



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

"LA ELECCION DE PAREJA, COMO PREVENCIÓN PRIMARIA DE LA DESINTEGRACION FAMILIAR"

T E S I S

PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGIA
P R E S E N T A N :
ANA MARIA LAGUILAR REBOLLO
SANDRA VELES DELGADO

DIRECTORA: LIC. AURORA ALEJO HERRERA
SINODALES: MTRA. ARACELI SILVERIO CORTES
LIC. MA. DE JESUS RODRIGUEZ ZAFRA



IZTACALA

TLALNEPANTLA, EDO. DE MEXICO

2002

TESIS CON FALLA DE ORIGEN



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.

AGRADECIMIENTOS

ANA MARIA AGUILAR REBOLLO

A Dios:

Por ser "el camino la verdad y la vida".
Por conducirme con gentileza,
en los momentos en que me pierdo o decaigo,
por que con amor pones los medios y
porque permites que yo,
aunque con los ojos arenosos vea.

A mi padres:

Porque siendo así, como es,
yo he sido como soy.
Porque también la ausencia fortalece
Y a pesar de la ausencia, siempre ha estado con nosotros.

A mi mamá:

Por su apoyo, comprensión, tolerancia, por su impulso.
Por confiar en mis proyectos,
por permitirme construir mi independencia.

Gracias por ser mi madre.
Por permitirme contemplarla y
por ser la fuente, que permanentemente
tiene agua para compartir,
cuando los demás tenemos sed.
Gracias.

A los dos:

Por ser mi primer modelo de pareja.
Por permitirme mirar hacia fuera,
mirar hacia adentro,
volver y decir que como están, esta bien.

A Carmen, a Emi, a Mary y a Luis Manuel:

Por caminar a mi lado tanto tiempo,
Por confiar en mi y en lo que hago,
Por escucharme cuando necesito hablar,
Y también por detenerme, cuando estoy desbocada.
Gracias porque con ustedes he aprendido lo hermoso que es
Tener hermanos y vivir en familia,
En mantener la esperanza de que las cosas
pueden ser mejor y diferentes.

A ti, mi querida y gran amiga:

Por ser mi amiga, por compartir conmigo las noches de sueño,
Las preocupaciones y ocupaciones del trabajo diario.
Por compartir este proyecto que iniciamos juntas,
Por compartir los sueños y las realidades,
Esperanzas y conocimientos.
Por permanecer conmigo desde que nos conocimos.

Por permitirme aprender de ti la claridad, la profundidad, tu visión de
cambio y la esperanza en la vida.

Al Sr. Jesús y la Sra. Graciela:

Por el apoyo y la confianza que recibí de ustedes.
Por ser la evidencia de que la parejas,
Si trabajan juntas y al "parejo" permanecen unidas y contentas.

A ustedes los "Aferrados"

Porque aunque el tiempo, la distancia, el trabajo y los planes nos han
distanciado, seguimos juntos aferrándonos por permanecer como cuando
estudiábamos es el CCH, se acuerdan, desde ahí se inició toda la cuestión de
pareja. Gracias amigos.

A usted Profesora Aurora:

Porque con su apoyo, dedicación, experiencia y constancia éste
proyecto esta concretado en esta tesis, Por acompañarnos en este proyecto,
que más que un proyecto de escuela, nos compromete a hacerlo un modo de
vida.

A ti Araceli Silverio:

Por dedicarle tu tiempo y esfuerzo a este proyecto
Porque con tu lectura y comentarios enriquecieron este proyecto.
Gracias.

A la profesora María de Jesús:

Por las aportaciones realizadas a este proyecto.

Finalmente:

A quienes con el coincidir de cada día
De cada proyecto que se inicia,
Me han ayudado a construirme.

Al recuerdo y la esperanza de un amor:

Que me ha motivado a
Elegir el tema de
Elección de pareja.

AGRADECIMIENTOS

SANDRA VELES DELGADO

A Dios:

Por la vida y el amor, por todos y cada uno de los momentos y experiencias que me has permitido tener y vivir, por haberme acompañado en todos los momentos difíciles y felices de mi vida y por permitirme realizar todos y cada uno de mis proyectos y ser parte de ellos.

A mis padres:

Gracias papá, porque de ti aprendí la nobleza, la entrega, la confianza, el compartir, la lealtad y la abundancia. Gracias mamá, porque de ti aprendí la perseverancia, la superación, la unión, la paciencia y el logro. Pero en especial gracias a ambos por haberse conocido, por amarse como se aman, por el gran amor que me han dado, por su apoyo y comprensión incondicional, por el amor que como pareja se han demostrado a lo largo de su vida y que a pesar de los obstáculos, han estado dispuestos a solucionar y responsabilizarse de su vida y permitirme a mí como su hija ser como soy y emprender el vuelo a la vida y tomarla como el mejor de los regalos que me han podido dar.

A mi esposo:

Gracias por tu apoyo y comprensión que he recibido, motivándome día con día a superarme, por brindarnos mutuamente la oportunidad de ser pareja, de crecer juntos, por tu entusiasmo para llevar a cabo nuestros proyectos, por compartir tu bella persona, por creer y trabajar en la familia que ambos queremos, ya que todo ésto, es lo que me ha permitido creer en la pareja y la familia y llevarlo a mi practica profesional. Te amo y siempre te amare.

A mis Abuelos:

Por haber hecho lo mejor que pudieron para con mis padres, porque es lo que me ha permitido estar y ser lo que ahora soy.

A mis tíos, tías, primos y primas:

Que me han acompañado a lo largo de mi vida, que han confiado, impulsado y querido para seguir adelante en mi camino.

A mi amiga Ana:

Te doy las gracias por darme la oportunidad de ser tu amiga, por creer en un sueño que algún día tuvimos juntas y llevarlo a cabo, además de permitirme entrar y compartir tu vida y tu familia, pero sobre todo por permanecer y permitirme aprender de tu creatividad, tu talento para la lectura y por tu entusiasmo para vivir la vida.

A mi profesora Aurora:

Por ir más allá de una relación profesional y compartirnos tu conocimiento, tu tiempo, tu amistad y tu aprecio. Por habernos dado la oportunidad y la confianza de llevar a cabo proyectos que en su momento veíamos lejanos y que nos permitieron crecer profesional y humanamente. Gracias por vivir tu vocación de profesora, que con el entusiasmo que la vives, el camino para nosotras fue muy enriquecedor y divertido. Gracias por todo.

A mi profesora Araceli:

Por todo el conocimiento compartido en clases, por tu tiempo y dedicación en la elaboración de nuestro trabajo.

A María de Jesús:

Por tu tiempo dedicado a la revisión del presente trabajo.

Al Centro Universitario Doctor Emilio Cárdenas:

Por haberme brindado un espacio de desarrollo, autoconocimiento, crecimiento y reconciliación con mi familia de origen y haberme permitido explorar en mi interior mi vocación de esposa y psicóloga. En especial, gracias Angélica Olvera por tu incesante trabajo por la familia, el cual, ha sido una fuente de inspiración en mi vida y mi profesión, lo que ha llevado a interesarme e investigar este importante vínculo que es: la pareja. Gracias y que Dios te bendiga.

A todos los participantes del taller ¿Cómo elegir a mi pareja?:

Por confiar en nuestro trabajo, compartir sus vivencias y experiencias personales y familiares y permitirnos aprender y compartir juntos.

RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito implementar un taller, de elección de pareja dirigido a jóvenes entre los 18 y 25 años de edad, con el objetivo que a partir del autoconocimiento, puedan identificar los elementos que influyen en la elección de pareja, como prevención primaria de la desintegración familiar.

El taller (informativo - formativo), se impartió a 15 jóvenes, en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, de la Universidad Nacional Autónoma de México, en donde se aplicaron técnicas vivenciales, en cada una de las 12 sesiones del mismo. Durante las cuales se abordaron temas como: los antecedentes históricos de la pareja y sus características; el concepto de pareja, la familia, la cultura, construcción del concepto de pareja, concepto de hombre-mujer, historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio ambiente, la educación y la sexualidad, como elementos que influyen en la elección de pareja; el perdón, el proceso del noviazgo; el noviazgo como sistema y subsistema de la familia; la elección destructiva y constructiva y la importancia de la elección de pareja.

Los resultados se presentan en dos modalidades: 1. Resultados del cuestionario como instrumento de evaluación al inicio y al final del taller (pretest -postest), en el que se encontraron diferencias significativas entre los elementos que influyen en la elección de pareja y en la identificación de relaciones destructivas en su núcleo familiar principalmente. 2. Los resultados por sesión, permiten observar los cambios en los participantes a partir de las técnicas vivenciales. En ambos se observa que la familia es la principal formadora de las creencias, conceptos y valores que se llevan a una relación de pareja y que combinada con la cultura influyen en la elección de pareja.

Por otra parte se encontró que el autoconocimiento es una herramienta muy valiosa que permite identificar al joven cada uno de los elementos que influyen en elección de pareja y al mismo tiempo ver de que forma puede prevenir que un futuro matrimonio, no llegue a la desintegración familiar.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ÍNDICE

PAGINA

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO 1. Antecedentes históricos de la pareja	5
1.1. Código de Hamurabi	6
1.2. Antiguo testamento	6
1.3. Cultura China	7
1.4. Antigua Grecia	8
1.5. Imperio Romano	9
1.6. Derecho canónico antes del Concilio Vaticano II	9
1.7. Islam	10
1.8. El renacimiento y la reforma	11
1.9. Francia desde el siglo XVII, hasta la revolución	11
1.10. En México	12
a) México prehispánico	12
b) México después de la conquista	14
c) El siglo XVIII y XIX	14
d) Siglo XX	15
e) La pareja en la actualidad	17
CAPÍTULO 2. Concepto y características de la pareja	21
2.1. Concepto de pareja	21
2.2. Características de la pareja	24
2.2.1. <i>Atracción Física</i>	24

2. 2. 2. <i>Atracción intelectual</i>	24
2. 2. 3. <i>Atracción afectiva</i>	24
2. 2. 4. <i>Comunicación</i>	24
2. 2. 5. <i>Empatía</i>	25
2. 2. 6. <i>Respeto</i>	25
2. 2. 7. <i>Retroalimentación</i>	25
CAPÍTULO 3. Elementos que influyen en la elección de pareja	27
3.1. Familia	28
3.2. Cultura	29
3.3. Construcción del concepto de pareja	33
3.4. Concepto de hombre - mujer	34
3.5. Historia de vida	35
3.6. Autoconcepto	36
3.7. Amigos	38
3.8. Medio en el que se desenvuelve	39
3.9. Educación	39
3.10. Sexualidad	40
CAPÍTULO 4. El noviazgo como sistema y subsistema de la familia.	43
4.1 Teoría de sistemas	43
4.2 El ciclo vital de la familia	45
4.3 El noviazgo como sistema y subsistema	48
4.4 Noviazgo	49
4.4.1 El inicio	50
4.4.2 Formación y conocimiento	52
4.4.3 Proyección	53

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

CAPÍTULO 5. Importancia de la elección de pareja	55
5.1 Elección constructiva	55
5.1.1 Elementos de una elección constructiva	56
5.1.2 Efectos de la relación constructiva	58
a) <i>La relación en la pareja</i>	58
b) <i>La estructura familiar</i>	59
c) <i>Con los hijos</i>	60
5.2. Elección destructiva	60
5.2.1 Elementos de una elección destructiva	60
5.2.2 Efectos de la relación destructiva	63
a) <i>La relación de pareja</i>	63
b) <i>La estructura familiar</i>	63
c) <i>Los hijos</i>	64
d) <i>Desintegración familiar</i>	65
I. <i>Violencia intrafamiliar</i>	65
II. <i>Separación y divorcio</i>	69
CAPÍTULO 6. Taller: "¿Cómo elegir a mi pareja?"	73
6.1 Justificación	73
6.2 Título	73
6.3 Pregunta de investigación	74
6.4 Objetivo del taller	74
6.5 Hipótesis	74
6.6 Hipótesis nula	74
6.7 Diseño experimental	75
6.8 Metodología	75
6.8.1 <i>Sujetos</i>	75
6.8.2 <i>Situación experimental</i>	75
6.8.3 <i>Materiales</i>	75

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

<i>6.8.4 Instrumentos</i>	76
<i>6.8.5 Formas de muestreo</i>	77
<i>6.8.6 Programa</i>	78
<i>6.8.7 Procedimiento</i>	79
RESULTADOS DEL TALLER	137
I. Resultados del pretest - postest	137
II. Resultados por sesión	158
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	217
BIBLIOGRAFÍA	229
ANEXOS	233

INTRODUCCIÓN

En México, en 1994 el INEGI registro 671,640 matrimonios y 35, 029 divorcios es decir un 5.2% de cada 100 matrimonio se divorciaba, mientras que para 1999 aumentó el porcentaje de divorcios a un 6.6%, aumentando de igual forma los matrimonios a 743, 856 (INEGI, 2000). Estas estadísticas de matrimonios y divorcios ofrecen información sobre uno de los fenómenos más trascendentales de las sociedades humanas, como es la formación y la disolución de parejas. Esta información es importante, porque refleja transformaciones en la composición y descomposición de las familias y ofrece datos sobre los matrimonios y divorcios de derecho, es decir los tramitados conforme a la legislación civil mexicana; no se incluyen por tanto uniones y separaciones, en los que no media un registro civil o administrativo.

Aun cuando los matrimonios aumentan, el porcentaje de divorcios también, esto nos lleva a cuestionar ¿Por qué si un matrimonio o la unión de dos personas hoy en día se realiza de una manera libre e independiente, se separan?. En épocas pasadas la unión de un hombre y de una mujer se hacía de una forma impuesta y no se daba libertad a la persona de elegir y a pesar de que ésto ha cambiado se sigue presentando la desintegración familiar. Esto sugiere que algo está fallando en la elección de la pareja y que aún cuando la elección es voluntaria, la persona no está contando con los elementos necesarios para garantizar que su relación funcione.

Los seres humanos están rodeados de diversos estímulos y factores que influyen constantemente en sus decisiones y en la forma como se relaciona con su entorno. El entorno más próximo es el que se genera en la familia, con la relación entre los progenitores y sus hijos. Estas relaciones van a influir en la formación de las características individuales, ya que la familia, forma de una manera muy sutil sobre las creencias, las expectativas los proyectos que se tienen y también sobre lo que se espera de una la pareja. La familia también

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

provee de los modelos primarios de identificación, dicta cuáles son los roles que cada miembro debe realizar; posteriormente, cuando, las personas interactúan con el entorno externo a la familia estos roles salen a flote y se actúa del mismo modo como se hace en la familia. La familia, aún cuando es un filtro para la cultura, es la mayor fuente de transmisión de las principales creencias.

La cultura esta formada por un conjunto de creencias que son dominantes y que ejercen influencia sobre los individuos. Estas contienen ideas e interpretaciones sobre lo que se considera como cierto, estos componentes tienen además características emotivas que le dan mayor fuerza y validez a estas ideas, elaborándose construcciones sobre lo que debe ser una pareja, lo que debe hacer un hombre o una mujer dentro de la relación, sobre cómo se debe manejar la sexualidad, ya que esto puede variar de cultura a cultura.

La interacción con estos elementos se realizan en la vida cotidiana, de modo que se van introyectando sin hacerlo de manera consciente, algunas de estas introyecciones ayudan al individuo a construirse mientras que otras lo llevan a realizar elecciones que no le permiten crecer. Al relacionarse con otras personas se manifiesta lo que se ha aprendido a lo largo de la vida y es cuando se generan conflictos, ya que la otra persona se relaciona con otros elementos que también son resultado de sus experiencia y si en algún momento no hay una identificación se corre el riesgo de romperse la relación o que se mantenga con otras consecuencias, como la desintegración familiar.

