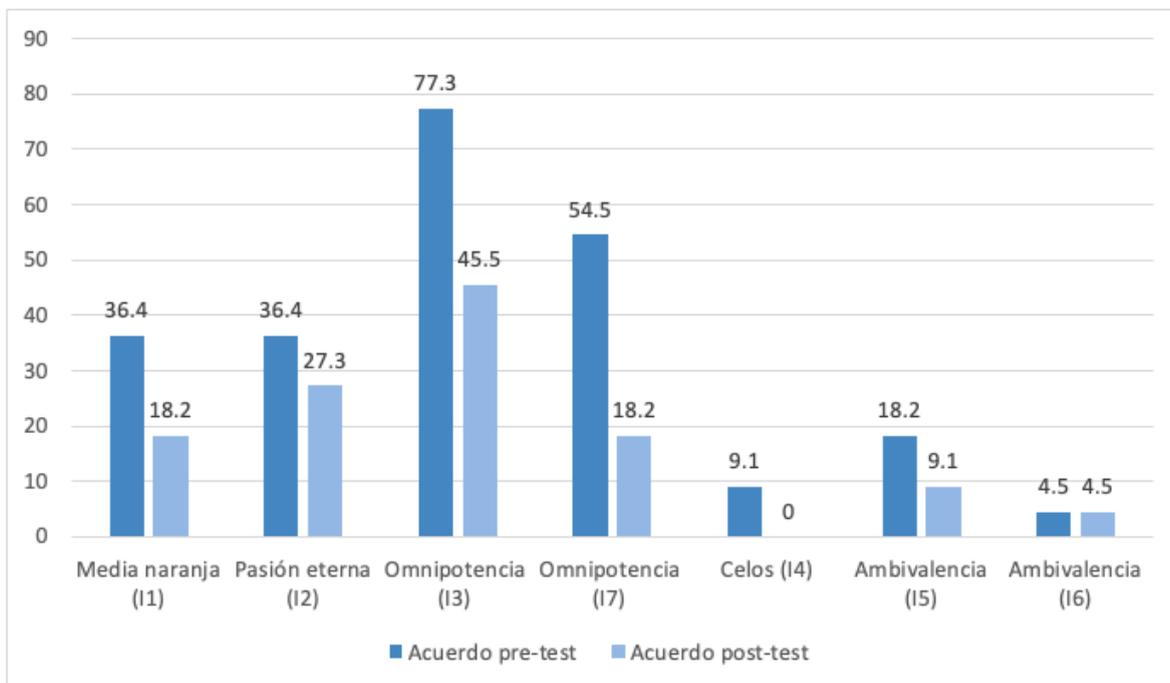
En cuanto al Cuestionario Amor Romántico, se realizó un análisis de la narrativa de cada una de las respuestas, tanto para el pre-test como para el post-test.

3.7 Resultados

Los resultados de la evaluación pretest de la Escala de Mitos sobre el Amor se muestran en la Figura 1, los cuales, permiten observar que predominó la aceptación de los dos mitos de la omnipotencia del amor (77.3% mostró acuerdo con el ítem 3 y 54.4% con el ítem 7), le seguían el mito de la media naranja (36.4%) y el de la pasión eterna (36.4%); y mostrando menor acuerdo con los mitos de la ambivalencia (18.2% de acuerdo con el ítem 5 y 4.5% con el ítem 6).

En la evaluación post-test con este mismo instrumento, se observó que el mito con mayor acuerdo continuó siendo el de la omnipotencia, sobre todo con el ítem 3 (45.5%), además de representar una reducción en el porcentaje, comparado con la evaluación pre-test (77.3%). Por su parte, el ítem 7, mostró una disminución del porcentaje de aceptación, pasando de 54.5% a 18.2%. Los demás mitos como el de la media naranja y la pasión eterna mostraron disminución de la aceptación (pasando de 36.4% a 18.2% y 36.4% a 27.3% respectivamente).

Es de destacar que, el mito de los celos, a pesar de tener un bajo porcentaje de aceptación en la fase pretest (9.1%), tuvo una disminución importante porque pasó a ser de 0% en la evaluación post-test y, finalmente, el mito de la ambivalencia (ítem 6) se mantuvo sin cambios.

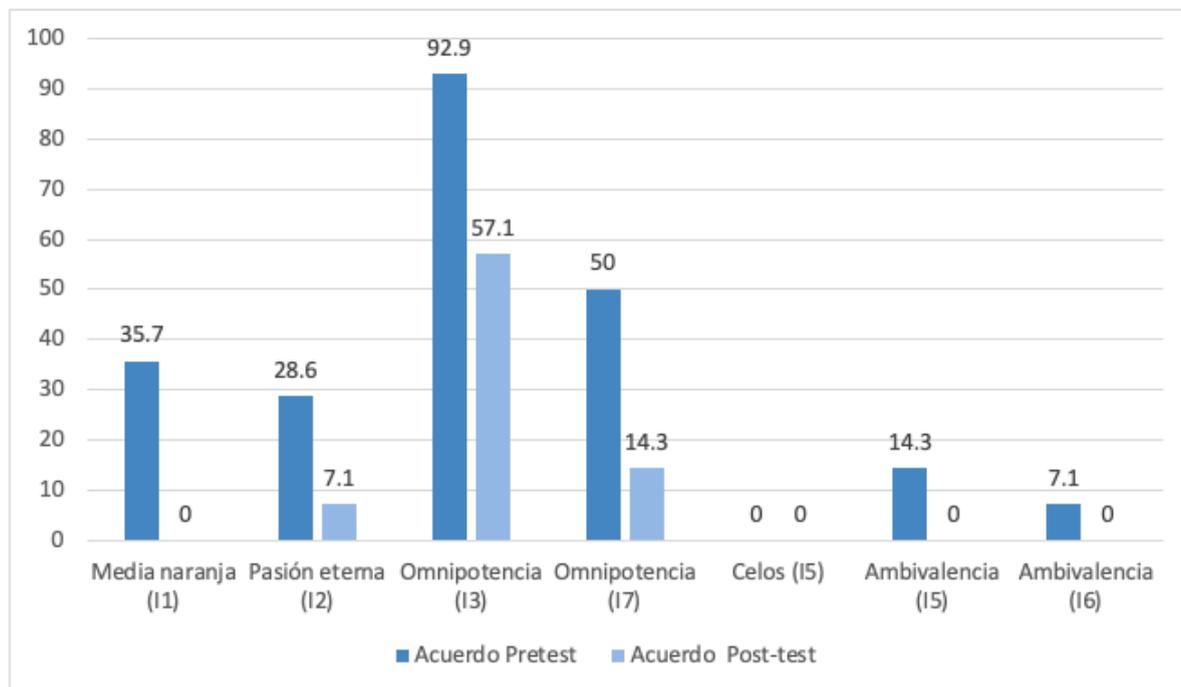
Figura 1*Resultados pre-test y post-test de aceptación de los mitos sobre el amor*

En cuanto a la aceptación de mitos diferenciado por género, en la Figura 2, se puede observar que, en la evaluación pretest, las mujeres tuvieron un alto acuerdo con el mito de la omnipotencia (92.9% mostró aceptación por el ítem 3 y 50% con el ítem 7). Después, le seguían la aceptación de los mitos de la media naranja (35.7%), la pasión eterna (28.6%), la ambivalencia (14.3% de aceptación del ítem 5 y 7.1% con el ítem 6) y, por último con un porcentaje de 0% el mito de los celos.