La manera de manifestar lo que cada quien interpreta, se realiza en acciones simples que se van entrelazando unas con otras al grado de perderse el origen de ellas, y hasta que se inicia un proceso de autoconocimiento, es cuando se pueden identificar qué es lo que esta influyendo. Cuando las personas no tienen claro el origen de las conductas y tampoco tiene elementos para transmitirlos, puede generar conflictos con la otra persona y algunos de estos conflictos son tan complejos que algún miembro de la pareja puede no comprender, ocasionando que la relación se termine.

Una manera para prevenir la desintegración familiar, puede hacerse a través de la elección de pareja, para lo cual se propone la aplicación de un taller con el objetivo de que

los participantes, a partir del autoconocimiento, identifiquen qué elementos influyen en la elección de pareja. Con ésto se esperaría que al finalizar los participantes puedan aumentar la probabilidad de prevenir la desintegración familiar.

El presente trabajo se compone de una parte teórica y una parte aplicada, en la parte teórica se describen los elementos de una pareja hasta llegar a la elección de pareja y la importancia que tienen para los individuos y para los miembros de la familia que la conforman, hasta llegar a algunas de las consecuencias de una elección constructiva y una destructiva.

En la parte aplicada se diseñó un taller, el cual fue aplicado a 15 estudiantes de nivel licenciatura, durante el desarrollo del mismo se realizaron técnicas vivenciales que facilitaron la identificación de los elementos que han influido en sus elecciones de pareja. Encontrándose que los elementos que fundamentalmente influyen son la familia y la cultura, proceso al que se llega a partir del autoconocimiento.

Finalmente el presente trabajo está desarrollado de la siguiente manera: Capítulo 1. Antecedentes históricos de la pareja, en él se describe cuál ha sido la concepción de la pareja a través del tiempo y la historia, hasta llegar a la época actual. Capítulo 2. Concepto y características de la pareja, en este se describe el concepto de pareja que es utilizado para fines de este estudio y las características que tiene, tales como la atracción física, la intelectual, la afectiva, la comunicación, la empatía, el respeto y la retroalimentación. Capítulo 3. Elementos que influyen en la elección de la pareja, en éste se presentan los elementos, que se proponen, influyen en la elección de la pareja, los cuales son la familia, la cultura, la construcción del concepto de pareja, el concepto de hombre-mujer, la historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en el que se desenvuelven, la educación y sexualidad. Capítulo 4. El noviazgo como sistema y subsistema de la familia, en este capítulo se describen las etapas por las que atraviesa una relación de noviazgo, se describe, además, la teoría de sistemas y la relación que tiene el noviazgo como sistema y subsistema. Capítulo 5. Importancia de la elección de pareja, en este capítulo se describen los efectos de una elección constructiva y una destructiva en la relación de pareja, en la estructura familiar y en los hijos; en el caso de elección destructiva se menciona también la desintegración familiar.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Capítulo 6. Taller ¿Cómo elegir a mi pareja?, en este capítulo se hace una descripción detallada del estudio, basado en el modelo de teoría de sistemas, ya que es el modelo teórico que mejor explica las interrelaciones que se desarrollan dentro de la familia, así como las identificaciones con algún miembro, brinda además, la posibilidad de que si uno de los miembros del sistema decide hacer algo por el mismo, también tendrá efectos en los demás. En otro apartado se presenta una descripción de los resultados obtenidos de la aplicación del pretest y postest, así como los resultados por sesión. Para finalizar se presenta la discusión y conclusiones.

Por lo tanto, para poder presentar aquellos elementos que influyen en la elección de la pareja, el proceso del noviazgo, los tipos de elecciones y sus consecuencias, es necesario primero entender la evolución de la pareja a través de la historia, haciendo un recuento de las épocas más sobresalientes e importantes de la humanidad que han marcado y definido el rol del hombre y la mujer hasta nuestros días, tal y como se presenta en el siguiente capítulo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

CAPÍTULO

1

Antecedentes Históricos de la pareja

A través del tiempo la concepción de la pareja ha tenido diferentes matices, dependiendo de la época y lugar en que se sitúan. Un indicador que marca el interés general de las personas sobre el tema de la relación de pareja y el rol del hombre y la mujer, es la serie de libros que datan desde épocas antiguas. Su evolución a través del tiempo permite entender a la pareja actual a partir del papel desempeñado por los miembros en diferentes contextos.

Los cambios económicos, sociales e ideológicos de diversas épocas, han repercutido en la concepción de hombre y la de mujer, influyendo directamente en la determinación de los roles que cada uno asumirá en la relación de pareja. Bensedon (2001), menciona que hay periodos históricos que sirven para determinar los fundamentos actuales de los roles del hombre y de la mujer. Estos periodos son:

- > Código de Hamurabi
- > Antiguo testamento
- > Cultura China
- > Antigua Grecia

- > Imperio Romano
- > Derecho canónico, antes del Concilio Vaticano II
- > Islam
- > El Renacimiento y la reforma
- > Francia, desde el siglo XVII, hasta la revolución
- > En México

1.1 Código de Hamurabi

Babilonia fue una de las primeras potencias organizadas e influyó en el desarrollo de las ciencias y artes sobre toda Asia Occidental, gracias a su poderío militar. Los Clanes eran matriarcales; los hijos pertenecían a la mujer poliandria (poseedora de varios maridos).

La segunda forma de grupo familiar, en este periodo, es la biandria (poseedora de dos maridos). En el siglo XXXIII. a. C. este sistema es abolido y la mujer biandria es condenada y arrojada al río.

El sistema Hamurabi instauró la monogamia, mitigada por el concubinato. Cuando la mujer contraía nupcias, su familia entregaba una dote al marido y ésta debía tener hijos, la esposa estéril podía ser rechazada por el marido, restituyendo la dote más una indemnización satisfactoria; si no quería ser rechazada por el marido, podía procurarle una esclava para que procreara hijos. En caso de viudez o partida del marido ella heredaría la autoridad del padre sobre los hijos y podría volver a casarse con un hombre de su elección. El divorcio estaba permitido por consentimiento mutuo o por crueldad del cónyuge responsable.

1.2 Antiguo Testamento

En los textos bíblicos la mujer ya sea la madre o la esposa se hallaba colmada de elogios siempre y cuando estuviera casada, de lo contrario si sólo se juntaba con su esposo era apedreada. El hogar familiar, fue y sigue siendo en algunos casos, un lugar de

culto, dirigido por la mujer y es la guardiana de las tradiciones que se transmiten a sus hijos.

El matrimonio en esta época y en la actualidad, es visto como un pacto entre un hombre y una mujer cuyo testigo es Dios y tiene como finalidad: asegurar la perennidad a través de la procreación, evitar la soledad y permitir la dicha de la pareja. A la mujer se le consulta para el matrimonio proyectado y debe dar su aprobación.

En el Antiguo Testamento la dirección de los asuntos de la casa están a cargo únicamente de la esposa, ésta podía ejercer un oficio, ser juez o combatir en el frente, mientras que el esposo trabaja fuera para alimentar a la familia. Por otra parte el adulterio, era castigado con la muerte.

Algunos de los datos referidos al Antiguo Testamento se han retomado en el nuevo testamento, razón, por la cual, algunas de las creencias y cultos siguen vigentes en la actualidad en algunas familias.

1.3 Cultura China

Los chinos tenían a la mujer en una posición de carencia de derechos casi nulos. Las crónicas nos dicen que la mujer en presencia de su padre o de su esposo no tomaba la palabra a menos que se le autorizara, hablaban con timidez, sin levantar siquiera la vista. A la joven china de clase acomodada, en señal de distinción y de nobleza, se le ponía desde la más tierna edad unas bandas que le rodeaban los pies para impedir su desarrollo, los dedos se vendaban de tal manera que el pie adquiriera la forma de una bola.

La poligamia estaba permitida. El matrimonio se celebraba sin mayor ceremonia y sólo necesitaba del consentimiento del padre. La mujer adúltera era quemada viva. Al morir los esposos, las mujeres no eran obligadas a darse muerte sobre la tumba de su esposo, pero si lo hacían se les admiraba por su valor y dedicación. La viudas no podían

contraer segundas nupcias, debían consagrarse al culto de su marido finado. En la Antigua China, las mujeres estaban enteramente bajo el yugo del poder marital.

Estas tradiciones y creencias, que en la actualidad algunas todavía permanecen como culto a sus antepasados, han sido reguladas durante siglos por los principios de los grandes filósofos que han dominado el pensamiento chino: Confucio y Lao-Tsé (siglos VI y VII a. C.). Confucio quería elevar la moral del hombre que buscaba la armonía entre el cielo y la tierra, el hombre debía ser equitativo y altruista. El pensamiento de Lao-Tsé se llama taoísmo, distingue el principio varón, llamado "yin", del principio hembra, llamado "yang", entre los cuales se reparten todas las cosas de este mundo, y cuyo orden explica el ritmo del universo, la unidad del yin y del yang es el *tao*, es el impulso cósmico (o impulso vital), con el cual se identifica el hombre por medio del éxtasis.

1.4 Antigua Grecia

La mujer griega desempeñaba una función menor en la vida de la ciudad. Aristóteles proclamaba públicamente sus dudas acerca de las posibilidades de que la mujer tuviese virtudes como la prudencia, la justicia, el valor o la templanza. La mujer vivía en el gineceo de la casa, es decir, en un departamento de primer piso, que le estaba reservado.

En el seno de la familia la mujer gozaba de estima y respeto, confinada en su casa no participaba en la vida pública. Sólo concurrían los hombres a los juegos olímpicos, los vencedores eran festejados como héroes y recibían una corona de olivos; incluso los papeles de mujeres, en la obras de teatro, eran interpretados por hombres. Además no tenían derecho a asistir a la escuela.

El padre o en su ausencia el tutor, escogía, en lugar de la mujer, el hombre con quien debía casarse. El divorcio a petición de la mujer existía por derecho, pero ésta muy raras veces lo exigía.

Las sucesiones de bienes se transmitían a los hijos. Si un hombre casado no tenía descendencia varonil, podía adoptar a un niño, que con el tiempo casaría con su hija. Si no, la hija sin hermano debía legarlo todo a su vez a su propio hijo.

La mujer desempeñó un gran papel en la vida práctica del hogar y con los hijos ya que era la encargada de su educación al margen del sistema legal.

1.5 Imperio Romano

La organización social tenía por base a la familia; la casa familiar se hallaba bajo la autoridad del padre de familia. En tiempos de Augusto, las leyes caducarias exigían casarse a la mujer entre los 20 y los 50 años, y al hombre entre los 25 y los 60. La mujer debía tener por lo menos tres hijos. Estaban prohibidos los matrimonios incestuosos.

La mujer se encontraba bajo una tutela permanente, ya que hasta que, tuviera edad para casarse quedaba bajo la tutela de los hermanos mayores, una vez adulta, quedaría bajo la tutela del padre o en caso de contraer nupcias, de su marido.

Había dos formas de matrimonio, las cuales requerían el consentimiento del padre para tener validez: el matrimonio "*cum manu*" y el matrimonio "*sine manu*". El matrimonio "*cum manu*" obligaba a la mujer a entrar en la casa familiar del marido, bajo su autoridad; con este tipo de matrimonio la mujer romana quedaba legalmente incapacitada para ejercer sus derechos. En el matrimonio "*sine manu*" la mujer continúa con su familia de origen, y es el esposo el que se traslada a la casa de la esposa y ésta no pierde los derechos legales que su padre le otorgue.

1.6 Derecho canónico, antes del Concilio Vaticano II.

La iglesia ejercía una influencia espiritual considerable; las cuestiones concernientes a la familia eran reglamentadas por las autoridades religiosas que aplicaban sus propias leyes. La castidad era uno de los medios para alcanzar la santidad, la virginidad era preferible para el matrimonio.

El matrimonio era precedido por la publicación de las amonestaciones bajo la responsabilidad de los sacerdotes. Además es uno de los sacramentos que permiten santificar a los esposos, es indisoluble, consagrado, perpetuo y sacramental.

La mujer que se casaba tenía un jefe en la persona del marido y debía pedirle consentimiento para la toma de decisiones y realización de actividades concernientes a la familia, actividades cotidianas, sociales y religiosas.

En este periodo de la historia la mujer no debía abortar, ni beber vino, ni cometer adulterio, no se admitía el divorcio, ni aún por causa de adulterio.

Se debe precisar que la Iglesia siempre ha sido dirigida por hombres, no existe ni una mujer en la jerarquía eclesiástica.

1.7 Islam

En el Corán (libro sagrado) se otorga a las mujeres un lugar eminente, puesto que se le dedica un capítulo completo. En él se autoriza la posesión de dos, tres o cuatro esposas, bajo la doble condición de no causar celos ni conflicto entre ellas y de poder mantenerlas convenientemente. Sin embargo se da preferencia a la monogamia, por otra parte el adulterio está prohibido, al igual que el incesto.

El hombre tenía preeminencia sobre la mujer, debía ser generoso con ella, vestirla y ofrecerle regalos; podía dejarla pero a condición de indemnizarla.

La mujer debía obediencia al marido, pero si había diferencias, un tribunal compuesto por las dos familias decidía si se separaban. Las mujeres del profeta debían cubrirse el rostro con un velo para no atraer la codicia ni ser ofendidas, sólo podían llevar el rostro descubierto ante los miembros de su familia.

Antes de Mahoma, en las comarcas desérticas, pobladas por tribus nómadas e idólatras, las mujeres estaban privadas de todo derecho. Las niñas recién nacidas de las familias pobres eran enterradas vivas en el momento de nacer para evitar la deshonra de la familia, las hijas heredaban, pero la mitad de la parte de los varones.

Sin embargo, en la actualidad el rol y los derechos del hombre y la mujer siguen vigentes para algunas poblaciones del Islam.

1.8 El renacimiento y la reforma

La mujer inspiradora de poemas galantes, toma parte activa de la vida social.

El matrimonio no es un sacramento, es "una cuestión temporal" dijo Martín Lutero. Añadió, posteriormente en sus *Conversaciones de sobremesa* "la mujer debe quedarse en casa". A la mujer se le mantiene apartada, pero todo estatuto femenino debe reconocer a la esposa y a la madre un lugar eminente en el hogar. No se trata de conceder nuevos derechos a la mujer.

1.9 Francia, desde el siglo XVII, hasta la revolución

En el siglo XVII, la mujer de ingenio toma parte activa en la vida social y literaria, según una tradición que ya está solidariamente establecida. Las mujeres toman parte activa durante los acontecimientos revolucionarios en 1789, desempeñando un papel muy importante. El artículo 11 de la Resolución de la Noche del 4 de Agosto de 1789 preveía: "Todos los ciudadanos, sin distinción de nacimiento, podrán ser admitidos en todos los empleos y dignidades eclesiásticas, civiles y militares, y ninguna profesión útil implicará degradación". Las mujeres se interesan activamente en los movimientos ideológicos.

1.10 En México

Después de haber revisado grandes épocas que han marcado la historia de la humanidad, transmitiendo mitos, costumbres y creencias, más allá de sus lugares de origen, es necesario revisar de qué manera en México los eventos históricos, los movimientos sociales, económicos y políticos han influido en el rol del hombre y de la mujer. Por lo tanto, a continuación se describirá cada uno de sus roles, en diferentes momentos de la historia del país: En el México prehispánico, después de la conquista, durante el siglo XVIII y XIX, el siglo XX, hasta llegar a la descripción de la pareja actual.

a) México prehispánico

La niña, desde muy pequeña, empezaba a acompañar a su madre para la búsqueda de raíces y recoger leña seca. De regreso al campamento reavivaba el fuego, soplando las cenizas o lo encendía sino lo había. La madre debía mantener el fuego encendido toda la noche principalmente las noches en que hacía frío. Por la mañana despertaba presurosa a su marido para que él se abocara a cazar animales. Cuando identificaban un lugar de bonanza, se montaban los campamentos, las mujeres y los niños iniciaban la cosecha y cuando tenían una considerable cantidad de alimento preparaban la molienta, que se realizaba en la comunidad siguiendo todo un ritual.