Los resultados post-test, mostraron una reducción del nivel de acuerdo en todos los mitos, a excepción del mito de los celos, que se mantuvo en un 0%. En este punto, fue evidente que aún predominaba la aceptación del mito de la omnipotencia (57.1% de aceptación del ítem 3 y 50% del ítem 7) sin embargo, esta fue menor a la inicial. Además, es preciso resaltar que los mitos de la media naranja y ambivalencia no mostraron aceptación, pues esta fue de 0% junto con el de los celos que se mantuvo igual al resultado pretest.

Figura 2

Resultados pre-test y post-test de aceptación de los mitos sobre el amor en mujeres

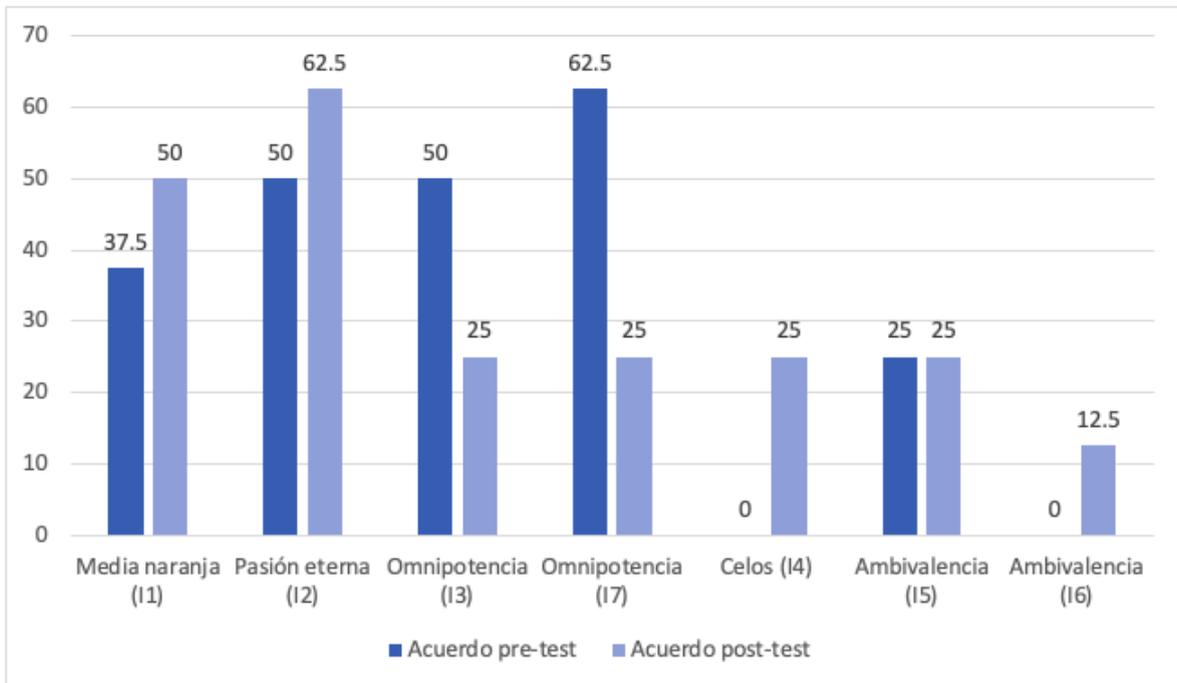


En la Figura 3 pueden verse los resultados pretest en los hombres, los cuales indican que el mito de la omnipotencia también predominó en ellos (62.5% de aceptación del ítem 7 y 50% del ítem 3), después le seguían el mito de la pasión eterna (50%), la media naranja (37.5%) y el de la ambivalencia (25% de aceptación del ítem 5). En cuanto al mito de los celos, hubo una aceptación del 0%.

Conviene señalar que, en la evaluación post-test, la aceptación del mito de la omnipotencia disminuyó a 25% el ítem 7 y a 25% el ítem 3, no obstante, la aceptación de los demás mitos aumentó, como es el caso del mito de la media naranja (50%), de la pasión eterna (62.5%), los celos (25%) y la ambivalencia (12.5% de aceptación del ítem 6).

Figura 3

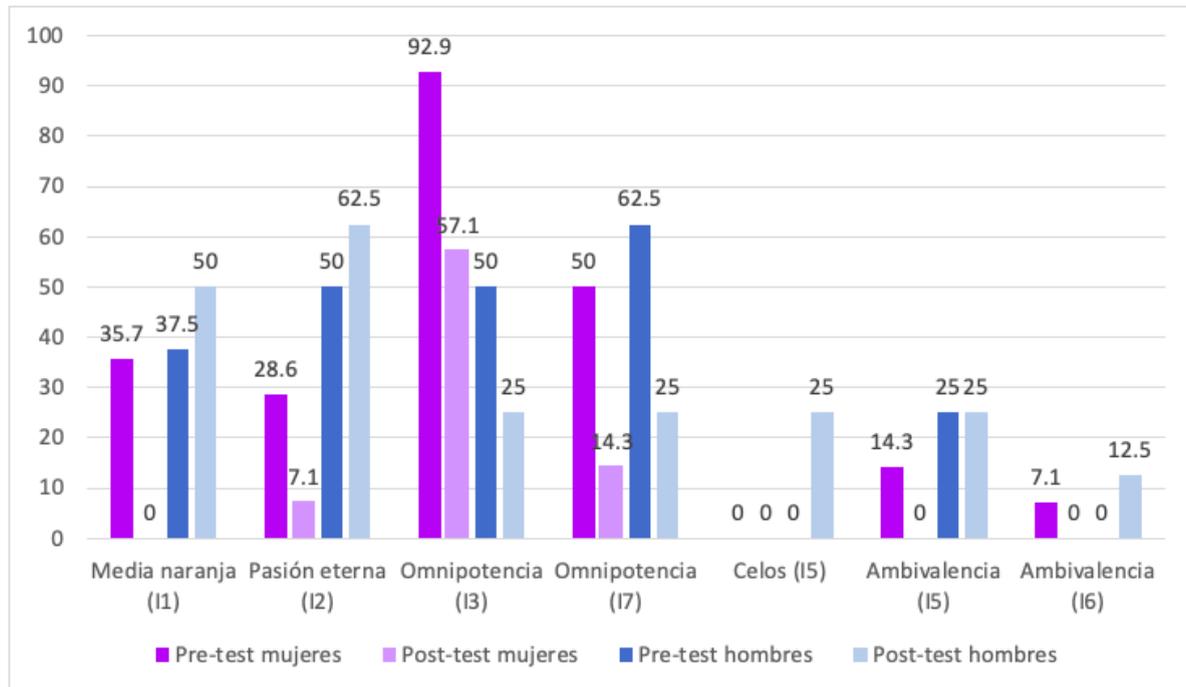
Resultados pre-test y post-test de aceptación de los mitos sobre el amor en hombres



Al realizar una comparación de los cambios en mujeres y hombres en la evaluación pre-test y post-test, se puede observar en la Figura 4 que las mujeres fueron las que mostraron disminución en todos los mitos sobre el amor, a excepción del mito de los celos que se mantuvo en 0%. En cambio, en los hombres aumentó la aceptación de los mitos de la media naranja, la pasión eterna, los celos, y la ambivalencia (en específico con el ítem 6), mientras que no hubo cambio en el acuerdo con el mito de la ambivalencia representado por el ítem 5. El único mito que sí mostró una reducción de la aceptación fue el de la omnipotencia, en los dos ítems que lo representan, pasando de 50 al 25% en el ítem 3 y de 62.5 a 25% en el ítem 7.

Figura 4

Comparación de aceptación de los mitos sobre el amor entre mujeres y hombres



En cuanto a la evaluación del Cuestionario Amor Romántico, en la fase pre-test, se cuestionó el entendimiento del concepto de amor romántico, lo que hizo notar que la mayoría lo concibió como una relación donde dos personas se aman o se muestran cariño físico y que luchan por mantenerse unidos por mucho tiempo. Pero, al hacer una distinción entre mujeres y hombres, en la Tabla 3 es posible apreciar que, en el caso de las mujeres hubo respuestas que lo concebían como un amor idealizado y resaltaba también que valoraban una relación donde no existieran los celos ni el maltrato, por otra parte, en los hombre se evidenciaba un entendimiento de que es una relación donde se muestra amor y cariño.

Tabla 3*Respuestas pre-test sobre el entendimiento del amor romántico*

¿Qué entiendes por amor romántico?	
Mujeres	Hombres
<i>“Una relación sana sin celos ni maltrato”</i>	<i>“Una relación sana para poder estar juntos por mucho tiempo”</i>
<i>“Cuando dos personas se aman”</i>	<i>“En donde se quieren entre sí”</i>
<i>“Cuando una pareja lucha por mantenerse unida y no pelean”</i>	<i>“Un tipo de amor de película”</i>
<i>“Amor lindo que no necesita de relaciones sexuales”</i>	<i>“Cariño físico, detalles, apoyo”</i>
<i>“Un amor idealizado”</i>	

En la Tabla 4, se exponen los resultados post-test acerca del entendimiento del amor romántico, en donde es posible apreciar que, en las mujeres se presentó un cambio significativo en sus respuestas, pues, se destacan palabras como idealización, estereotipos, expectativas, relación estándar, lo que se aprende en las películas y libros e incluso en donde puede haber violencia.

Al contrario, en los hombres no se observó diferencia importante, pues, sus respuestas fueron muy similares a las expuestas en la evaluación pre-test, únicamente un adolescente expresó que es un amor con estereotipos, el resto se mantuvo en que es una relación donde las personas se aman y hay cariño.

Tabla 4*Respuestas post-test sobre el entendimiento del amor romántico*

¿Qué entiendes por amor romántico?	
Mujeres	Hombres
<i>“Un amor idealizado, lleno de expectativas y estereotipos”</i>	<i>“Un amor con estereotipos que nos han enseñado a la mayoría de nosotros”</i>
<i>“Lo que la gente idealiza sobre cómo debe ser el amor”</i>	<i>“En donde se quieren entre sí”</i>
<i>“El amor que nos enseñan en las películas y libros”</i>	<i>“En donde hay un cariño muy fuerte”</i>
<i>“Una relación estándar con roles establecidos ”</i>	<i>“Un buen romance”</i>
<i>“Una relación donde puede existir violencia”</i>	<i>“Ser románticos y no empalagarse”</i>

En cuanto a la evaluación pre-test de la pregunta *¿Crees que las relaciones de pareja las viven igual las mujeres y hombres? ¿Por qué?*, se observó que la gran mayoría creía que las mujeres y hombres no viven de igual forma las relaciones de pareja. Las adolescentes argumentaron que esta diferencia es debida a que tienen visiones, pensamientos y expresiones diferentes, que las mujeres las viven con mayor intensidad y que sufren más.

Por su parte, los adolescentes argumentaron que la diferencia radica en la menor importancia que le dan al tema, a que tienen perspectivas distintas y porque las mujeres son muy difíciles. Además, es de resaltar que hubo quienes decían que sí las viven igual porque ambos tienen los mismos sentimientos, estos resultados se aprecian en la Tabla 5.

Tabla 5

Respuestas pre-test sobre la creencia de la experiencia del amor en mujeres y hombres

¿Crees que las relaciones de pareja las viven igual las mujeres y hombres? ¿Por qué?	
Mujeres	Hombres
<p><i>“No, porque la mujer lo vive más intenso”</i></p> <p><i>“No, porque la visión de cada uno es diferente”</i></p> <p><i>“No, porque la mujer termina más afectada”</i></p> <p><i>“No, porque sus pensamientos son distintos”</i></p> <p><i>“No, porque lo expresan diferente”</i></p>	<p><i>“No, porque los hombres le dan menos importancia”</i></p> <p><i>“No, porque los dos tienen perspectivas diferentes”</i></p> <p><i>“No, porque las mujeres son muy difíciles”</i></p> <p><i>“Sí, porque son personas con los mismos sentimientos”</i></p>

Los resultados post-test de la creencia que tienen sobre la experiencia del amor en mujeres y hombres se muestran en la Tabla 6, donde se aprecia que las adolescentes tuvieron un cambio importante en su argumentación, pues, la gran mayoría explicaba que la diferencia radicaba en el tipo de educación en el amor que tenía cada género, en sus respuestas era posible notar palabras como: *se les enseña, educa, inculca* cosas distintas y que incluso se reconoció el papel de la sociedad en el establecimiento de estereotipos dentro del terreno del amor.

Tabla 6

Respuestas post-test sobre la creencia de la experiencia del amor en mujeres y hombres

<i>¿Crees que las relaciones de pareja las viven igual las mujeres y hombres? ¿Por qué?</i>	
<i>Mujeres</i>	<i>Hombres</i>
<i>“No, porque a las mujeres les enseñan a ilusionarse”</i>	<i>“No, porque la educación que ha recibido cada uno es diferente”</i>
<i>“No, porque les enseñan el amor desde distinta perspectiva”</i>	<i>“No, por los roles de cada quién”</i>
<i>“No, porque nos inculcan cosas distintas”</i>	<i>“No, por las diferentes formas en que se educa a un hombre y una mujer en el tema del amor”</i>
<i>“No, porque fueron educados de una forma distinta”</i>	<i>“No, porque cada quién tiene pensamientos diferentes”</i>
<i>“No, porque la sociedad les establece estereotipos diferentes”</i>	<i>“No, porque cada quién aprende el amor de una manera diferente”</i>
<i>“No, porque cada quién aprende el amor de una manera diferente”</i>	<i>“No, porque tienen diferente percepción”</i>
<i>“No, porque nos educan de distinta forma”</i>	

Finalmente, se analizaron los elementos que son importantes para una relación sana de pareja, en donde se hizo notar que las adolescentes (tanto en la evaluación pre-test como en la post-test) escribían una mayor cantidad de elementos, comparada con la cantidad que expresaron los adolescentes, estas diferencias se muestran en la Tabla 7.