Políticamente la mujer era la encargada de sellar la paz con el enemigo.

La parte del tiempo que pasaban en las comunidades, las mujeres se dedicaban a la confección de cestas, redes, adornos, y utensilios; mientras los hombres hacían sus arcos, flechas, navajas y raspadores.

Las mujeres no tenían demasiados tabúes, pero algunos eran muy patentes. No se podían tener relaciones sexuales cuando se estaba menstruando. Al primer síntoma de embarazo, como la ausencia de sangrado, se privaban de cualquier contacto sexual, e incluso el cónyuge debía permanecer apartado de ellas.

Valdés (1995), encontró que en algunas comunidades como en los bobosarigames al norte de Sinaloa, la organización familiar difería de otras comunidades, el hombre era el que cambiaba de domicilio para ir a acoplarse a la familia de la esposa, en la cual la madre tenía enorme importancia, el hombre era el obsequio ritual. El computo de los antepasados era siempre ordenado a través de las mujeres: yo, mi madre, mi abuela, mi bisabuela... Esta preponderancia del sexo femenino dejaba siempre la puerta abierta para la participación de la mujer a la vida comunitaria. Las mujeres en la vida diaria eran las que debían realizar muchas de las actividades domésticas más pesadas a las que se añadía la crianza de los niños.

El intercambio de mujeres que se realizaba en la mayoría de las etnias, o de hombres en el resto, se registraba en momentos importantes y era considerado como motivo de fiesta. Las permutas de mujeres o de hombres, está más allá de los aspectos sexuales; se coloca más bien en el área de lo simbólico por una parte o de la sangre o parentesco por la otra.

En el caso de las mujeres embarazadas, cuando sentía los dolores del parto se retiraba a parir sola, buscaban un árbol que tuviese una rama baja, adecuada, de la cual se agarraba con fuerza y comenzaba a pujar. El padre quien había permanecido recostado mientras la esposa paría recibiría los parabienes por el feliz suceso. Cuando el niño nacía con un defecto físico evidente, la madre le daba muerte, enterrándolo de inmediato, si había parido gemelos, ella misma decidía quien moría, generalmente quien moría era la niña.

En la época prehispánica era permitida la monogamia y la poligamia. Aunque esta última era exclusiva de hombres y guerreros distinguidos quienes contribuían al crecimiento y mantenimiento económico de la población, ya que sus mujeres tenían actividades, como la fabricación de productos para venderse o cambiarse. Para la mujer estaba prohibido ejercer la poliandria y la participación en el área política y religiosa. Su virginidad significaba un atributo de gran valor; su falta era anunciada públicamente, razón por la cual era avergonzada y repudiada por todos. Los padres tomaban la decisión

matrimonial, siempre y cuando existiera acuerdo económico, político y social; el afecto y la compatibilidad eran ignoradas.

Desde la época prehispánica, todas las cosas estaban en función de las creencias religiosas que abordan los aspectos sexuales y de procreación de la pareja, como resultado de las demandas y necesidades sociales (Revel, 1980).

b) México después de la conquista

A la llegada de los españoles, las costumbres y las ideologías prehispánicas se transformaron, surgiendo así la nueva cultura. La poligamia era permitida, siempre y cuando se fuera discreto y respetara a su esposa. La mujer debía ser fiel a un solo hombre para entregarse virgen a él, pues la virginidad era considerada por la religión como el mayor regalo que debía dar a su marido. El control natal era prohibido por ser los hijos "una bendición de Dios" (Soustelle, 1996).

A través de la difusión masiva de la ideología del grupo dominante y de la normalización de los comportamientos cotidianos, afianzaban y reproducían las relaciones sociales. El poder colonial estaba regido por la Iglesia, influyendo en las normas, creencias y comportamientos, controlando las mentalidades en función de una verdad que ella sola podía detener y difundir.

La monarquía española, como institución ejercía una manipulación de modelos culturales. Según Ravel (1980), los datos que proporcionaba el Santo Oficio mostraban información más enfocada a las reglas matrimoniales, que al ejercicio y la práctica de la sexualidad, salvo cuando las prácticas sexuales atacan las normas matrimoniales.

c) Siglo XVIII y XIX

La iglesia tenía una influencia predominante en lo social y político, por lo que el matrimonio en el estado, se consideraba como un sacramento, bendecido por Dios y como testigo siempre estaba un representante del clero.

Los roles del hombre era salir a trabajar y proporcionar casa, vestido y el sustento a su familia. Los maridos de clase baja y media trabajaban como albañiles, artesanos, trompetistas del ejército, tenderos, burócratas de nivel modesto, oficiales militares o no trabajaban. Los hombres de la clase alta pertenecían a la nobleza mexicana, por lo que ocupaban puestos burocráticos altos. La mujer de clase baja y media se dedicaba a los quehaceres de la casa y al cuidado de los hijos, además tenían la opción de trabajar en oficios como vendedoras de comida, sirvientas, cocer ajeno o ayudar en la tienda del marido. Mientras que las mujeres de la clase alta aunque la mayoría aprendían a leer y escribir, no trabajaban.

Las mujeres, cuando tenían problemas con su marido y querían presionarlos para que mejoraran su comportamiento, acudían a curas, empleadores y jueces, con la esperanza de que esa persona de respeto pudiera limitar los excesos del consorte. Además las esposas podían presentar quejas con los tribunales civiles si las amonestaciones no producían la reforma anhelada. Tales acciones a veces tenían el efecto deseado, por lo menos por algún tiempo, pues varios maridos habían prometido enmendarse. Además, la mujer que acusaba a su marido de crueldad o adulterio en un tribunal civil podía lograr su encarcelamiento o que se le aplicara una multa, mientras ella seguía residiendo en el hogar familiar y desempeñando sus actividades (Aarrom, 1988).

Otra alternativa para las parejas infelices era llegar a la separación sin pedir el divorcio. La opción de abandonar un matrimonio infeliz estaba al alcance principalmente de las clases más bajas.

En el siglo XIX, la evolución hacia el reconocimiento de los derechos de la mujer se manifiestan en dos frentes: la lucha contra los tabúes sexuales y sociales.

d) Siglo XX.

En la primera mitad del siglo XX, la mujer se encuentra aun restringida un tanto al hogar y al cuidado de los hijos; su condición de obediencia al hombre sigue presente en la educación de los padres a los hijos; la función del hombre como el único proveedor de la

comida, el vestido y sustento de la familia; la agresión e infidelidad del hombre hacia la mujer era permitida y justificada; los divorcios entre las parejas no son practicas comunes (De la Peña y cols. 1990).

Sin embargo, el Centro de Estudios Sociológicos (1990), encontró que el desarrollo industrial y tecnológico que se da durante el siglo XX, origino cambios sustanciales en las estructuras sociales y familiares, ya que permitió que las mujeres no sólo se involucraran en actividades domésticas requeridas para el mantenimiento y la reposición cotidiana de los hogares o al cuidado de los hijos, sino que se incrementó en forma marcada la participación femenina en los mercados de trabajo; este número de mujeres que salieron a trabajar contribuyó a cambiar la situación femenina, a romper con el dominio masculino en el mercado de trabajo. Por lo tanto señala el acceso a algún ingreso monetario, por muy pequeño que éste fuera permitió una independencia mayor de la pareja en la parte económica.

Mientras que la participación masculina en las últimas décadas del siglo XX no presenta variaciones tan importantes como la de las mujeres. Sólo que su especialización y preparación para desempeñar su trabajo, sí aumento.

El siglo XX, sobre todo en la segunda mitad, podría tipificarse en él, por el rasgo definitorio muy particular del papel activo del conocimiento científico y tecnológico en todas las actividades del hombre y del lugar que en su difusión y generación ocupan los sistemas escolares. Este siglo se caracteriza principalmente por la generalización y difusión de informaciones, por la participación masiva de la población en instituciones escolares y por la transformación del mundo por la ciencia y la tecnología, y sobre todo, por cambios radicales en las intuiciones y conocimiento científico sobre el mundo natural, basándose en el conocimiento científico. En el siglo XXI estas tendencia seguirán en aumento.

Los sistemas escolares se hacen más accesibles y los promedios escolares de la población son cada vez mayores. Los jóvenes ingresan a edades más tempranas y egresan a edades más tardías. Así, la institución educacional se transforma en un aparato

organizacional muy poderoso, en el que se compromete directamente a cerca de un tercio de la población.

Sin embargo todo este desarrollo llevó a que surgieran nuevas formas de desarrollarse y relacionarse en las parejas, ya que la mujer comienza a tener lugares de desarrollo iguales o similares a los del hombre, mientras que éste permanece en su función laboral, pero al mismo tiempo su involucramiento en las tareas domésticas y el cuidado de los hijos es mayor.

c) La pareja en la actualidad

En los últimos años, los roles que en épocas pasadas se habían establecido para los miembros de la pareja, se han modificado debido a los cambios sociales, el desarrollo tecnológico y las crisis económicas.

- ✓ En cuanto a los cambios sociales que se han ocurrido, se observa que la mujer tiene acceso a la educación y al campo laboral, mientras que la educación de los hijos, en alguno de los casos, es compartida con la pareja de manera equitativa (Trotsky, 1974; Massolo, 1992).
- ✓ La planificación familiar y el control de la natalidad, son producto del desarrollo tecnológico y científico, permitiendo a la pareja adquirir la libertad de elegir el número de hijos que desean tener, además que a la pareja del acto sexual como equivalente a la procreación.
- ✓ Los medios masivos de comunicación permiten tener acceso a otras ideologías, los cuales de alguna manera han tenido un impacto en los patrones culturales que se tienen en México, relacionados a la pareja.
- ✓ El desarrollo tecnológico ha permitido la fabricación de aparatos domésticos que le facilitan las actividades a la mujer, permitiéndole tener más tiempo para participar en diversas actividades fuera del hogar.

- ✓ Las crisis económicas han llevado a la necesidad de que la mujer se introduzca en el campo laboral de manera similar que el hombre.
- ✓ La mujer ahora como generadora de dinero, la ha llevado a ser más independiente de su pareja en el ámbito económico, sin embargo esto le ha permitido la realización de más actividades, ya que se encarga de las labores domésticas, del trabajo, de los hijos y de la pareja.
- ✓ En algunas de las antiguas civilizaciones a la mujer, le estaba negada la libertad de pensamiento, de acciones, de creencias y de elección. En el caso de la pareja, se observó que, no era ella quien elegía a la pareja, y tampoco elegía el número de hijos que quería tener. Sin embargo en la actualidad las parejas se forman por decisión libre en la mayoría de los casos.
- ✓ La elección de pareja se hace de manera voluntaria, bajo la responsabilidad de cada individuo (Ravazzola,1997), con ello, se esperaría una relación funcional en donde ambas personas se han comprometido en la tarea de convivir y permanecer juntos, dispuestos a que la unión sea duradera; para ello se deben solucionar las dificultades que aparezcan, invirtiendo constantemente tiempo y energía para tomar decisiones compartidas.
- ✓ Actualmente, el número de separaciones aumenta día con día, Blasdefer (1975) menciona que en 1970 el porcentaje de personas divorciadas era de 0.5% es decir que por cada 200 matrimonios efectuados 1 se divorciaba; mientras que en 1999 las cifras que se reportan son el 6.6% (INEGI, 2000), es decir que de cada 100 matrimonios efectuados legalmente 7 se divorcian, lo que caracteriza la época por un periodo de crisis familiar y conyugal.
- ✓ El enfoque del matrimonio actual es, primordialmente, una compañía. Las parejas aún prometen amarse y respetarse uno al otro. Los individuos que contraen matrimonio lo hacen con ciertas expectativas de fidelidad, seguridad, permanencia y

cumplir con los roles prescritos tanto para el marido como para la esposa. La motivación está más enfocada hacia las personalidades particulares que por presiones sociales y económicas. Las generaciones jóvenes no se casan únicamente para satisfacer necesidades sexuales, económicas o sociales como antes, algunas además de esto, buscan alcanzar satisfacciones psicológicas; así, tienen mayor importancia las necesidades de realización: compañía, apoyo emocional mutuo, vida hogareña y relaciones íntimas (Rage, 1997).

La pareja no es una noción fija, inmutable, una realidad prefabricada según un esquema válido para todas las épocas, está en evolución continua con el tiempo. La relatividad de la noción de la pareja aparece en cuanto se considera la variedad de formas en la que se concibe según las civilizaciones y según los grupos sociológicos en el interior de una misma civilización (medio rural, urbano, etc.). La pareja no se forma en todas las épocas de la historia por las mismas motivaciones: unas veces se basa en afinidades personales, otras en función de exigencias culturales: familia, patrimonio, trabajo, etc. No hay por tanto un concepto de pareja acabado, porque la pareja de hoy emerge de la pareja de ayer y prepara la pareja de mañana. Para poder situarse hoy, debe a la vez replantearse el porvenir.

El concepto de pareja, a través de la historia ha estado evolucionando, los conceptos de pareja han variado de acuerdo a la época y a las condiciones sociales del momento, en la que se vive, pero aún a pesar de estos cambios actualmente se siguen observando similitudes como:

- ◆ El papel del hombre es de predominio sobre la mujer y, en algunas familias, es quien trae el mayor apoyo económico.
- ◆ La mujer es la encargada de administrar los recursos que el marido provee y de las actividades domésticas.

- ◆ Se observa que en casi todas las civilizaciones la mujer es la encargada de la educación que se les imparte a los hijos y de salvaguardar las tradiciones de la comunidad, característica que en la actualidad se mantiene.
- ◆ No hay igualdad de derechos entre el hombre y la mujer, en el aspecto social, cultural, político y económico. (Massolo, 1992)
- ◆ La educación moral para el hombre y la mujer es diferente. Es más probable que al hombre se le permita mantener otras relaciones sin censura; mientras que a la mujer, no le está permitido mantener relaciones con otras parejas.

Hasta el momento se han presentado los roles del hombre y de la mujer a través de la historia, identificando cuáles son los momentos en que las actividades que realizan cotidianamente permiten que interactúen como individuos, uniéndolos para formar una pareja. Actualmente se distinguen algunos elementos que componen a la diada, llamada pareja y que la caracterizan, no sólo como seres sociales o culturales, sino como seres psicológicos y emocionales, que nos permiten conceptualizarla. Por lo que en el siguiente apartado se analizarán algunas de estas características y se presentarán las diferentes concepciones sobre la misma.

CAPÍTULO

2

Concepto y características de la pareja

La pareja ha sido estudiada desde diferentes perspectivas, por lo que algunos autores pueden definirla de acuerdo a los elementos o atributos que a ellos les han parecido importantes o que han estudiado. Sólo que hablar de la pareja no es una tarea fácil, ya que implica describir todos aquellos procesos externos e internos que ocurren dentro de la misma.

2.1. Concepto de pareja

Antes de comenzar a hablar del concepto de pareja es necesario describir qué se entiende por concepto: *“Concepto es la representación simbólica de una idea abstracta y general, pensamiento expresado con palabras”*. Así, en este apartado se presentarán en la TABLA 2.1 algunos conceptos de pareja que permiten rescatar los elementos necesarios para una definición funcional, la cual será útil en este estudio.

TABLA 2.1. Cuadro comparativo de los conceptos de pareja presentados por diversos autores.