Es especialmente importante mencionar que, para ambos géneros la confianza fue el elemento más importante y que también compartían consideración del respeto, comunicación y cariño. Dentro de otros elementos importantes para las mujeres resaltaron la fidelidad o

lealtad, la igualdad, solidaridad, cuidado y libertad; elementos que ninguno de los hombres consideró.

Tabla 7

Resultados de consideración de elementos importantes en una relación sana de pareja

¿Qué elementos deben formar parte de una relación de pareja?	
Mujeres	Hombres
<i>Confianza, honestidad, sinceridad, amor, fidelidad, lealtad, respeto, comunicación, amor, empatía, cariño, afecto, solidaridad, cuidado, igualdad, amabilidad, diversión, libertad.</i>	<i>Confianza, respeto, comunicación, apoyo, cariño, espacio.</i>

3.8 Análisis de resultados

Durante este taller fue evidente la mayor atención e interés por parte de las adolescentes, ya que, se mostraron en todo momento con una actitud curiosa sobre cada tema que se exponía y lograron trasladar la teoría a ejemplos de su propia vida o de mujeres importantes para ellas, como sus tías o amigas. En la actividad que requirió hacer el análisis de historias de amor dentro de películas, libros o caricaturas, se veía la expresión de reflexión en sus rostros, además, se posibilitó un ambiente de confianza donde entre compañeras discutieron y lograron hacer visible aquello que estaba bien y que no estaba tan bien dentro de la relación analizada. Esto a su vez, facilitó que la conversación les invitara a darle nombre a determinadas conductas que no sabían si era bueno o malo, tales como el chantaje, las bromas hirientes y el stalkear en redes sociales, por lo que, con ayuda de la tallerista se logró nombrar a estas conductas como manifestaciones de violencia.

Al final del taller, algunas adolescentes expresaron que se daban cuenta que en este momento de su vida no deseaban vincularse con otra persona porque había muchas otras cosas que disfrutar como sus hobbies y sus amigas. Incluso, una de ellas mencionó que entendía que es aún más complicado encontrar a un “buen” hombre porque “todos” han sido educados de la misma forma, por lo que, prefería en este momento no tener un novio.

Otro cambio importante que compartió una adolescente fue que, había descubierto que no necesita a ningún chico para ser feliz, pero que si llegaba alguien a su vida pondría mucha atención en que sea una relación basada en el respeto, compromiso, atención y cariño, y que la evitaría si habían comportamientos machistas y violentos.

En el caso de los hombres, la atención fue dispersa de inicio a fin del taller, no mostraron el mismo interés que sus compañeras, lo cual representó un obstáculo para que las actividades se llevaran a cabo en un ambiente de suficiente calma. Además, fue evidente el rechazo y desinterés en cuanto al tema de las desigualdades de género, pues, desde su perspectiva, las mujeres gozan de mayores privilegios que ellos y, argumentaban que las mujeres también lastiman, destacando un gran descontento con la infidelidad por parte de ellas. En este punto, se invitó a la reflexión sobre cuáles son las consecuencias tanto para un hombre como para una mujer cuando cometen infidelidad, y con esto fue posible que se dieran cuenta que a las mujeres se les recrimina y a los hombres se les aplaude, lo cual podían confirmarlo con la cantidad de palabras que existen para nombrar a una mujer infiel, la cual es mayor que para los hombres. De esta forma, el tema de desigualdad quedó más claro, aunque con cierta expresión de resignación, más que de aceptación.

Después de discutir esto, disminuyó aún más la atención y comenzaron a realizar juegos entre ellos. No obstante, es de reconocer que al menos uno se mantuvo atento y reflexivo de principio a fin, lo cual, dio como fruto una narrativa que expresó que entendía que a los hombres y a las mujeres se les educa de forma distinta en cuanto al amor y que eso

le parecía injusto porque los hombres le dan menor importancia, pero que eso le dejaba el compromiso de informarse más y de prestar mayor atención a la igualdad.

CAPÍTULO 4: Discusión

De acuerdo con estos resultados, la mayoría de las y los adolescentes mostraron alta aceptación del mito de la omnipotencia del amor, así como de la media naranja y la pasión eterna. Cabe remarcar que estos resultados son similares a los encontrados en otros estudios con población adolescente (Bonilla et al, 2018; Rodríguez et al, 2013). Las mujeres tenían mayor acuerdo con que el amor es ciego, que el amor verdadero todo lo puede, que en alguna parte hay alguien predestinado para cada persona y que la pasión intensa de los primeros tiempos de la relación debería durar siempre. En los hombres a su vez, se mostró un mayor acuerdo comparado con el de las mujeres, con la dimensión vinculación-maltrato representados por el mito de la ambivalencia. Habría que decir también que se hizo presente una mayor aceptación del mito de los celos, lo cual refleja que hay una romantización de los comportamientos de dominación y violencia. Estos resultados concuerdan con los encontrados en población adolescente en España (Rodríguez et al, 2013) en donde pudieron observar que los hombres aceptaban más los mitos en donde se ejerce mayor poder sobre sus parejas. Esto denota la interiorización del patriarcado a través de la socialización y la cultura, mediante la cual han aprendido que está bien estar por encima de las mujeres y que pueden dominarlas en nombre del “amor”.

Después de la realización del taller, las mujeres mostraron mayor disminución de la aceptación de los mitos del amor, en cambio, los hombres aumentaron su aceptación, sobre todo los de la pasión eterna, la media naranja, los celos como prueba de amor y los de dimensión de la vinculación-maltrato. También, en las mujeres existió una transformación de las palabras utilizadas para conceptualizar al amor romántico, las cuales estuvieron alineadas con lo abordado durante las actividades, llegando a habitar en ellas la idea de que este tipo de amor es una idealización, estereotipo, un estándar creado por la sociedad y un lugar en donde se hacen presentes las desigualdades y la violencia.

Estos resultados parecen indicar que las mujeres prestan mayor atención e interés al tema del amor en su vida, lo cual a su vez, confirma lo que Herrera (2018) menciona acerca de las diferencias de género en la educación amorosa, pues, las mujeres desde que son niñas se les enseña a situar el amor en el centro de sus vidas, mientras que los niños aprenden que el amor y el afecto son secundarios y “cosas de niñas” , así que, el hecho de que las adolescentes tuvieron mayor disposición a trabajar en el taller, es una muestra de la importancia que le dan al amor. También, se suma el hecho de que los movimientos feministas recientes han abierto la posibilidad de cuestionar cada vez más los roles de género y su impacto en todos los ámbitos de nuestra vida.

El que los hombres no hayan prestado suficiente atención, que su rebeldía se haya hecho presente durante el taller, y que, por lo tanto, no se percibiera un cambio favorecedor en la evaluación de resultados, podrían ser una muestra de la incomodidad e inconformidad con el cuestionamiento de sus privilegios porque eso disminuye su poder y dominación sobre las mujeres (Herrera, 2019), y, a pesar de que cada vez hay más hombres cuestionando sus masculinidades y sus privilegios, aún es menor y menos común este trabajo de reflexión, a diferencia del que ya están haciendo las mujeres.

CAPÍTULO 5: Conclusión

Los hallazgos de este trabajo brindan la evidencia de que los mitos del amor se encuentran interiorizados en las y los adolescentes, pues forma parte del discurso dominante del amor al que han estado expuestos por la cultura patriarcal durante tantos años. No obstante, fue posible alcanzar el objetivo de que las y los adolescentes conocieran, reflexionaran y cuestionaran cómo el amor romántico es un lugar donde existe la desigualdad, siendo las mujeres las más afectadas, y el reconocimiento de que en esta forma de amar se

propician los comportamientos violentos porque están disfrazados de amor. También, el estar expuestas y expuestos a una narrativa distinta les brindó la oportunidad de vislumbrar nuevas y diferentes posibilidades para disfrutar del amor y de la vida; y sobre todo, se hizo visible que el amor romántico es un producto cultural e histórico y no una certeza de la vida ni parte de la naturaleza humana.

El que los hombres hayan mostrado tanto desinterés y rebeldía me invitó a ver que hace falta un trabajo específico en masculinidades, ya que, aunque las mujeres hagamos todo un trabajo de deconstrucción, la responsabilidad del cambio sigue recayendo únicamente en nosotras, porque nuevamente, se resalta el hecho de que las mujeres somos las únicas interesadas en el tema, dispuestas a cambiar nuestra forma de relacionarnos, pero si los hombres no hacen este ejercicio de cuestionar y de transformar sus masculinidades, el poder y la dominación seguirán presentes y, por lo tanto, la violencia también. En un país como el nuestro donde mueren tantas mujeres a diario a manos de sus vínculos sexoafectivos, es urgente que la violencia sea abordada desde otro lugar, tal como lo hace la narrativa, porque permite visibilizar y tomar en cuenta las estructuras y las prácticas de poder presentes en el mito del amor romántico.

Es imperioso dejar atrás el abordaje desde la psicología tradicional en donde se responsabiliza únicamente a las mujeres por estar dentro de relaciones violentas, bajo la justificación de que hay una falta de “asertividad” o de “autoestima” por parte de ellas, porque esto, reduce el problema a un nivel individual, cuando en realidad es un problema social y cultural, además, ese abordaje resta la responsabilidad a los hombres que han decidido hacer uso de su poder para dominar, explotar y violentar a las mujeres.

Que este tema se aborde dentro del ámbito escolar y desde una postura narrativa, abre la posibilidad de comenzar a deconstruir de manera colectiva el discurso dominante del amor romántico y que, desde esta etapa de la vida se propicien las conversaciones que inviten al

cuestionamiento para lograr un posicionamiento ante la cultura patriarcal en la que estamos inmersos, brindándoles más alternativas para crear otros significados en torno al amor y nuevas posibilidades de llevarlo a la acción en sus propias vidas, y así, comenzar a construir formas alternativas de relacionarse sexoafectivamente, alejadas de la desigualdad, el machismo y la violencia, tal como puede ser la construcción de relaciones colaborativas, ya que, la colaboración implica una interacción y trabajo que beneficia a todas las partes implicadas o, como Herrera (2019) lo expresa, construir amores compañeros, que son aquellos basados en la solidaridad, empatía, respeto, ternura y cuidados.

REFERENCIAS

- Alonso, J.M, y Castellanos, J. (2006). Por un enfoque integral de la violencia familiar. *Psychosocial Intervention*, 15(3), 253-274. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592006000300002&lng=es&tlng=es.
- Bonilla, E., Rivas, E., y Pascual, I. (2021). Mitos del amor romántico en adolescentes: relación con el sexismo y variables procedentes de la socialización. *Educación XXI*, 24(2), 441-463. <https://www.redalyc.org/journal/706/70666930018/70666930018.pdf>
- Caillé, P. (1992). *Uno más uno son tres*. Paidós.
- Capaldi, D. M., Knoble, N. B., Shortt, J. W. y Kim, H. K. (2012). A Systematic Review of Risk Factors for Intimate Partner Violence. [Una revisión sistemática de los factores de riesgo de la violencia de pareja]. *Partner Abuse*, 3, 231–280. <http://dx.doi.org/10.1891/1946-6560.3.2.231>
- Corsi, J. (1994). Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social. Paidós
- Cortés, M., Bringas, C., Rodríguez, L., Flores, M., Sánchez, T., y Rodríguez, F. J. (2014). Unperceived dating violence among Mexican students. [Violencia no percibida en el noviazgo entre estudiantes mexicanos]. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14(1), 39-47. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33729172005.pdf>
- Domenach, J.M. (1981). La violencia y sus causas. Unesco. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000043086_spa
- Espínola, I., Cambranis, Ortega, A., Moreno, M.(2017). Aproximación al concepto de pareja. *Psicología para América Latina*, (29), 7-22. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2017000300002&lng=pt&tlng=es.
- Esteinou, R. (2010). Las relaciones de pareja en el México moderno. *Casa del tiempo*, 4(26), 65-75. https://www.uam.mx/difusion/casadeltiempo/26_27_iv_dic_ene_2010/casa_del_tiempo_eIV_num26_27_65_75.pdf
- Foucault, M. (1980). La microfísica del poder. La Piqueta

- Foucault, M.(1994). *Hermenéutica del sujeto*. La Piqueta.
<https://seminarioatap.files.wordpress.com/2013/02/foucault-michel-hermeneutica-del-sujeto.pdf>
- Foucault, M. (2003). *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión*, México. Siglo XXI
- Garrido, M., Arribas, A., de Miguel, J., y García, Á. (2020). La violencia en las relaciones de pareja de jóvenes: prevalencia, victimización, perpetración y bidireccionalidad. *Revista Logos Ciencia y Tecnología*, 12(2), 8-19.
<https://www.redalyc.org/journal/5177/517764862002/html/>
- González, J.(2008). La violencia, un problema de salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 24(4).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252008000400009
- Gray, N. (2006). Responding to Men's Violence: An interview with Nancy Gray.[Respuesta a la violencia que ejercen los hombres: Entrevista con Nancy Gray] *International Journal of Narrative Therapy & Community Work*
- Gurr, T. (1969). *Violencia en América*. Signet books
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. Mcgraw-Hill Interamericana.
- Hernández, T. (2000). Des-cubriendo la violencia. *Tribuna del investigador*, 7(1), 11-27.
<https://www.tribunadelinvestigador.com/ediciones/2000/1/art-3/>
- Hernández, Y., Castro, A., y Barrios, E. (2020). Creencias del amor romántico en adolescentes: una intervención desde la investigación-acción. *Sinéctica*, (55), 1-12
[https://doi.org/10.31391/s2007-7033\(2020\)0055-007](https://doi.org/10.31391/s2007-7033(2020)0055-007)
- Herrera, C. (2018). *Mujeres que ya no sufren por amor: Transformando el mito romántico*. Los libros de la catarata.
- Herrera, C. (2019). *Hombres que ya no hacen sufrir por amor. Transformando las masculinidades*. Los libros de la catarata.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022). Encuesta nacional sobre la dinámica de las relaciones en los hogares (ENDIRECH) 2021. INEGI
https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/endireh/Endireh2021_Nal.pdf