AUTOR	CONCEPTO
<i>Thibault, (1972)</i>	La pareja es una ecuación con dos incógnitas. Para resolverla hay que conocer la naturaleza de las incógnitas y las relaciones que las une.
<i>Satir, (1990)</i>	La pareja son dos personas que hacen funcionar tres elementos, tú, yo y nosotros; dos personas tres elementos cada uno significativo, cada uno con vida propia y cada uno haciendo posible al otro. "Así yo te hago más posible a ti, tú me haces más posible a mí, yo hago más posible a nosotros, tú nos haces más posible a nosotros y nosotros hacemos cada tú y yo más posible.
<i>Cáseres y Escudero, (1991)</i>	La pareja se considera una unión voluntaria entre dos personas que se vinculan por lazos efectivos y en la gran mayoría de los casos también legales. Se trata de una de las relaciones más intensas y prolongadas que suele establecer voluntariamente un individuo con otras personas.
<i>Achard y Galeano, (1995)</i>	Se entiende por pareja al grupo mínimo de dos personas, que tiene algún tipo de correlación funcional frente a una meta compartida. Las metas de las parejas pueden ser básicamente, la relación sexual, la relación afectiva, la relación intelectual o una tarea en común. En la mayoría de los casos no existe una meta única, exclusiva, sino una combinación.
<i>Santamaría, (1995)</i>	Define a la pareja como una interacción entre dos personas, donde existe igualdad mutua, toma de decisiones y resolución de conflictos, donde se negocian las posibles soluciones.
<i>Rage, (1997)</i>	La vida de la pareja va en esta línea: nadie da lo que no tiene. La persona tiene que ser persona para poder compartir plenamente con el otro. La relación es un proceso. Cada día y en cada momento se van realizando sus potencialidades. El individuo es consciente de su autoidentidad y, por tanto, no puede ser una mera copia de un patrón social, sino que es una persona significativa por ser única, singular e irremplazable.
<i>Ravazzola, (1997)</i>	La pareja son dos individuos que son seres humanos y que cambian y evolucionan, de ahí que la comunicación deba ser constante y sincera para que nos permita conocer y dar a conocer los cambios que se han dado en cada uno de los integrantes.
<i>Orlandini, (1998)</i>	La pareja se define como un conjunto de dos personas, usualmente del sexo contrario, que han establecido un lazo intenso y duradero, que se proveen de sexo y ternura y que han decidido permanecer por un tiempo definido o indefinido. Además las parejas se pueden agrupar de acuerdo con la formalidad del vínculo en: Informal (ocasional o caprichosa), formal (Concubinato, noviazgo o matrimonio); de acuerdo a si comparten la vivienda, la razón del estado civil, es decir: soltero/soltero, soltero/casado, casados, divorciados, viudos y otras combinaciones; tomando en cuenta la edad, ya sea entre jóvenes, entre adultos, entre adultos mayores o grupos mixtos.

Se puede observar que los elementos que resaltan cada una de las definiciones de pareja anteriormente mencionadas son :

- ◆ Que es un proceso.
- ◆ Es una relación entre dos personas.
- ◆ Con lazos emocionales.
- ◆ Cada una de las personas tienen vida propia.
- ◆ Cada persona se debe preocupar por su propio ser y el ser del otro.
- ◆ Hay un conocimiento individual y posteriormente de la otra persona.
- ◆ Es una unión voluntaria.
- ◆ Tienen metas en común.
- ◆ Tienen igualdad de derechos.
- ◆ Tienen toma de decisión personal.
- ◆ Ambos, se preocupan por la resolución de conflictos.
- ◆ En la relación puede haber una unión de tipo legal o no haberla.

Rescatando los elementos anteriores y para fines de esta investigación se entenderá por pareja: un proceso de relación entre dos personas que tienen una finalidad en común, estas últimas son establecidas por los mismos integrantes donde puede haber combinación de metas individuales; en ésta relación existe igualdad y búsqueda de solución de problemas a través de la negociación, ya que ambos miembros establecen sus propias reglas y normas para ser funcionales sin perder su identidad y al mismo tiempo compartirse con el otro. La relación de pareja es una interacción dinámica entre dos sistemas individuales, los cuales a su vez forman un sistema de relaciones. Además esta relación es de carácter moral y afectivo, aunque ésto no implica que haya una unión de tipo legal.

Una vez que se tiene claro el concepto de pareja, es conveniente hacer una revisión de las características de la misma, de acuerdo a Daraujo (1981) y Sanchez (1997) las características más representativas son las siguientes.

2.2. Características de la pareja

2.2.1. *Atracción física*

Se habla de sentir atracción física hacia una persona independientemente de los estereotipos de belleza impuestos culturalmente, incluye todo lo que se desea que la pareja tenga en el aspecto físico. Por ejemplo: la edad, estructura corporal, color de piel, rasgos faciales, estatura, arreglo físico, etc.

2.2.2. *Atracción intelectual*

La atracción intelectual se refiere al compartir de los miembros de la pareja: actividades, conocimientos, una ideología o metas a corto o a largo plazo. Lo característico de la atracción intelectual es que la actividad que se realiza es de interés para ambos, en algunos de los casos y en otros, uno de los miembros se interesa por lo que el otro está haciendo y pueden compartirse mutuamente.

2.2.3. *Atracción afectiva*

La atracción afectiva se refiere al vínculo emocional o sentimental que existe en una pareja, y que se manifiesta con la transmisión adecuada del mensaje afectuoso ya sea de forma física, escrita o hablada.

2.2.4. *Comunicación*

La comunicación consiste en la transmisión de ideas. Es el recurso que se emplea para establecer contacto con los demás cuando se tiene el interés de mantener la relación (Aguilar, 1995). La comunicación se da a través de un emisor y un receptor. Al referirnos a comunicación no solo se incluye el lenguaje oral, sino se incluye el lenguaje corporal. El lenguaje es un elemento que permite transmitir lo que pensamos y sentimos, permite transmitir al otro lo que necesitamos y al mismo tiempo el otro transmite lo que está dispuesto o no a aportar en la relación, es importante resaltar que

cada uno de los componentes debe de actuar con responsabilidad, tanto en la emisión como en la recepción del mensaje, para el tipo de comunicación que se quiera establecer.

2.2.5. Empatía

La empatía se refiere a la capacidad para interiorizar al máximo todos los sentimientos y deseos de la pareja, en la empatía nos referimos a una involucración y conocimiento activo, es decir que ambos traten de entender las motivaciones y necesidad, que uno se ponga en los zapatos del otro, lo que permite reconocer errores, necesidades, deseos y sentimientos de la persona que se ama.

2.2.6. Respeto

"Es la plena convicción de que nuestra pareja es un individuo por sí mismo, no es apéndice, ni dependiente nuestro, no es nuestro amo y señor, ni nuestro hermano gemelo". Ravazzola(1997). Por lo que, en una pareja donde hay respeto está presente la igualdad de derechos y obligaciones, y no existe la necesidad de dominar y controlar al otro.

Es importante rescatar que el respeto es un valor que se va aprendiendo a lo largo de la vida, el cual rige nuestro comportamiento a través de pautas muy definidas en cuanto a lo que es correcto o incorrecto.

2.2.7. Retroalimentación

Por último, la retroalimentación se refiere, a la necesidad permanente de trabajar por la relación de pareja, es decir, abrir espacios semanales o quincenales, en los cuales platicuen y se informen sobre tres elementos básicos: ¿Cómo me siento yo conmigo mismo (a)?, ¿Cómo me siento yo contigo? Y ¿Cómo siento a nuestra pareja?.

Ninguna pareja es igual, cada una tiene su propia dinámica y características individuales para regirse y para formarse. Observando que, éstas características aunque están presentes en la mayoría de las parejas, cada una de las mismas va a decidir de qué forma se desarrollan y qué tan funcional o destructiva pueden ser, como se verá en capítulos posteriores. Por el momento sólo se quieren presentar lineamientos generales que nos pueden acercar al estudio de la pareja.

La revisión de los conceptos de pareja, nos permiten aclarar algunas de las diversas forma en que se ha estudiado a la pareja, realizando esfuerzos por definirla, pero también es importante resaltar que cada una de las definiciones aportadas por los autores tienen diferentes finalidades y enfoques.

Aun cuando fueran diferentes sus finalidades y de acuerdo a enfoques, el concepto de pareja y sus características concuerdan con que dentro de ese hacer cotidiano se presentan frecuentemente encuentros y desencuentros que permiten que los individuos permanezcan o no formando una pareja. Este hacer cotidiano está más motivado por actividades internas y externas al individuo que generan un proceso de elección de una persona de entre las demás personas. Por lo tanto en el siguiente capítulo se revisaran algunos de los elementos que pueden influir en esa elección.

CAPÍTULO

3

Elementos que influyen en la elección de la pareja

La elección de pareja es el acto de elegir, es decir, escoger entre varias personas o prospectos. Los motivos de la elección son diversos, puede ser la satisfacción de necesidades, la facilitación de las actividades, diversión, evitar la soledad, crecimiento y desarrollo, por poner algunos ejemplos. Una elección implica también renunciar; para que se realice una elección se debe tener en cuenta cuáles son los elementos que se dejan o cuáles son los que se adquieren.

Unas de las definiciones de la pareja menciona que la pareja es "una ecuación con dos incógnitas. Para resolverla hay que conocer la naturaleza de las incógnitas y las relaciones que las une", de igual forma en la elección debe haber un conocimiento previo de las personas que formaran la pareja y de los elementos individuales que les permiten estar juntos, ya sea que estos se distinguen de manera consciente o estén presente de forma inconsciente, por lo que se deben analizar los distintos factores que permitan evaluar su panorama de elección, en la inteligencia de que cada factor puede individualmente y en conjunto afectar de manera importante en la elección de pareja y la sociedad.

Algunos elementos que pueden influir en la elección de la pareja son la familia, la cultura y educación, la construcción del concepto de pareja, el concepto que se tiene de

hombre y de mujer, la historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en el que se desenvuelven las personas y la sexualidad; estos elementos no son determinantes, e incluso unos con otros se interrelacionan, pero para poder ser identificados es necesario presentarlos por separado.

3.1 Familia

La familia como lo menciona González (1993) y Dallos (1996), es una entidad orgánica que al mismo tiempo que mantiene una forma de identidad y estructura, está permanentemente cambiando y evolucionando; supera y articula entre sí diversos componentes individuales, en el cual todos y cada uno de los componentes tienen un orden dinámico de las partes que ejercen interacciones, considerándola como un sistema abierto, constituido por unidades ligadas entre sí por reglas de comportamientos y por funciones dinámicas en constante interacción con el exterior. La familia formada por los padres y los hijos constituyen una unidad perfectamente definida. (Vestermarck y Valdez, 1984).

Lamaire (1992), define al grupo familiar como un todo o como un sistema que funciona según un modo homeostático (referente a equilibrio), inspirado más o menos en los modelos cibernéticos, como un proceso de retroacción y con funcionamiento autoregulado. En este sistema se pone el acento fundamentalmente en los procesos de la comunicación, donde un cierto tipo de información desempeña un papel preponderante en los intercambios, así como en las contradicciones de los diversos modos de esta comunicación.

La familia, además, recrea y transmite los valores, normas y actitudes que van a condicionar y orientar la conducta individual y social de sus miembros. Por ejemplo, la función de la mujer en la sociedad, la cual siempre ha estado ligada a la familia, que a su vez refleja en su seno las formas de relación y reproducción de la sociedad. Como lo menciona Luíng (1994) la familia enseña de una forma muy sutil, la manera en que debemos comportarnos, de sentir, de enfrentarnos a los problemas y de concebir la relación de pareja.

Cuando somos pequeños, probablemente, damos por supuesto muchos aspectos que forman parte de lo que es una familia; más tarde, queremos abarcar más con nuestra

interpretación y es posible que queramos demostrar deliberadamente al resto del mundo cómo nos parece que es nuestra familia y cómo nos gustaría que nos vieran los demás, intentamos crear algo que es normal y aceptable en nuestra sociedad, pero que al mismo tiempo es único y personal. Así las personas construimos significados para entender lo que ocurre a nuestro alrededor; la gente crea el sentido de las cosas, intenta dar significado a los sucesos que experimenta, a las acciones de los demás y a las suyas propias. La capacidad para crear significados personales, para responder e interactuar con el mundo y entre sí, pero siempre con referencia a un conjunto de significados internos (autopoiesis o autocreación), se puede considerar como la cualidad de los organismos vivos.

El individuo que crece dentro o fuera de una familia crea sus propias interpretaciones o significados, creando también una interpretación acerca de lo que es una pareja, y de las funciones que realiza cada uno de los miembros que la integra, así como los roles que jugará dentro de la misma. Cuando se es pequeño las cogniciones que se aprenden no las cuestionas, sólo las adaptas para tí mismo y las proyectas con tus acciones. Cuando crecemos y creemos que estamos listos para relacionarnos con el mundo, lo que regularmente se busca es a alguien que se identifique con lo que nosotros creemos, porque eso fue lo que se aprendió en casa o lo que regula tu propio sistema familiar, por lo tanto, en una elección de pareja, indudablemente va a influir la familia, además de que ésta se encuentra inmersa en una cultura.

3.2 Cultura

No obstante la universalidad de la cultura, admite un número muy elevado de variantes diversas, irreducibles en un mundo único, por lo que es necesario explicar algunas de sus variantes, aunque sea sólo de manera breve y que nos permitirán sustentar la importancia de la cultura en la elección de pareja. Estas definiciones son obtenidas de Warren (1993).

- ◆ Antropológicamente: Conjunto de elementos de índole material o espiritual organizados lógicamente y coherentemente, que incluyen los conocimientos, las creencias, el arte, la moral,

el derecho, los usos y costumbres y todos los hábitos y aptitudes adquiridos por los hombres y miembros de la sociedad.

- ◆ *Socialmente*: Conjunto de estímulos ambientales que generan la socialización del individuo.
- ◆ *Filosóficamente*: Conjunto de las producciones creativas del hombre que transforman el entorno y éste repercute a su vez modificando aquel.
- ◆ *Cultura de masas*: Conjunto de valores dominantes en las sociedades desarrolladas que se basan en la transmisión de conocimientos y las creencias a partir de los medios de comunicación de masas (T.V., radio, prensa, etc.).
- ◆ *De forma general*: Conjunto de conocimientos exigidos en un medio determinado como básicos para actuar en sociedad, independientemente de cualquier especialización.

Retomando las definiciones anteriores se puede decir que la cultura es un conjunto de estímulos ambientales, valores, creencias que son dominantes y que son creadas por la transmisión de conocimientos y que de alguna manera rigen el actuar de la sociedad, algo que se puede agregar a esta definición es que se adquieren en el actuar de la vida cotidiana y del contacto con el ambiente donde crece el individuo.

Por lo tanto, las familias no existen en un vacío social y la estructura de cualquiera de ellas ésta parcialmente determinada por la cultura específica en que se mueve. Las normas sociales que han determinado durante años el papel del hombre y de la mujer han fijado legalmente la forma de matrimonio y de la familia y han conducido la vida sexual por distintos caminos, por mencionar algunos ejemplos, que no han sido totalmente barreras sino también las líneas de orientación, influenciadas por las creencias adquiridas en la cultura (Dallos, 1996).

Alrededor de la relación de pareja existe un gran número de creencias y mitos que emanan de una sociedad y a veces se aceptan como verdaderos, los cuales conllevan algún tipo de explicación del fracaso o funcionamiento en las relaciones. Así, a continuación se definirá y describirá lo que se entiende por mito y por creencia, y se presentarán algunos ejemplos.

Los mitos emanan de una sociedad, su principal característica es que son premisas falsas, empleadas para explicar de una forma ficticia los eventos o situaciones a los que no se les puede dar una explicación lógica o más cercana a la realidad, sin embargo, a veces se toman como ciertos, su transmisión es oral y todo orden social se mantiene unido por éstos. Rage (1997) presenta algunos de los mitos relacionados a la pareja.