- Kumul, L. (2019). La violencia del amor romántico en la narrativa de dos mujeres mexicanas. *Psicología & Sociedade*, 31, 1-19
<https://www.scielo.br/j/psoc/a/Prx6jpHQjwtnTtjQwpC5s9K/?lang=es&format=html>
- Labrador, F. Paz, P. Alonso, E., Fernández, R. (2012). Violencia de pareja, en Llavona, L. Y Méndez F. (Eds.) *Manual del psicólogo de familia* (pp.231-258). Pirámide
- Latorre, I. (2013). Terapia narrativa: algunas ideas y prácticas en F. García (Ed.), *Terapia sistémica breve. Fundamentos y aplicaciones* (pp.97-141). RIL editores
- Lloret, I. (2004). Enfoque narrativo y violencia: intervención con mujeres que sufren maltrato. *Psychosocial Intervention*, 13(2), 165-175.
<https://journals.copmadrid.org/pi/art/ef41d488755367316f04fc0e0e9dc9fc>
- Makepeace, J. M. (1981). Courtship violence among college students. [Violencia en el noviazgo entre estudiantes universitarios]. *Family Relations*, 30(1), 97-102.
https://digitalcommons.csbsju.edu/sociology_pubs/6/
- Melero, R. (2008). *La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación*. [Tesis doctoral no publicada, Universidad de Valencia]. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. <http://www.tdx.cat/handle/10803/10234>
- Organización Mundial de la Salud (8 de marzo de 2021). Violencia contra la mujer. OMS.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women#:~:text=La%20mayor%20parte%20de%20las,o%20sexual%20por%20su%20pareja.>
- Organización Mundial de la Salud (9 de marzo de 2021). La violencia contra la mujer es omnipresente y devastadora: la sufren una de cada tres mujeres. OMS.
<https://www.who.int/es/news/item/09-03-2021-devastatingly-pervasive-1-in-3-women-globally-experience-violence>
- Otzen, T., y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology*, 35(1), 227-232
https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95022017000100037&script=sci_arttext&tlng=pt
- Porrúa, C., Rodríguez, C., Almendros, C., Escartín, J., Peña, M., Saldaña, O. (2010). Análisis de las estrategias de abuso psicológico en la violencia de pareja *Información Psicológica*, 99 (2010), 53-63
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3641561>
- Rodríguez, S. (2015). Violencia en las parejas jóvenes: estudio preliminar sobre su prevalencia y motivos. *Revista Interuniversitaria*, 25, 251-275.
<https://www.redalyc.org/pdf/1350/135043709011.pdf>

- Rodríguez, Y., Lameiras, M., Carrera, M. V., y Vallejo, P. (2013). La fiabilidad y validez de la escala de mitos hacia el amor: las creencias de los y las adolescentes. *Revista de Psicología Social*, 28(2), 157-168. <http://dx.doi.org/10.1174/021347413806196708>
- Rojas, C. (2020). Terapia narrativa y perspectiva feminista: acertado encuentro para la atención de familias. *Trabajo Social*, 22(2), 73-93. <https://doi.org/10.15446/ts.v22n2.82082>
- Rojas-Solís, J. L., Guzmán-Pimentel, M., Jiménez-Castro, M. P., Martínez-Ruiz, L., y Flores-Hernández, B. (2019). La violencia hacia los hombres en la pareja heterosexual: Una revisión de revisiones. *Ciencia y sociedad*, 44(1), 57-70. <https://www.redalyc.org/journal/870/87060695011/html/>
- Rubio, F., López, M. A., Saúl, L. y Sánchez, A. (2012). Direccionalidad y expresión de la violencia en las relaciones de noviazgo de los jóvenes. *Acción Psicológica*, 9(1), 61–70. <http://dx.doi.org/10.5944/ap.9.1.437>
- Ruiz, C.(2015). Los mitos del amor romántico: S.O.S celos. *Seminario Interdisciplinar de Estudios de las mujeres de la universidad de Sevilla* <https://core.ac.uk/download/pdf/132457223.pdf>
- Sanmartín, J. (2000). La violencia y sus claves. Ariel
- Shuler, C.A. (2010). Male Victims of Intimate Partner Violence in the United States: An examination of the review of literature through the critical theoretical perspective. [Víctimas masculinas de la violencia de pareja en los Estados Unidos: Un examen de la revisión de la literatura a través de la perspectiva teórica crítica] *International Journal of criminal justice sciences*, 5(1), 163-173. https://www.researchgate.net/publication/263924175_Male_Victims_of_Intimate_Partner_Violence_in_the_United_States_An_Examination_of_the_Review_of_Literature_through_the_Critical_Theoretical_Perspective
- Stoppino, M. (1988). “Violencia”, en N. Bobio (coord.), *Diccionario de política* (pp. 1628) Siglo XXI Editores.
- Straus, M. A. (2004). Prevalence of violence against dating partners by male and female university students worldwide. [Prevalencia de la violencia contra las parejas de los estudiantes universitarios de todo el mundo]. *Violence Against Women*, 10(7), 790-811. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1077801204265552>

- Tarragona, M. (2006). Las terapias posmodernas: una breve introducción a la terapia colaborativa, la terapia narrativa y la terapia centrada en soluciones. *Psicología Conductual*, 14(3), 511-532.
https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/10.Tarragona_14-30a.pdf
- Valdivia, M., y González, L. (2014). Violencia en el noviazgo y pololeo: una actuación proyectada hacia la adolescencia. *Revista de Psicología*, 32(2), 329-355.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0254-92472014000200006&script=sci_abstract
- Vargas, M.A. (2012). Amores Chidos: Guía para docentes: sensibilización, prevención y atención básica de la violencia en el noviazgo con los y las jóvenes.
http://cedoc.inmujeres.gob.mx/lgamv/v/conavim/conavim_amoreschidos_2012.pdf
- White, M. (1995). *Reescribir la vida: Entrevistas y ensayos*. Gedisa
- White, M. (2002). Addressing personal failure. [Hacer frente al fracaso personal].
International Journal of Narrative Therapy & Community Work, (3), 33-76.
- White, M. (2007). *Mapas de la práctica narrativa*. Pranas
- White, M., y Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Paidós.
- Zinker, J. (2005). *En busca de la buena forma*. Instituto Humanista de Sinaloa.