- *El amor es eterno:* esto no puede ser cierto, ya que la persona cambia y lo mismo sucede con su amor. Este puede enriquecerse con los cambios; pero también puede separar a las personas llevando a cada amante por direcciones opuestas.
- *El amor es fugaz:* Cuando el amor se torna dudoso en un momento de crisis, se puede dudar de la veracidad de ese amor. El verdadero amor es capaz de luchar para vencer las dificultades. Una vez que se ha establecido un compromiso entre la pareja, muchos factores vienen a dominar el éxito de la relación
- *El amor implica constante cercanía:* Todas las personas poseen una necesidad de cercanía, pero al mismo tiempo desean tener su propia intimidad.
- *El amor es exclusivo:* Existe la tendencia a pensar en el amor como limitado. El mensaje es que hay que conservarlo y cuidarlo y abrirse a darlo a otros más allá de nuestra pareja.
- *El enamoramiento:* no es un requisito indispensable para la estabilidad y satisfacción de la pareja, ya que sin la idealización la persona puede decidir si quiere estar con la pareja que se tiene o finalizar la relación.

Mientras que las creencias se utilizan en un sentido amplio e incluyen toda una gama de significados, además engloban otros dos aspectos:

1. La creencia contiene la idea de un conjunto perdurable de interpretaciones y premisas acerca de aquello que se considera como cierto.
2. Relacionado con el primero, es que existe un componente emotivo o un conjunto de afirmaciones básicamente emocionales acerca de lo que debe ser cierto.

Sin embargo, las interpretaciones también se presentan a nivel individual, familiar y comunitario; son consideradas como verdaderas y se actúa de acuerdo a ellas. Pueden surgir como resultado de los eventos presenciados o platicados y cierran la posibilidad de que las cosas puedan ser diferentes como por ejemplo:

- ✓ Los hombres deben ser siempre los que trabajan.
- ✓ Las mujeres siempre se quedan en casa y son las responsables de cuidar a los hijos.
- ✓ La mujer siempre es fiel.
- ✓ El casarse es una prueba de madurez.

Es importante resaltar que generalmente las creencias se cumplen los mitos no.

Así, una vez que hemos revisado de qué forma la familia influye en la elección de pareja, y cómo ésta se encuentra inmersa en la cultura, es importante revisar cómo a nivel individual tendemos a formar conceptos de las diferentes situaciones o aspectos, como los relacionados a educación, trabajo, etc. Sin embargo en el siguiente apartado se hará referencia al concepto de pareja.

3.3 Construcción del Concepto de pareja

Aunque en el primer capítulo se mencionaron diferentes definiciones de pareja, estas definiciones retoman aspectos generales de las relaciones. Pero existe un concepto de pareja que es diferente para cada individuo y que es único, y es precisamente el objetivo que persigue este apartado.

La construcción de este concepto está en relación a lo que cada persona concibe, a través de sus experiencias, su propio concepto o expectativas sobre la misma (Vargas y cols 1988). Al respecto Thibault (1972) menciona que hay algunas ideas sobre la pareja, las cuales están ampliamente influenciadas por el medio familiar o por expresiones verbales cotidianas en las que se manifiestan errores de la concepción.

- ☞ La pareja vista como un fin, entendiéndose de una manera más común, "sentar cabeza" o elegir una pareja definitiva como prueba de madurez.
- ☞ Relacionar a la pareja únicamente con la actividad sexual permitida, es decir, que no se busca una relación afectiva y de compromiso, sino una satisfacción de necesidades sexuales.
- ☞ La pareja vista como derecho de propiedad sobre el otro, en el que se consideran uno al otro como medios. En el caso de las mujeres busca que el hombre cumpla con sus necesidades materiales, mientras que el hombre busca quien cumpla los servicios que requiere, como el de amante.
- ☞ La concepción de la relación de pareja considerado como un fin a la soledad, por el miedo a confrontarse consigo mismo.

En la elección de pareja, además de influir la construcción del concepto individual de la misma, también se lleva a la elección el concepto de hombre -mujer con el que se cuenta en

el momento, el cual se encuentra determinado por un rol y una cultura, como a continuación se presenta.

3.4 Concepto de hombre – mujer

Existen autores que pueden hablarnos sobre una definición de hombre o mujer, pero en este apartado sólo retomaremos algunas concepciones, debido a que cada individuo crea una propia. En la TABLA 3.1 se pueden apreciar algunas de las características, que pueden o no estar presentes en su propio concepto de acuerdo a Bovet (1960) y Bustamante (1990).

TABLA 3.1 Características presentes en el concepto de hombre - mujer

Hombre	Mujer
† Su misión es proteger y alimentar a la familia.	† Una de las tareas principales consiste en dar a luz y educar a los hijos.
† Para él las cosas están compuestas de partes, por lo tanto todo se puede descomponer y cambiar.	† Tiende a ser más romántica y soñadora.
† Le gusta ser revolucionario.	† Ve las cosas de un modo coherente en su totalidad.
† Puede destrozarse físicamente sin que su alma sufra por ello.	† Tendencias conservadoras.
† Es objetivo.	† Le da importancia a las impresiones morales.
† Toma decisiones firmes y rápidas.	† Posee acierto intuitivo.
† Es activo.	† Es predominantemente sentimental.
† Tiene ambiciones.	† Piensa antes de decidirse.
† Presenta impetuosidad, impaciencia y rapidez.	† Le gusta sentirse vista y atractiva.
† Mayor aptitud para el impulso motor.	† Le gusta escuchar a la pareja.
† Menor sensibilidad.	† Acepta la autoridad racional.
† Tendencia a lo sexual y a la aventura.	† Le gusta sentirse inspiradora de decisiones.
† Su proceso afectivo es rápido.	† Quiere sentir apoyo y seguridad.
† Predominio del conocimiento intelectual y lógico.	† Tiene perseverancia, precaución y evita riesgos.
† Es teórico.	† Permanece alerta a la relación de pareja.
† Obra conforme a la realidad.	† Tiende a ser fiel con la pareja.
† Trata de destacar su yo.	† Su voluntad tiende a ser influenciada.
† Tiende a ser arrogante y orgulloso.	† Es caprichosa.
† Es rudo y a veces áspero.	

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

En el caso de las diferencias de género, respecto a la elección de pareja, se puede observar que el concepto de hombre-mujer está formado por las funciones que desempeñan cada uno, en el rol que le corresponde, destacando que estas funciones se han determinado por un tiempo y una cultura, las cuales se han puesto de manifiesto a lo largo de la historia. Souza y Machorro (1996) mencionan que la mujer en general, más frecuentemente que los varones, desatienden a las características físicas a favor de aspectos reproductivos y de supervivencia. Al parecer las mujeres asignan mayor peso que los varones al estado socioeconómico, la ambición, el carácter y la inteligencia, y en general, difieren de ellos en su enfoque hacia las fuentes de adquisición y status en busca de seguridad. Los efectos psíquicos de la estratificación de género afectan a hombres y mujeres de manera diferente. La inquietud respecto del poder y las demandas asociadas al género, provocan consecuencias en el bienestar personal y la autoestima, factores que influyen en la toma de decisiones.

La situación que presenta la mujer en otras áreas de actividad guarda una relación estrecha con la función que le toca desempeñar dentro de la familia, con los modos y las formas de relacionarse con sus miembros. Desde este punto de vista, la familia y la mujer dentro de ella ha sido un tema de estudio controvertido y poco explorado. Las oportunidades de desarrollo que tenga la mujer va a depender de la forma autoritaria o democrática como se tomen las decisiones en la familia; así como las causas de separación o integración de papeles por el sexo, en su interior (Blasdefer, 1975).

3.5 Historia de vida

La elección de la pareja se encuentra íntimamente ligada a la historia personal del individuo. Freud en 1905 hizo la afirmación de que la elección de la pareja se realizaba hacia la persona que alimenta (la mujer), o la que protege (el varón) (Citado en Rage, 1997). La actividad clínica con parejas permite mostrar, según Souza y Machorro (1996), la gran frecuencia con la que existen elecciones referidas al padre del sexo opuesto, ya sea motivada por sus aspectos positivos o bien como una referencia negativa. Existe un paralelismo entre la elección del compañero de pareja y la relación del sujeto con las imágenes parentales. Por lo que Willi (1993), menciona que la relación del niño con sus padres tiene una influencia determinante en la configuración de su vida posterior.

que Willi (1993), menciona que la relación del niño con sus padres tiene una influencia determinante en la configuración de su vida posterior.

Se cree que la elección de la pareja, está sobredeterminada por la relación que el sujeto ha tenido con sus padres. Cuando se escoge a la pareja, influye la imagen que se tuvo de los padres durante la infancia, la pareja de los padres en la actualidad; el individuo mismo como hijo frente a la pareja de los padres y los lugares simbólicos que ha tenido en la familia (Orlandini, 1998).

Por lo tanto, se puede ver que la historia de vida abarca todas las experiencias y acontecimientos que el individuo ha tenido a lo largo de su vida y que hayan sido significativos o no, formando parte de todas las etapas de su vida.

3.6 Autoconcepto

El Término estructura del sí mismo, según Westermarck y Valdez (1984), se refiere al sentido de identidad de la persona, es decir, todos los elementos que le hacen ser esa persona, por lo tanto, en él se encuentran inmersos el autoconcepto y la autoestima. El autoconcepto se puede desglosar de la siguiente manera:

- ☉ Lo que la persona cree de sí mismo.
- ☉ El sí mismo ideal, el propio punto de vista de cómo debería ser.
- ☉ A los diversos sí mismos públicos, las formas cómo quisiera ser percibido y es percibido por los demás.
- ☉ Lo que la persona es.
- ☉ Por otra parte la diferencia entre autoconcepto y la estructura del sí mismo es la siguiente:

- ⊕ El autoconcepto se usará más con el significado de la imagen o la idea que una persona tiene de sí misma, generalmente en forma consciente.
- ⊕ La estructura del sí mismo incluye, todos los elementos que hacen ser a alguien él mismo, y que puede incluir el contenido consciente del autoconcepto y lo que no es consciente.

Otra noción muy relacionada al autoconcepto es la de autoestima. Branden (citado en Rago, 1997) la define como la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa para cumplir sus exigencias. La autoestima es un logro que se debe alcanzar a lo largo de la vida. Esto supone trabajar dos aspectos importantes:

1. Confianza en nuestra capacidad de pensar, de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida.
2. La confianza es nuestro derecho a triunfar y ser felices. El sentimiento de ser respetables, de ser dignos, de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias y a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.

El autoconcepto se forma durante el desarrollo del individuo mediante un proceso de maduración biopsicológica, vinculado con el proceso educativo (Willi, 1993). La autoestima debe ser la meta adecuada de la crianza de los padres que consiste en preparar a un hijo para que sobreviva en forma independiente en la edad adulta.

En este desarrollo el niño pasa de la experiencia con el mundo físico a la experiencia con el mundo social y, finalmente con el mundo ideacional. Este proceso se repite en cada nueva etapa de la vida y se mezcla con los procesos de experiencias anteriores. Cada una de las etapas tiene peso propio en la formación del autoconcepto en el individuo. La forma como se vivencie la etapa anterior o anteriores, influirá con cierta determinación en la forma como se viva la siguiente.

En la psicodinámica afectiva de la relación de pareja, los reportes de investigación que estudian el proceso de apego afectivo de los adultos, corroboran que, las características de personalidad individual determinan el curso de la relación, ya que:

- Las personas que gozan de seguridad ponen más énfasis en la intimidad, que las personas evasivas y ambivalentes, logrando relaciones de alta intimidad y congruencia con la pareja, manifestando de ésta manera el amor a sí mismo y a su pareja. Son conscientes de sus cualidades y defectos, asumiendo las consecuencias de sus actos.
- La relación romántica de las personas ambivalentes se caracteriza por fallar al realizar su deseo de lograr un amor cálido y seguro, ya que desean que otros les den el afecto y reconocimiento que por sí mismos no se pueden proporcionar.
- Las personas evasivas experimentan menos intimidad que las personas seguras, subestiman el amor de su pareja y desean un amor menos intenso que las personas seguras y ambivalentes. Es decir, con frecuencia resaltan los defectos de la pareja para evitar que sean resaltados los propios, por temor a que sus pensamiento y sentimientos sean evidenciados y la pareja se de cuenta de la inseguridad personal.

Así, la seguridad personal es un elemento importante en la formación del autoconcepto, y a su vez éste influye en la elección de pareja, ya que, puede determinar el tipo de relación que se tenga.

3.7 Amigos

La influencia que puede tener un grupo de amigos en la elección de pareja puede ser decisiva, en relación a la aceptación o rechazo que el grupo de amigos puede tener hacia la pareja elegida por alguno de los miembros del grupo; ésta se hace de acuerdo a un estereotipo socialmente establecido por el mismo, como: el aspecto físico, el nivel socioeconómico, académico, etc.

Cáseres y Escudero, (1994), consideran que los amigos pueden influir principalmente en la comunicación que tengan los miembros de la pareja y así repercutir en la solución de problemas de la misma. Para las parejas con una relación problemática, la comunicación con amigos puede tener un impacto positivo, ya que ellos pueden presentar soluciones diferentes que la pareja no había contemplado y dar soluciones positivas a los conflictos, sin embargo, un alto nivel de comunicación con otros puede no tener ese impacto positivo, si se considera más importante lo que piensa un amigo y pierde importancia las decisiones que se toman con la pareja. Otra consecuencia es que los amigos pueden tomar partido ante los problemas de la pareja en conflicto.

3.8 Medio en el que se desenvuelve

Este aspecto puede influir en la elección, porque es el lugar donde se lleva a cabo la relación de cortejo y donde los miembros de la pareja se conocen y se relacionan. Puede tener mayor peso o influencia para la permanencia de la relación en el sentido de que si alguno de los miembros saliera de la situación, pudiera tener repercusiones tales como el rompimiento. Por lo tanto este aspecto está determinado por los intereses en relación al desarrollo personal, pero al mismo tiempo es un factor por el cual la pareja está unida y por lo tanto se siente identificada. Finalmente, si la pareja se conoció en la escuela, trabajo, lugar de residencia o al momento de realizar alguna actividad recreativa, va a estar fuertemente determinada por esto.

3.9 Educación

La educación de los hijos, dentro de la familia, puede tener una significación en la elección de la pareja, como se mencionó anteriormente, es la principal formadora de los individuos para que sean personas independientes y responsables de sus elecciones y de ese modo adquirirán libertad. Si se quiere que esa libertad aparente se convierta en realidad esto exigirá como premisa una educación intensiva para la libertad (Willi, 1993). Los jóvenes deberían adquirir, en un proceso educativo iniciado en la edad temprana, la competencia necesaria para poder decidir con responsabilidad cómo les gustaría conformar su vida sexual,

la relación con su pareja, la fijación de los objetivos en ella, o la distribución de los papeles dentro de ella y principalmente la creación de una familia.

Sin embargo actualmente, carecen de esa educación por lo que los jóvenes no desarrollan la seguridad para la elección de una pareja ya que en muchas ocasiones están orientados por medios masivos de comunicación como las revistas, la televisión y el Internet, principalmente. Hay revistas ilustradas, programas de televisión y páginas en el Internet, que lejos de educar para la elección de la pareja, están movidas por intereses comerciales, proponiendo imágenes de relaciones sin compromiso, movidas principalmente por una atracción física o por un encuentro ocasional, mientras haga posible a los interesados su realización ilimitada y permanezca viva, animada por el amor sin obligaciones o presentando relaciones conflictivas y llenas de enredos amorosos con diversas parejas. En particular es un tanto alarmante que por medio de Internet se establezcan relaciones de noviazgo o se llegue a formar un matrimonio, en donde el contacto y la convivencia física (persona a persona), sean mínimas o nulas, o se lleguen a dar las supuestas relaciones sexuales a través de una computadora (Cibersexo). Sin embargo no se demerita, que hay revistas, programas televisivos o páginas de Internet que pueden ser constructivos y aportar a la educación de cada individuo.