APÉNDICES

Apéndice 1. Fichas descriptivas del taller

Sesión 1	
Actividad 1	Presentación
Objetivo	Presentación de la expositora y de cada participante
Descripción	<p>La expositora y las(os) participantes se presentarán a través de una película, serie o caricatura que sientan que los represente en este momento de su vida.</p> <p>Reflexionar a través de la pregunta:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué dice esta serie/película/caricatura sobre ti?
Temporalidad de ejecución	25 minutos
Recursos necesarios	Marcadores para pizarrón blanco
Actividad 2	Evaluación pretest
Objetivo	Que los participantes respondan el instrumento <i>Escala Mitos sobre el Amor</i> y el cuestionario <i>¿Qué es el amor romántico?</i>
Descripción	Proporcionar a las y los participantes los formatos de evaluación para que los respondan antes de comenzar formalmente el taller.

Temporalidad	10 minutos
Recursos necesarios	<i>Escala Mitos sobre el Amor</i> Cuestionario ¿Qué es el amor romántico? Bolígrafos
Actividad 3	Introducción al amor romántico
Objetivo	Brindar información sobre el “Amor romántico”
Descripción	Exposición del tema de “Amor romántico”.
Temporalidad de ejecución	15 minutos
Recursos necesarios	Marcadores para pizarrón blanco
Actividad 4	Conociendo al amor romántico
Objetivo	Que las y los participantes reflexionen y analicen las características del amor conocido

Descripción	<p>Las y los participantes caracterizarán al amor romántico (tradicional, conocido) a través de un personaje de libro, caricatura, serie o película.</p> <p>En una hoja blanca anotarán su elección y sus reflexiones, sobre lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> -¿Cómo representa lo bueno del amor? -¿Cómo representa lo malo? -¿Qué cosas claramente están mal y cuáles no son tan claras? -¿Cómo podrías saber que algo no está bien con ese amor?
Temporalidad	20 minutos
Recursos necesarios	<p>Infografía “Conociendo al amor romántico”</p> <p>Hojas blancas</p>
Actividad 5	Analizando parejas románticas
Objetivos	Que las y los participantes realicen un análisis de la forma de relacionarse de tres parejas populares

Descripción	<p>Pedir a las y los participantes que propongan 3 parejas famosas o populares para que se analice su forma de relacionarse.</p> <p>El análisis se realizará en función de la pregunta ¿Cómo son los amores de estas parejas? Y tomando en cuenta las siguientes cinco categorías del amor romántico:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La “media naranja” 2. La omnipotencia del amor 3. Perdurabilidad de la relación 4. Celos como muestra de amor 5. El amor duele
Temporalidad	25 minutos
Recursos necesarios	<p>Tableta</p> <p>Marcadores para pizarrón</p>
Actividad 6	Cierre
Objetivo	Cerrar la sesión a través de una palabra
Descripción	Se pedirá a cada participante que como manera de cierre, digan en una sola palabra lo que para ellas y ellos es el amor romántico.
Temporalidad	5 minutos

Sesión 2	
Actividad 1	Introducción a la segunda sesión
Objetivo	Rescatar los aprendizajes más significativos de la sesión anterior
Descripción	Solicitar a 3 participantes que mencionen un aprendizaje significativo acerca del amor romántico.
Temporalidad de ejecución	5 minutos
Recursos necesarios	Marcadores para pizarrón blanco
Actividad 2	Amor romántico y roles de género
Objetivo	Brindar información sobre los roles de género y su participación dentro del amor romántico
Descripción	Exposición del tema de “Amor romántico y roles de género”.
Temporalidad de ejecución	15 minutos
Recursos necesarios	Marcadores para pizarrón blanco
Actividad 3	Conversando sobre los roles de género dentro de las relaciones sexo-afectivas

Objetivo	Propiciar el análisis sobre cómo el amor romántico condiciona el comportamiento de cada género dentro de las relaciones sexo-afectivas.												
Descripción	<p>Realizar grupos de 5-6 integrantes (donde hayan hombres y mujeres) en donde se les pedirá que retomen los ejemplos de las parejas revisadas en la sesión anterior y conversen sobre las manifestaciones de los siguientes roles de género:</p> <table border="1" data-bbox="432 674 1366 1294"> <thead> <tr> <th data-bbox="432 674 903 779">Mujeres</th> <th data-bbox="903 674 1366 779">Hombres</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="432 779 903 884">Sumisión</td> <td data-bbox="903 779 1366 884">Dominación</td> </tr> <tr> <td data-bbox="432 884 903 990">Pasividad</td> <td data-bbox="903 884 1366 990">Activos</td> </tr> <tr> <td data-bbox="432 990 903 1095">Sexualidad reprimida</td> <td data-bbox="903 990 1366 1095">Sexualidad más activa</td> </tr> <tr> <td data-bbox="432 1095 903 1200">Monogamia</td> <td data-bbox="903 1095 1366 1200">Promiscuidad</td> </tr> <tr> <td data-bbox="432 1200 903 1294">Dependencia</td> <td data-bbox="903 1200 1366 1294">Autonomía</td> </tr> </tbody> </table> <p>Se pedirá que elijan a un representante de cada equipo, para que, al final, pueda compartir las ideas que entretejieron entre ellas(os) y abrir la reflexión grupal.</p> <p>Se concentran puntos significativos en el pizarrón para que todas y todos podamos observar.</p> <p>Después, se abrirá el espacio para reflexionar a través de la pregunta:</p>	Mujeres	Hombres	Sumisión	Dominación	Pasividad	Activos	Sexualidad reprimida	Sexualidad más activa	Monogamia	Promiscuidad	Dependencia	Autonomía
Mujeres	Hombres												
Sumisión	Dominación												
Pasividad	Activos												
Sexualidad reprimida	Sexualidad más activa												
Monogamia	Promiscuidad												
Dependencia	Autonomía												

	<p>¿Qué efectos creen que tengan estos roles en la forma en que se relacionan las personas dentro de una relación sexo-afectiva?</p> <p>¿Cómo esta forma de relacionarse puede hacer daño?</p>
Temporalidad	30 minutos
Recursos necesarios	<p>Infografía “Amor romántico y roles de género”</p> <p>Hojas blancas</p> <p>Bolígrafos</p> <p>Marcadores para pizarrón blanco</p>
Actividad 4	Análisis de canción sobre ruptura amorosa
Objetivo	Que las y los participantes analicen y reflexionen acerca de las diferencias de género ante una ruptura amorosa.
Descripción	<p>Escuchar una canción de moda (Shakira BZRP Music Sessions #53).</p> <p>Invitar a las y los adolescentes que reflexionen de qué forma esta canción y su contexto (los implicados y la situación que llevó al fin del vínculo) visibiliza las diferencias de género durante el afrontamiento de una ruptura amorosa.</p>
Temporalidad de ejecución	15 minutos
Recursos necesarios	<p>Bocina</p> <p>Marcadores de pizarrón</p>
Actividad 5	Construcción de una relación alternativa a la tradicional