3. 10 Sexualidad

Rage (1997), menciona que es necesario incrementar la comprensión de la propia sexualidad, incluye la forma de ser más sensible en relación al uso del sexo, ya sea para conseguir algo diferente a la verdadera función, ya que se puede usar el sexo como una forma de prevenir la intimidad, evitando la soledad, el aislamiento, o el sentimiento de distancia entre los miembros de la pareja, puede usarse también el sexo para disminuirse a sí mismo o a la pareja, por lo que es importante preguntarse hacia qué orientación están dirigidas las relaciones sexuales o cuestionarse sobre si es una necesidad genuina de experimentar intimidad, de compartir, de experimentar placer, de dar y recibir.

Corey, (Citado por el mismo autor), plantea que en los últimos tiempos ha existido una revolución sexual que postula que los individuos pueden y deben decidir por sí mismos

qué prácticas sexuales son aceptables. Muchas personas prefieren seguir sus impulsos espontáneos, sin tomar en cuenta sus valores en las decisiones que toman. Encontrar un sistema de valores propio es difícil porque involucra un cuestionamiento honesto, empezando por los valores que ya se tienen, reflexionando sobre varios aspectos, tales como: cuál es su fuente, existe coherencia entre lo que uno quiere y lo que se está haciendo en las diferentes áreas de su vida en las que se desarrolla, y de ellos cuáles se pueden incorporar en su propia vida para vivir responsablemente. Estas disertaciones individuales influyen en el momento de la elección, ya que la sexualidad es un elemento que se lleva a la relación.

Por lo tanto, hasta el momento se han revisado algunos elementos (como la familia, la cultura, concepto de pareja, concepto de hombre mujer, historia de vida, autoconcepto, amigos, el medio en el que se desenvuelven, la educación y el aspecto sexual) que pueden influir en la elección de la pareja. Esto permite apreciar que el ser humano se encuentra rodeado de múltiples factores que se interrelacionan entre sí, y van formando y estimulando o limitando para un constante desarrollo del individuo, de los cuales dependen de una forma determinante decisiones importantes, como la elección de una pareja.

Así, una vez descritos cada uno de los elementos que influyen en la elección de pareja, es importante hablar del proceso (llamado noviazgo), que se vive para llegar a una elección definitiva, el cual será abordado en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO

4

El noviazgo como sistema y subsistema de la familia

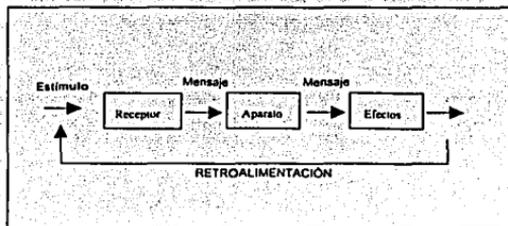
El objetivo del juego llamado noviazgo, es la elección de la pareja y el ser elegidos como pareja. Una buena elección es la base de un matrimonio satisfactorio. El primer hombre en la vida de la mujer es el padre, la primera mujer de la vida de un hombre es su madre. Cuando una persona, por ejemplo, no deja a sus padres y no supera dependencias positivas o negativas, ésta dependencia inconsciente podría influir decisivamente en la selección de la pareja distorsionándola. Esto permite identificar que la familia gira en torno a un sistema, en el cual cada uno de los miembros se influyen de manera recíproca. Por lo que consideramos que desde la perspectiva de la teoría de sistemas se puede analizar, reflexionar y proponer el estudio de la elección de pareja y como una parte fundamental en la etapa de noviazgo, para lo cual es importante partir de la teoría de sistemas.

4.1 Teoría de sistemas

Retoma sus bases en los modelos cibernéticos, donde la retroalimentación y la información son fundamentales. Así en la retroalimentación, el intercambio de la información se da de la siguiente forma: el receptor (máquina u organismo vivo) recibe y/o "siente" el mensaje que se trasmite (a través del cable o sistema nervioso) el cual recibe,

combina y/o transmite los mensajes a un efector (electromotor o vía nerviosa motriz-músculo), cuyo funcionamiento a su vez, está conectado con el receptor, lo que permite la retroalimentación (Bonilli, 1994), como se ve en la FIGURA 1:

FIGURA 1. Retroalimentación cibernética: Causalidad, intercambio de información (Bonilli, 1994, pag41).



La retroalimentación se aplica a la tecnología y se habla de una interacción dinámica cuando se aplica a los seres vivos; la retroalimentación es una forma de interacción, pero los elementos que lo incluyen no se identifican. La interacción se opone a los métodos de análisis y síntesis de la ciencia moderna, que no es una reducción de elementos vinculados extrínseca mediante la causalidad lineal y la asociación, sino que la interacción dinámica, significa el intercambio de energía, materia e información entre las partes de un sistema y con sistemas mayores.

En cualquier sistema viviente como el cuerpo humano, por describir un ejemplo, las nociones de causa y efecto lineal resultan inadecuadas para explicar los acontecimientos dinámicos que forman el proceso de la vida, se describirá un ejemplo: las cantidades de oxígeno y de dióxido de carbono que se necesitan para mantener una condición "saludable" son variables. Para cada gas hay un nivel de concentración consistente en un promedio que se considera funcional. Los acontecimientos de la vida diaria del individuo afectan esos niveles; el ejercicio por ejemplo, puede reducir temporalmente el oxígeno y aumentar el dióxido de carbono. Cuando esto ocurre, todas las partes del sistema empiezan a trabajar para contribuir a restaurar el equilibrio normal. El ritmo del corazón aumenta, facilitando la eliminación de dióxido de carbono de los músculos y supliéndolo por oxígeno. La

respiración se hace más profunda y rápida, facilitando la absorción de oxígeno y la expiración de dióxido de carbono.

Se ha delineado a grandes rasgos algunas de las complejidades de una función corporal para mostrar que cuando esta alterado en alguna parte del sistema vital, otras de las partes de la cadena involucradas empieza a interactuar, en un intento por compensar el cambio. En tanto que las mismas sean capaces de actuar así, el nivel normal de concentración de dióxido de carbono y de oxígeno puede mantenerse. Sin embargo, cuando la compensación deja de funcionar, resulta una disfunción. En vez de respiración normal y falta de dolor puede haber fatiga, dolor muscular e incluso desmayo. Este proceso ilustra la interdependencia de las partes de cualquier sistema.

En el caso de los sistemas familiares, ellos tienen también sus cadenas de reacciones interdependientes. Una familia es un sistema vivo cuyos miembros interactúan regularmente y en diversos grados de dependencia uno del otro. Cualquier acontecimiento que afecta a un miembro extiende sus efectos de influencia sobre los demás, "Cuando un miembro de la familia sufre, todos sufren" (Leventon, 1999), es una máxima que fue anunciada por la teoría de la comunicación. Cuando un miembro de la familia tiene problemas físico, psicológico, social o académicamente, la teoría de los sistemas sugiere que todos los demás componentes de la misma se ven afectados y algunos alteran su comportamiento visible a fin de compensar el trastorno y mantener el equilibrio familiar, tales cambios o compensaciones se hacen a favor del desarrollo en cada una de las etapas por las que atraviesa la familia, al cual se le llama ciclo vital de la familia.

4.2 El ciclo vital de la familia

El curso vital de la familia evoluciona a través de una secuencia de etapas bastante universal. Aunque se producen variaciones idiosincrásicas en cuanto al momento en que tiene lugar los cambios de una etapa a otra y las estrategias empleadas para afrontarlos, el desarrollo familiar sigue una misma progresión de complejidad creciente. En ellas se observan periodos de equilibrio y adaptación y periodos de desequilibrio y cambios. Los primeros se caracterizan por el dominio de las tareas y aptitudes pertinentes a la etapa del

ciclo que atraviesa el grupo familiar, mientras los segundos implican el paso a un estadio nuevo y más complejo y requiere que se elaboren tareas y aptitudes también nuevas. A continuación se describirán cada una de las etapas por las que atraviesa la familia, según Barragán (1976), Haley (1994) y Rago (1997):

- ◆ **Conducta de galanteo.-** Aparece durante la adolescencia, lo cual enfrenta a la persona a un involucramiento simultáneo con su familia y con sus pares. El modelo con el que debe comportarse para adaptarse a su familia tal vez impida su desarrollo normal respecto de la gente de su edad, ya que para los padres en ocasiones es difícil aceptar que su hijo comienza a crecer y dejar de ser un niño, y por lo tanto comienza a tomar decisiones en relación a sus amistades, ropa, lugares que desea visitar, por mencionar algunos ejemplos, sin influencia de sus padres. Pero tan pronto como la persona se aventura fuera de su propia familia y se asocia seriamente con otra, suele suceder que dos parejas de padres se convierten en parte del proceso de decisiones, ya que no les permiten del todo que ellos sean los que decidan, ya sea por su falta de madurez o experiencias por parte de los adolescentes o por temor de los padres a que los hijos no tomen una decisión adecuada a su edad y se equivoquen. Sin embargo es en esta etapa donde también se puede llegar a establecer noviazgos que al paso del tiempo pueden llegar a la ruptura o a contraer nupcias para establecerse en el inicio de una nueva familia.

- ◆ **Transición y adaptación temprana.-** Se da durante el primer y tercer año de unión. Para muchas parejas el periodo de la luna de miel y el tiempo que transcurre antes de que tengan hijos es un periodo muy positivo, pero para otros puede producir una tensión, capaz de romper el vínculo marital o de generar síntomas en los individuos antes de que el matrimonio se haya realmente puesto en marcha. El enfoque de esta etapa es de compañía, hay la expectativa de fidelidad, seguridad, permanencias y de llevar a cabo cada uno de los participantes su rol. Además en esta etapa se elaboran acuerdos sobre como manejarse con sus familias de origen, sus pares, los aspectos prácticos de la vida en común y de las diferencias que existen entre ellos como individuos.

- ◆ **Reafirmación como pareja y paternidad.-** En esta etapa es cuando la pareja se convierte en familia y asume el papel de padres. Así, el nacimiento de un hijo refuerza la

nuclearidad de la familia y multiplica las invenciones de la familia de origen, por lo que será necesario que la nueva familia defina otros límites a la familia de origen. Por otra parte el nacimiento de un hijo puede ser bienvenido o constituye una dificultad en la vida de la pareja, puede provocar que uno de los cónyuges busque apoyo en sus padres y no en su pareja, su presencia puede consolidar o disolver el matrimonio o existe una preocupación exagerada por lo que le pueda suceder. Para el hijo también es un periodo difícil, en el sentido de que sus padres aprenden de él; es común que los padres en ocasiones se sientan celosos de los cuidados que prodiga la madre al hijo; es necesario que se replanteen los roles que desempeñaran cada uno de los miembros de la pareja y se busque su ampliación y enriquecimiento en lo relativo a la crianza y educación del niño.

- ✦ **Diferenciación y realización.-** Este periodo está localizado entre el octavo y el quinceavo año de unión. Es un periodo en el que la relación se puede profundizar y ampliar y al mismo tiempo ya se han forjado las relaciones estables con la familia extensa y con su círculo de amigos. En esta etapa los hijos entran a la adolescencia, lo que obliga a los padres a comprender que sus hijos terminaran por irse del todo y entonces ellos quedaran solos y frente a frente. Por lo contrario pueden venir grandes tensiones y llegar al divorcio.
- ✦ **Estabilización.-** Encuentra su lugar entre el quinceavo y el trigésimo año de unión. La principal característica de esta etapa es que los hijos se casan o se van de la casa y los padres se quedan solos y la pareja queda como al principio. En algunos matrimonios es posible que en esta etapa se haya dado un divorcio emocional.
- ✦ **Enfrentamiento, vejez, soledad y muerte.-** Se ubica entre el trigésimo y cuadragésimo año de unión. Cuando una pareja logra liberar a sus hijos de manera que estén menos involucrados con ella, suelen llegar a un periodo de relativa armonía que puede subsistir durante la jubilación del marido. Algunas veces, sin embargo, el retiro de éste de la vida activa puede complicar sus problemas, pues se hallan frente a frente todo el día.

Todas las etapas conducen a cambios adaptativos vinculados a las variaciones de la composición de la familia que precisan una reorganización de los roles y reglas del sistema así como a una modificación de los límites familiares internos y externos.

Una vez descritos todos las etapas por las que pasa el sistema familiar, es necesario que se retome la primera etapa del ciclo de vida familiar, que como ya se pudo observar es el noviazgo, y de una forma más clara, de qué forma es parte de un sistema y al mismo tiempo el inicio de un nuevo sistema.

4.3 El noviazgo como sistema y subsistema

En el caso de la pareja, como un organismo viviente, que es a su vez un sistema abierto, porque en el desarrollo de la consolidación de la pareja se incorporan y eliminan, se construyen y destruyen, alejándose y acercándose del equilibrio. Cuando la pareja se va conociendo más, las interacciones con la familia, los amigos y el medio aumentan y pueden darse en dos ejes:

El primero es la influencia que el medio tiene sobre la pareja, es decir, en el caso de una pareja joven que está a punto de contraer nupcias, y está en transición de dejar el hogar familiar, se les podría considerar como ayudantes de investigación de la familia, en el sentido de que pasan más tiempo fuera de casa que el resto de los miembros, conocen otros grupos sociales nuevos y, de este modo exploran y ponen a prueba en diversos contextos externos lo apropiado o inapropiado de las creencias de su familia. Esto puede llevar a que los miembros de la pareja se cuestionen sobre las formas aceptadas de ver las cosas en su familia, sometiendo a revisión todo aquello que funciona en la situación familiar de origen y en las redes establecidas de su entorno (el trabajo, la escuela, los amigos y los parientes) y decidir si se quedan con esa serie de creencias y actúen o deciden crear unos nuevos que se adaptan a sus nuevas necesidades.

El segundo es la influencia que tiene la pareja sobre la familia de origen, de cada uno de los miembros. En el caso de la pareja que se mencionaba en el ejemplo anterior. La decisión de contraer nupcias puede tener un efecto en cada uno de los sistemas del novio y

de la novia; se comienzan los preparativos, lo que modifica algunas de las actividades cotidianas de cada uno de los miembros de la familia. Al mismo tiempo cada uno de los miembros viven procesos de duelo y que en algún momento interactúan, aumentando la posibilidad de conflictos o negociaciones; se realizan ritos para despedir a los novios abriéndose caminos a través de diferentes estadios del ciclo vital y que nos regresa a las tradiciones familiares que provienen de generaciones pasadas y que en algunos casos se remontan a cientos de años atrás.

Existe también un proceso recíproco donde los padres también están continuamente aprendiendo y adaptándose a sus hijos, de modo que después de conocer la decisión de sus hijos pueden crear nuevas formas de relacionarse. Del mismo modo sucede entre los hermanos de alguno de los miembros de la pareja. Reafirmando nuevamente que la familia como sistema es creativa y funciona de ese modo para llegar al equilibrio y compensar al sistema.

La elección de la pareja puede entenderse no sólo en la línea histórica de su desarrollo individual, sino también en el marco de una interpretación sistémica, como se explicó anteriormente y se conoce en la actualidad. Entonces se puede considerar a la etapa del noviazgo como una relación perteneciente a un subsistema familiar, ya que cada uno de sus miembros pertenecen a un sistema familiar conformado. Es importante que, en este periodo, los hijos sean capaces de transmitir a sus progenitores aquellas cosas positivas y valiosas que les han legado, y que los padres encuentren significado a su propia vida, para lo cual necesitan poseer cierta capacidad de introspección. Así el hijo puede iniciar con la primera etapa para la formación de un nuevo sistema familiar el cual se origina cuando los componentes de la futura pareja se conocen, comenzando una relación y posteriormente transformándose en noviazgo.