Objetivo	Que las y los participantes construyan una historia alternativa sobre una forma de vincularse alejada de la violencia.
Descripción	<p>Brindar a las y los adolescentes una hoja blanca brindándoles la opción de hacer dibujos o una carta en donde expresen la forma en que les gustaría vincularse con otras personas, tomando en cuenta cada uno de los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> · ¿Qué sería diferente a una relación tradicional? · ¿Cómo deseo ser tratada(o) en una relación? · ¿Cómo deseo tratar a la otra persona en la relación? · ¿Qué acciones estoy comprometida(o) a llevar a cabo para tener una relación basada en el cuidado e igualdad?
Temporalidad	20 minutos
Recursos necesarios	<p>Hojas blancas</p> <p>Lápices de colores</p> <p>Marcadores</p>
Actividad 6	Evaluación postest
Objetivo	Que los participantes respondan el instrumento <i>Escala Mitos sobre el Amor</i> y el cuestionario ¿Qué es el amor romántico?
Descripción	Proporcionar a las y los participantes los formatos de evaluación para que los respondan al final del taller.
Temporalidad	10 minutos

Recursos necesarios	<i>Escala Mitos sobre el Amor</i> Cuestionario ¿Qué es el amor romántico? Bolígrafos
Actividad 7	Cierre
Objetivo	Cerrar la sesión a través de una palabra
Descripción	Se pedirá a cada participante que como manera de cierre, digan en una sola palabra qué es lo que más valoran sobre el amor.
Temporalidad	5 minutos

Apéndice 2. Instrumentos de evaluación

Escala Mitos sobre el Amor de Bosch et al, (2008,) adaptada por Rodríguez, et al, (2013) para población adolescente.

	Escala Mitos sobre el Amor	1	2	3	4	5
1	En alguna parte hay alguien predestinado para cada persona (“tu media naranja”)					
2	La pasión intensa de los primeros tiempos de una relación debería durar siempre					
3	El amor es ciego					
4	Los celos son una prueba de amor					
5	Se puede amar a alguien a quien se maltrata					
6	Se puede maltratar a alguien a quien se ama					
7	El amor verdadero lo puede todo					

Nota. 1, completamente en desacuerdo; 2, en desacuerdo; 3, ni de acuerdo ni desacuerdo; 4, de acuerdo; 5, completamente de acuerdo.

Cuestionario Amor romántico

¿Qué entiendes por amor romántico?

¿Crees que las relaciones de pareja las viven igual las mujeres y los hombres? ¿Por qué?

Para ti ¿qué elementos deben formar parte de una sana relación de pareja?

Apéndice 3. Materiales

Apéndice 3.1 Infografía “Conociendo al Amor Romántico”



CONOCIENDO AL AMOR ROMÁNTICO

El amor romántico es una construcción cultural y social que nos indica que solo hay una forma de amar.
Está basado en ideas fantásticas (mitos) sobre la manera en que debemos comportarnos respecto al amor y las relaciones de pareja.

“LA MEDIA NARANJA”

MITO 1

El amor romántico nos hace creer que somos **mitades imperfectas** y que solo estaremos completos cuando encontremos a nuestra “media naranja” o “alma gemela”. Por lo tanto, vamos por la vida creyendo que para ser felices y plenos(as) tenemos que encontrar pareja.



También, nos hace creer que elegimos a la persona que el destino designó para nosotras(os) por eso, es la mejor o única elección posible.

“EL AMOR TODO LO PUEDE”

MITO 2

Nos hace creer que **no importa** que la otra persona **NO nos trate bien o NO nos valore**, si persistimos en nuestro empeño, si somos pacientes y bondadosos(as), al final se dará cuenta de lo mucho que valemos, de lo especiales que somos y de lo grandiosos y puros que son nuestros sentimientos.



Esta creencia nos hace mucho daño porque nos puede colocar en situaciones de desprecio, humillación.

“AMOR ETERNO”

MITO 3

Creencia de que el amor y la pasión de los primeros meses de la relación puede y debe durar “por siempre”.



LOS CELOS SON UNA MUESTRA DE AMOR

MITO 4

Creencia de que los celos son un signo de amor e incluso, un requisito indispensable del “verdadero amor”.



En realidad, los celos forman parte del deseo de **poseer y controlar** a la otra persona, lo cual conlleva a la violencia.

“EL AMOR DUELE”

MITO 5

Esta idea nos hace creer que **amar es sufrir** y que, cuanto más suframos, más increíble y maravillosa será la recompensa que recibiremos.
Esta creencia nos puede llevar **aceptar y tolerar conductas violentas** dentro de nuestra relación de pareja.



MATERIAL CREADO POR ALINE VÁZQUEZ

Apéndice 3.2 Infografía “Amor romántico y roles de género”



Los roles de género con un conjunto de normas establecidas por una cultura y sociedad sobre cómo deben comportarse hombres y mujeres en diversos ámbitos, incluido el de las relaciones de pareja.

♀ MUJERES

SUMISIÓN

Las mujeres han sido educadas para ser **obedientes a los hombres** y a "perdonar" todas sus faltas hacia ellas. Adoptan una posición donde los hombres pueden ejercer poder y dominio sobre ellas.



♂ HOMBRES

DOMINACIÓN

Los hombres han sido educados para **ejercer poder** sobre las demás personas, sobre todo a las mujeres. Esto los lleva a actuar de maneras que no toman en cuenta los deseos u opiniones de la otra persona. Actúan solo para su beneficio.



PASIVAS

Las mujeres **deben esperar** hasta que el hombre tome la iniciativa. Es el rol de princesa que está esperando a que llegue su príncipe para rescatarla y transformar su vida.



ACTIVOS

Son los que **deben tomar la iniciativa**, llevar las riendas de la relación, estar disponibles sexualmente en todo momento y tener un gran desempeño en ello, además, son los que toman la decisión de formalizar la relación a través del matrimonio.



MONOGAMIA

Es un mito inventado exclusivamente para las mujeres, que les indica que solo deben amar y disfrutar su sexualidad con **una sola persona**. De lo contrario pueden ser mal vistas o castigadas por la sociedad.



PROMISCUIDAD

Se les han enseñado que tienen la libertad y el poder de gozar una **diversidad sexual y amorosa**. Entre más mujeres tengan, mayor es su masculinidad.



DEPENDENCIA

Se les ha formado de tal manera que tengan una gran necesidad de ser amadas, aceptadas y protegidas por un hombre.



LIBERTAD

Desde niños aprenden a valorar y defender su libertad y su autonomía. Por eso, prefieren **NO comprometerse**, ni compartirse, ni intimar, ni profundizar en una relación.



SEXUALIDAD REPRIMIDA

Han aprendido que su placer sexual se encuentra a cargo de los hombres, que no pueden tener mayor deseo sexual que ellos, que no pueden tomar la iniciativa, y que pueden utilizar el **sexo** como un medio **para obtener amor**. Aquellas mujeres que han disfrutado de su cuerpo y su sexualidad han sido estigmatizadas socialmente y acusadas de malas mujeres o mujeres de "vida alegre".



SEXUALIDAD LIBRE

Los hombres suelen **dan amor** como un medio **para conseguir sexo**. Tienen la libertad de mantener una vida sexual diversa. También tienen una intensa presión por lograr un "buen" desempeño sexual.