4.4 Noviazgo

Según Orlandini (1998), el noviazgo es un tipo de relación formal de pareja que simboliza un compromiso de fidelidad y que precede al matrimonio. El noviazgo es una relación de pareja en donde el compromiso entre el hombre y la mujer van evolucionando;

es una etapa previa al compromiso definitivo y a la intimidad total del matrimonio. Así, antes de que una pareja se comprometa al matrimonio pasa por varias etapas.

Auping (1996), afirma que el crecimiento y maduración en la pareja se inicia en la amistad ya que no existe más compromiso que llevarse bien como amigos, y la intimidad queda limitada al ámbito de los afectos. En la etapa del noviazgo se da exclusividad y en consecuencia un mayor compromiso con el fin de conocerse y probarse. Ya casados el compromiso es total en el sentido que la vida de uno queda enlazada con la del otro compartiendo su libertad y limitando las relaciones con otras parejas. Estructuran su tiempo considerando los intereses y necesidades de la pareja. Esta proyección tiene como punto culminante el acuerdo de intimidad sexual y planeación familiar. Se identifican así tres etapas: inicio, la formación y conocimiento y la proyección, cada una de estas etapas serán descritas más ampliamente.

4.4.1. El inicio

En esta etapa la relación tiene rasgos de amistad y de noviazgo y lo mejor es que sean "aminovios". Hay cierta frecuencia de contacto y cierto compromiso de cumplir con las citas acordadas, pero a veces se puede estar en compañía de un amigo o amiga sin ningún problema, simultáneamente se mantiene la expectativa de establecer tiempo después una relación mas formal (Auping, 1996). Para Souza y Machorro (1996) en la primera etapa de la relación el aspecto dedicado al placer y la búsqueda de satisfacciones parece exclusiva o por lo menos prioritaria, ya que lo que se le pide al objeto fundamentalmente es que represente el medio para una satisfacción inmediata, y en el caso de que no responda a ello la relación se detiene de inmediato.

Durante el proceso de formación de la pareja Auping (1996), menciona que existen algunos impedimentos a los que se pueden enfrentar en esta etapa.

- a. El apego que puede existir hacia la madre o el padre, según sea el caso, en la que existan conflictos originados en la infancia temprana y que no se hayan resuelto.

- b. La dependencia de figuras paternas, impidiendo la toma de decisiones libremente.
- c. El miedo a perder la libertad.
- d. La dependencia hacia relaciones masoquistas, donde la relación que se está dando es de rescate o de protección originadas por experiencias con algunos de los progenitores.
- e. Los celos, los cuales tienen su raíz en un sentimiento de ser desplazado o no preferido, reconstruyendo situaciones o eventos en los que en la infancia él se sintió desplazado por algún miembro de su familia.
- f. El miedo a la intimidad sexual.

Por otra parte no se considera positivo entrar a un noviazgo formal inmediatamente, ya que puede ser una decisión precipitada no permitiendo conocer a la pareja, aumentando la probabilidad de que tenga rasgos de relación destructiva, de la cual se hablará más adelante. Al mismo tiempo, tampoco es recomendable prolongar el "aminoviazgo" por años sin pasar a algo más formal, deteniendo el compromiso y crecimiento de la misma relación y de cada uno de los integrantes; cuando las relaciones se alargan demasiado sin compromiso definitivo puede ser por miedo de uno de los miembros de la pareja o por ambos. Estos son dos caminos que llevarían a la ruptura de la relación, en el primer caso por precipitarse en las decisiones y en el segundo por indecisión y miedo al compromiso.

En esta primera etapa del noviazgo es muy común que se de el enamoramiento, el cual es una emoción que se manifiesta con sensaciones, que enfatizan la búsqueda del placer, grandes ilusiones y sueños, "percepción de haber encontrado la felicidad". En esta etapa de ilusión e idealización son más frecuentes las distorsiones de lo que se percibe de la otra persona, por lo que es muy riesgosa la toma de decisiones respecto a un compromiso más profundo y duradero.

4.4.2 Formación y conocimiento

Transecurrido el plazo de "aminoviazgo" la pareja requiere de dialogar y decidir si prefieren un noviazgo formal o separarse. Este noviazgo formal debe empezar con un acuerdo por medio del cual decidan cuánto va a durar este noviazgo formal, de esa manera la pareja se protege contra una presión inoportuna y ansiosa y, por otro lado, contra el miedo inconsciente de él, de ella o de ambos para comprometerse. Un noviazgo eterno e indefinido encubre este temor, en esta etapa ya es tiempo de que conozcan a los padres de la pareja, se dedican a dialogar, a tratarse, a probarse, a conocerse en diferentes ámbitos de la vida (con la familia, en el trabajo, con los niños, en el tiempo libre, en el grupo de amigos) y verificar así, si se sienten a gusto juntos (D'araujo, 1981).

Souza y Machorro (1996) establecen que en la relación supuestamente duradera, el aspecto hedonista y la búsqueda de satisfacción, no son los únicos factores que motivan tal elección. Resulta relevante entonces que el elegido deba poder contribuir con el sujeto a mantener una cierta seguridad interior y colaborar así a sus organización defensiva en los sectores donde presenta, mayor debilidad.

En esta etapa el amor entre la pareja juega un papel muy importante, ya que ésto es lo que les permitirá estar juntos. Entendiendo por amor un sentimiento profundo, que permite realmente interesarse por el bienestar de la otra persona, interesarse en su mundo y en la relación, existiendo un nivel de compromiso. El amor por lo tanto implica:

- ◆ Interesarse por la otra persona.
- ◆ Preocuparse y procurar su bienestar.
- ◆ Un compromiso.
- ◆ Sentimientos profundos.

- ◆ Deseos de cuidar, nutrir la relación.
- ◆ Sacrificios por la otra persona cuando esto es necesario.

4.4.3 Proyección

Cuando se vence el plazo convenido por la pareja, dialogan para ver si quieren casarse. En el caso de que los dos o uno de los dos decida negativamente, deberán separarse, así uno de los dos deberá afrontar el duelo y pasar por el proceso de asimilación de los sentimientos. En el caso de que los dos decidan casarse han de elegir la fecha de la boda. Es importante tener en cuenta en esta etapa de la relación, que aunque se haya pasado de la etapa del enamoramiento a la del amor, debido a diversas circunstancias que no se pueden controlar, pueden no funcionar adecuadamente con la otra persona. Un ejemplo de este último punto puede ser, que en algún momento de la relación se pierda la actualización de cada uno de los miembros de la pareja y que ya no coincidan sus proyecto de vida.

Cada una de las etapas que se describieron no tiene una duración definida, ya que el tiempo de cada una es determinada por los miembros de la pareja. Por otra parte es conveniente que la relación de pareja pase por estas etapas para que los miembros se conozcan antes de elegir a la pareja de manera definitiva. En este proceso de elección, cada uno de los individuos se va conjugando con el otro, las relaciones de conocimientos se van haciendo más profundas y más sólidas y ambos, como pareja, se van insertando a diferentes sistemas, como la familia, los amigos, la comunidad, y conforme la relación avanza ellos mismos van formando un sistema de pareja.

Por lo tanto como se pudo observar a lo largo del presente capítulo, la pareja pasa por un proceso para poder llegar a la elección definitiva de la pareja, proceso llamado noviazgo; en el que es importante recordar que el noviazgo se puede ver como un subsistema en relación a sus familias de origen, pero al mismo tiempo como sistema que inicia con el noviazgo para la formación de una familia en el futuro y ésta va a estar determinada por el tipo de elección que se realice. Por lo que es necesario que se tenga un conocimiento de los

efectos que pueden tener las elecciones, que es el objetivo del siguiente capítulo, donde se hablara sobre los tipos de elección y sobre la importancia de la elección de la pareja.

CAPÍTULO

5

Importancia de la elección de pareja

El noviazgo es una relación entre dos personas de compromiso moral, de trato afectivo, fidelidad, ayuda y respeto recíproco, con una finalidad de conocimiento mutuo, sólo que antes de que se viva el proceso de noviazgo se debe elegir a una pareja, recordando que es el acto de escoger o preferir a una persona determinada por diversos factores (como la familia, la cultura, la construcción del concepto de pareja, concepto de hombre mujer, historia de vida, autoconcepto, amigos, el medio en el que se desenvuelven cada uno de los miembros de la pareja y la sexualidad), en el que se necesita una toma de decisiones partiendo del reconocimiento personal y el conocimiento de la persona elegida. En algunas ocasiones no se tiene claro el por qué se elige a determinada persona, llevando la relación a una elección constructiva o destructiva según sea el caso, las cuales se describen a continuación.

5.1 Elección constructiva

De acuerdo a Warren (1993), la palabra construir se refiere a edificar, erigir, fundar, instituir o levantar, constituir; para fines de este proyecto la elección constructiva, se entenderá como un tipo de relación en la que ambas partes están dispuestas a construir su relación y hacerla edificante para cada uno de los miembros y para la pareja en sí

misma, siguiendo el proceso del noviazgo, en el que existe un afecto real y auténtico, que se manifiesta como una sana preocupación por el propio crecimiento y de la otra persona.

5.1.1 Elementos de una elección constructiva

- ✓ Reconocimiento y bienestar del otro.
- ✓ Responsabilidad y respeto por la dignidad de la persona amada.
- ✓ Crear, confiar, compartir y experimentar un verdadero compromiso con la persona amada.
- ✓ Dar, libremente y sin demanda, es decir, permitir al otro buscar otras relaciones sanas y no necesitarla para sentir que se es alguien.
- ✓ Existe una comunicación asertiva de pensamientos, sentimientos, planes y proyectos.

En el noviazgo constructivo hay trato afectivo y caricias, pero no se basa únicamente en el placer; por lo tanto no sufre la idealización, ni de la premura pasional (Sánchez, 1997). El noviazgo constructivo se caracteriza por momentos muy intensos de crecimiento y ayuda recíproca brindando a la vez, suficiente tiempo y espacio libre para la individualidad de ambos. Los jóvenes se frecuentan moderadamente, se escriben cartas, se reservan detalles románticos, se comunican a nivel profundo, se sienten entusiasmados, alegres y motivados por la relación. Lo más importante en el noviazgo constructivo es que hablan claro y saben establecer reglas y propósitos. Dejan por sentado, de mutuo acuerdo algunos aspectos como: los horarios y días para verse, las metas individuales y de pareja, las formas de demostrarse confianza, las actitudes de ayuda y apoyo, hasta dónde llegar en cuestión de caricias y sexo. Ambos se disciplinan y ayudan a mantener las reglas. Cuando uno falla el otro esta en pie y viceversa. Un noviazgo constructivo tiene reglas, ayuda al progreso individual, ayuda a crecer, y proporciona paz interior. Así como responsabilidad y respeto por la dignidad de la otra persona, además de crear, confiar, compartir y experimentar un verdadero compromiso.

Rogers (1993) afirma que en un proceso de pareja uno de los factores más importantes para un verdadero desarrollo es que cada uno de los cónyuges progrese en su propio ser, ya que esto reedita en beneficio y enriquecimiento de la pareja. Es casi como decir, que mientras más separados están, mayor es la posibilidad de una unión sólida. En otras palabras, si llevan a la relación inmadurez, dependencia, infantilismo, las posibilidades de hacer una relación de pareja constructiva serán mínimas.

La vida de la pareja va en esta línea: nadie da lo que no tiene; el individuo tiene que ser persona para poder compartir plenamente con el otro; la relación es un proceso; cada día y en cada momento se van realizando sus potencialidades; el individuo es consciente de su autoidentidad y, por tanto, no puede ser una mera copia de un patrón social, sino que es una persona significativa por ser única, singular e irremplazable.

En una relación constructiva se puede lograr una comunicación más profunda entre las parejas, identificándose tres elementos:

- ⊙ Aceptación y descubrimiento de sí mismo: En la relación se fomenta la aceptación de la pareja, ya que propicia la aceptación de sí mismo.
- ⊙ Eliminación de máscaras y eliminación de roles: Las personas en su relación de pareja dejan caer poco a poco las máscaras que protegen su estructura defensiva, pero en este tipo de relaciones existe una disponibilidad y aceptación cuando la máscara del compañero cae, permitiéndoles crear nuevas estrategias de vida. Se puede decir que en las parejas funcionales, aunque existen los roles, estos son escogidos y aceptados por ambos y usualmente son flexibles e intercambiables.
- ⊙ Valorización interna: La decisión de lo que esta bien o mal pasa a ser evaluada desde un punto de vista interno de cada persona. Como en toda relación humana que sea en verdad genuina, existirán fricciones, ya que esto es parte de la interacción, que se basa y crece no sólo en lo que tienen en común, sino también en las diferencias.

5. 1. 2 Efectos de la relación constructiva

La palabra efectos se refiere a los resultados de la acción, a la transformación, a la modificación del sistema, en este caso a los cambios que se presentan después de que se hace una elección en la etapa del noviazgo. Cuando comienza una nueva etapa como pareja, que es el matrimonio o unión con compromiso, implica una convivencia diaria y esta convivencia permite que se conozcan de diferente manera, ahora formarán una familia, esta elección va a tener efectos para formar una relación familiar constructiva o "nutradora" (Satir, 1990), la cual impacta diversas áreas de diferente forma, como a continuación se describe:

a) La relación en la pareja

Cuando una pareja decide casarse la mayoría se casa con amor y con la esperanza de que sus vidas se enriquecerán, por lo que comprenden que día con día deben trabajar en su relación.

Ahora la pareja comprende que son tres elementos: tu, yo y nosotros (Satir, 1990), cada uno con vida propia y cada uno haciendo posible al otro. La pareja depende de cómo las dos personas hagan funcionar los tres elementos. La forma de funcionar de estos tres elementos es parte de lo que se le llama un proceso, el proceso se refiere al cómo del matrimonio, es decir, el proceso consiste en las decisiones que ambos toman y la forma de actuar de acuerdo a estas decisiones. Se refiere a las cosas que tienen que hacer en común y que ahora tendrán que hacer juntos, como la repartición del dinero, los alimentos, diversiones, trabajo, religión y la toma de decisiones.

Rabazzola (1997) al igual que Satir, menciona que en la pareja se detectan tres mundos: el tuyo, el mío y el nuestro. En la pareja estos mundos, el tuyo y el mío se sobre ponen dando lugar al tercer mundo: el nuestro. Lo ideal en la existencia de los tres mundos, es buscar el equilibrio razonable de manera que ninguno de ellos predomine.

Se puede observar, además, que existen tres áreas dentro del mundo de la pareja: la primera es la sociocoperativa, que se refiere a todas las actividades que realiza la pareja para mantener la vida en común, donde se incluirán actividades de arreglo y decorado de la casa, compra de víveres y alimentos. La segunda área, es la familiar, que se refiere a la vida y actividad de la pareja con los hijos, y demás hermanos de cada uno. Finalmente la tercera área es la individual, exclusiva, que se refiere a la necesidad que existe en toda pareja de que cada uno de los miembros tenga su propio mundo, intereses, actividades en las que sólo participen ellos.

Ambos miembros de la pareja *nutridora* se preocupan por enriquecer sus vidas y trabajar en su relación. Tienen bien definidos los elementos de tu, yo y nosotros y procuran mantener siempre el equilibrio entre ellos, y si en algún momento surgen conflictos buscan acuerdos para solucionarlos y nuevamente estar en equilibrio.

b) La estructura familiar

En el caso de una familia *nutridora*, que forma un núcleo y se manifiesta en su forma de actuar, se intuye vitalidad, sinceridad, honestidad y amor en cada uno de los miembros de la familia, se escuchan y se tiene interés en los demás, se tienen consideración, se demuestran afecto, como también dolor y desacuerdo, no se tiene miedo de correr riesgos puesto que toda la familia comprende que es inevitable cometer errores, hay igualdad de derechos, se sienten importantes, valorados y queridos y obviamente es recíproco. Incluso se puede observar la vitalidad en los cuerpos, ya que son ágiles, las expresiones tranquilas, las personas se ven a la cara, no con miradas esquivas ni bajando la vista, hablan en voz clara y sonora, hay armonía y fluidez en sus relaciones. Los hijos aun de pequeños parecen espontáneos y amables y el resto de la familia los toma en cuenta como personas.

Los integrantes de la familia *nutridora* se sienten libres para expresar sus sentimientos, pueden hablar de todo (desengaños, temores, críticas, al igual que las alegrías y éxitos). Demuestran claramente las cosas que planean, pero si sucede algo

imprevisto, fácilmente se acomodan al cambio. Se llegan a acuerdos en el caso de dificultad o confusión.

c) *Con los hijos*

El papel de los padres en una familia *nutritora* es de guías y no de jefes, definen su tarea primordialmente como la de enseñar a sus hijos un comportamiento verdaderamente humano en cualquier situación. Reconocen ante ellos sus desaciertos al igual que sus aciertos, además expresan su disgusto, coraje o desengaño, tanto como su alegría. Hay coherencia entre lo que le enseñan a sus hijos y lo que ellos mismos hacen.

Los padres vitales y *nutritores* saben que requieren prepararse para orientarlos y guiarlos, buscando momentos oportunos para hablar con ellos cuando es necesario. Comprenden que sus hijos no son intencionalmente malos, y si alguno se comporta o se conduce destructivamente comprenden que algo no está funcionando bien y si existe la necesidad de corregirlos, los padres, saben escuchar, comprender y buscar el momento propicio, para tener consciencia de los sentimientos del niño.

5. 2 Elección destructiva

De acuerdo a Warren (1993), la palabra destruir significa arruinar, estropear, pérdida casi irreparable, quitar medios. Entendiéndose a la elección destructiva como la relación de dos personas donde los individuos se degradan así mismos y a la otra persona; en este tipo de relaciones se pueden presentar daños psicológicos, emocionales, e inclusive físicos que son irreparables.

5. 2. 1 Elementos de una elección destructiva

Algunos de los pensamientos, acciones o sentimientos que caracterizan a las relaciones destructivas o no funcionales son las siguientes:

- ⊗ La necesidad de controlar al otro.
- ⊗ Decirle como debe ser para ser amado.
- ⊗ No permitir que la persona cambie por temor a no saber cómo controlarlo.
- ⊗ Esperar que la otra persona llene su vacío y soledad sin hacer nada por llenarlo él mismo.
- ⊗ Rehusar al compromiso para sentirse libre.
- ⊗ No compartir sentimientos y pensamientos, esperando que la otra persona identifique lo que ésta necesita.
- ⊗ Necesitar al otro para estar bien.
- ⊗ No hay libertad.
- ⊗ Obsesión por retener a la pareja, aún cuando la otra persona no corresponda.
- ⊗ Estar con alguien para añadirse brillo con la imagen del otro.
- ⊗ Estar con la pareja sólo por la relación sexual, si es que la hay.
- ⊗ No hay igualdad dentro de la relación.
- ⊗ No se respeta la integridad e identidad del otro.
- ⊗ Se presiona a la pareja para que se tomen decisiones prematuras.
- ⊗ Alguno o ambos miembros de la pareja son rígidos.

- ⊗ Hay lucha de poder.
- ⊗ No hay límites establecidos.

Estas características pudieran parecer normales en la relación, y ser permitidas, sólo que como lo muestra León Festiger (citado en Aguilar, 2000) los seres humanos en algunas ocasiones tienden a crear justificaciones o racionalizaciones para resolver la incomodidad que pueda generar las discrepancias entre la realidad y los ideales, estos tipos de pensamientos son pretextos, aparentemente válidos, que se crean para justificar la realidad. Sin embargo son una forma de auto - engaño, que impiden enfrentar un hecho que se manifiesta crudamente y que hará más difícil el manejo de las situaciones posteriores.

Corey (Citado en Rage, 1997) habla de las barreras para evitar amar y ser amado: nadie da lo que no tiene; la falta de confianza en sí mismo y de autoestima constituye una de las grandes barreras; si la persona emite el mensaje de que no merece ser amado, se crea una profecía en la que el temor se hace realidad, esto puede deberse a que en cierta etapa de la vida, básicamente en la niñez, la persona se hace a la idea de que no puede ser amada a menos que haga ciertas cosas que se esperan de ella.

Si la persona no se ama sanamente a sí misma no permitirá que otros la amen y muestren cariño. No se puede dar a los otros lo que la persona misma no posee: no se puede ver valor en sí mismo, ni se puede creer a otros cuando expresan que la persona vale.

En las relaciones destructivas, con relativa frecuencia las palabras se vuelven un mecanismo de incomunicación. En no pocas ocasiones las palabras son como congelar la realidad. Una vez que se aprende una palabra y su sentido intelectual y emocional, queda grabada en la mente humana durante el resto de la vida. De esta manera se hacen ciertos prejuicios o perjuicios que forman los tabúes que nos llevan a poner etiquetas.

Otra barrera al amar es el miedo. Amar conlleva siempre riesgos. El ser amado puede enfermarse, accidentarse, morir, ausentarse. Si el miedo vence, el precio es vivir sin amor. El amor demanda valor, ya que siempre implica un riesgo.

5. 2. 2 Efectos de la relación destructiva

Hemos visto que el matrimonio revela más que el noviazgo, respecto a las características de cada cónyuge. La mayoría de las veces, los enamorados no permiten conocer mucho acerca de sus defectos por que quizá piensan que si se llegan a conocer, el matrimonio no se lleva a cabo. No obstante, hay defectos que resultan obvios. No faltan enamorados que hagan planes para cambiar, otros aceptan los defectos como uno de los aspectos del ser humano y viven de conformidad con ellos. Cuando se realiza una elección de pareja aceptando desde el principio todos esos detalles, se corre el riesgo de hacer una elección destructiva, teniendo efectos en las siguientes áreas:

a) La relación de pareja

Cuando se inicia, o en el transcurso de la relación de pareja, a alguno de los miembros les cuesta trabajo adaptarse a la diferencia de opinión de uno de ellos y cuando toman decisiones la situación se convierte en una batalla a gritos o silenciosa, acerca de quien tiene derecho a decirle al otro lo que tiene que hacer, cada vez que hay que tomar una decisión uno de los miembros se siente molesto con el otro o consigo mismo. Esta clase de experiencias eventualmente desarrolla una sensación de tiranía y sujeción en la que los sentimientos de amar o ser amado, dejan de existir, cada uno comienza a sentirse sólo, aislado, colérico, traicionado, desengañado y deprimido, en otras palabras una víctima. Después de pasar interminables pleitos, el amor y la comprensión se acaban.

b) La estructura familiar

Cuando se hace una elección de pareja destructiva, es muy probable que se desarrolle una familia *conflictiva*, en la que predomina la frialdad, como si los miembros estuvieran congelados, cada quien esta aburrido, hay desequilibrio o puede haber una atmósfera de tensión y llena de secretos, sólo en apariencia, el ambiente es cortés con personas externas. En una familia conflictiva los cuerpos y los rostros son

una muestra viviente del conflicto existente; los cuerpos están tensos y rígidos; los rostros huraños y tristes, son inexpresivos; los ojos bajos, esquivan las miradas; los oídos no escuchan y las voces son duras, estridentes o apenas audibles. Existe una actitud poco amistosa entre cada uno de los miembros de la familia, no hay alegría, con frecuencia el sentido del humor es amargo y sarcástico, aún cruel. La familia parece estar unida por el deber y sus integrantes apenas se toleran mutuamente.

La comunicación es por medio de mensajes dobles y alguno de los miembros mantienen los siguientes puntos de vista:

1. Se subestima a sí mismo si se siente mal emocionalmente o subestima al otro.
2. Teme herir los sentimientos de los demás o es herido por el otro.
3. Se preocupa o toman represalias entre los miembros.
4. Es indiferente ante los conflictos que se presentan.
5. No se da importancia a la persona o propiamente a la interacción.

c) Los hijos.

Los adultos están ocupados diciéndole a sus hijos lo que deben hacer y no deben hacer, nunca llegan a conocerlos en realidad, ni jamás los disfrutan como personas. El resultado es que ellos tampoco disfrutan de la compañía de sus padres como personas.

En las familias conflictivas los padres tienden a ser controladores e inseguros, por lo que los hijos ocultan muchos secretos. Por parte de los padres no hay congruencia entre lo que les prohíben hacer y entre lo que los padres hacen. Además no se permite la libre expresión de los sentimientos.

Los efectos de que en un matrimonio no se satisfagan adecuadamente las expectativas, la esperanzas y los sueños, ocasiona que el amor se vaya apagando. Aún cuando muchas personas están conscientes de esta situación, no buscan soluciones alternativas, ya sea por miedo a la soledad, por repetir patrones aprendidos, por inmadurez o dependencia o

simplemente no tienen conocimiento del proceso que se está viviendo, teniendo consecuencias irreversibles. En muchos de los casos los procesos son lentos y se hace más daño a alguno de los miembros de la pareja o a los hijos, cuando ya los hay.

Se han descrito dos tipos de elección, sus características y efectos en el ámbito de la pareja, en la familia y los hijos. Sólo que en el caso de la relación destructiva los efectos van más allá de una simple disfuncionalidad en la relación familiar ya que pueden llevar a consecuencia más caóticas para todos y cada uno de los miembros de una familia, esto es la desintegración familiar, que incluye: la violencia intrafamiliar, la separación y el divorcio. Por consiguiente se describirá lo que es la desintegración familiar y sus manifestaciones.

d) Desintegración familiar

Para hablar de desintegración familiar, es importante que primero se comprenda el concepto de desintegración. Que es la acción y el efecto de descomponer un todo por la separación de los elementos. La desintegración familiar se puede entender como la división de las partes que la conforman, ocasionando la separación de la pareja, que es el núcleo de la familia, teniendo consecuencias psicológicas, emocionales, físicas y sociales, que son irreversibles o que no pueden tener reparación dentro del sistema. La desintegración familiar se manifiesta básicamente en la violencia intrafamiliar, la separación y el divorcio.

I. Violencia intrafamiliar

La violencia intrafamiliar: constituye el material de análisis más obvio y evidente sobre los abusos y basta para entender y representar mejor los fenómenos, pero es el extremo en el que operar resulta más difícil, por lo que, en algunas ocasiones la violencia familiar es una anatomía patológica de los abusos relacionales. Se puede hablar de violencia familiar cuando, una persona físicamente más débil que la otra es víctima de abuso físico o psíquico por parte de otra. A los actos mismos se suman las condiciones en que se producen, que son de tal naturaleza que resulta difícil implementar recursos de control capaces de regular e impedir esas prácticas, las que, por lo tanto, tienden a repetirse.

El fenómeno de la violencia intrafamiliar establece algunos factores que contribuyen a su aparición y su repetición. Para que se presente la violencia familiar se han identificado sistemas que son muy resistentes, en el que se pueden combinar diversas variables Rabazzola (1997), identifica las siguientes variables:

▷ *Los actores del circuito de abuso familiar:*

Esta formada por la persona abusadora, que es la persona que ejerce la violencia, persona abusada que es la persona violentada y la persona testigo, la cual incluye a todas las personas que de alguna manera están en contacto con la familia afectada. Este último grupo de actores puede intervenir potencialmente para hacer un corte final de la conducta violenta a partir de que se dan cuenta de que también son afectados y generadores de la misma, como es el caso de los padres; por lo que pueden modificar la manera de relacionarse con la persona violentada y como consecuencia se modifica la relación de abuso.

▷ *Las ideas:*

Regularmente estas ideas surgen en sistemas autoritarios o donde son remarcados los roles de género, las propuestas tienden a ser elitistas, se atribuyen diferencias valorativas arbitrarias, se designan conceptos como valiosos, pertenecientes y excluyentes, considerando a las demás personas inferiores. Otra de las ideas son los serialismos, que son afirmaciones que corresponden a una concepción organizativa entendida como una imagen en serie, es decir con un elemento único en cada posición de la serie. Desde el punto de vista jerárquico la serie se concibe generalmente como serie vertical, haciendo pensar en categorías únicas y las alternativas, por consecuencia son invalidas, por ejemplo, aquellos pensamientos de: "Todos los hombres son iguales", "Todas las mujeres manipulan", "No hay hombre que sea fiel", etc.

⇒ *Creencias:*

Los actores tienen tendencias lamentables a construir concepciones relacionales derivadas del modo educativo. En el caso de las personas abusadoras las creencias que con mayor frecuencia presentan son la dueñez, impunidad, centralidad, control, autoridad sin confrontaciones que parecen ser aspectos desarrollados incontestablemente por los que cometen abusos. Por ejemplo en el caso de la dueñez, el abusador se siente en cierto modo dueño de la persona de la cual abusa, como si esa persona le perteneciera. En el caso de la impunidad el abusador tiene la idea de que su acción maltratante no es punible; supone que la explicación que ofrece de su actitud va a ser aceptada y comprendida por las personas del contexto, y aun por la persona abusada, son personas que se justifican a sí mismas que aún cuando la acción esté dañando realmente al otro, no lo registra o lo minimiza. En el caso del control el abusador cree muchas veces, que él debe controlar las conductas de los miembros de las familias. Se supone responsable ante los demás de las conductas de los que le rodean y a veces en esto recibe el apoyo del entorno social.

En el caso de la persona abusada sus creencias están relacionadas hacia la incondicionalidad, el amor, el poder, la disminución del propio valor y la disminución del registro del malestar, cada una de estas se puede presentar de la siguiente forma:

- ✦ En el caso de la incondicionalidad la persona abusada aprende a valorar estas actitudes hacia las necesidades de los otros. Por ejemplo, la persona piensa que la persona abusiva a medida que vaya experimentando la paz y la dicha que le proporciona alguien capaz de ser incondicional, cambiaran su actitud hacia la relación.
- ✦ En el amor, como los conceptos son relativos, la relación entre las personas se presta para justificar los abusos; ya que se puede confundir el amor con la sensación de necesitar a alguien cayendo en una dependencia hacia el otro,

sucede lo mismo cuando se presentan señales demandantes o exigentes de el otro al que se quiere.

- ✦ En relación al poder, las personas abusadas temen que si no lo tienen impida relacionarse plenamente con los otros.
- ✦ La disminución del malestar está en relación a las consecuencias, ya que las víctimas pueden advertir su molestia antes de que aparezcan interacciones que lleguen a perjudicarlas, sólo que, en muchos casos se minimiza la situación dando pauta a que se generen situaciones más dañinas.

El engranaje de los procesos integrantes de la pareja asumen a menudo una forma extremadamente organizada, que permite representarse al sistema-pareja desde un funcionamiento donde se ven las bases en que se funda. La interpretación sistémica permite comprender que cada uno de los integrantes contribuye a definir sus papeles recíprocos, por cierto que hay matices; por ejemplo cuando uno de los dos tienen un papel inductor más importante, notemos al pasar que el más inductor no es necesariamente el que tiene el papel oficial de la decisión en pareja, éste papel es desempeñado con frecuencia por el que se queja de ser víctima de su compañero.

A esta definición de los papeles o de las normas de funcionamiento de la pareja puede agregarse el problema de reconocimiento de una actitud como síntoma: siguiendo su ideología propia, tal pareja considera determinada actitud como completamente deseable y aun como norma de funcionamiento, mientras que por otra parte, la misma actitud es sentida o presentada como una anomalía de funcionamiento. Por otra parte, se pueden describir aquí otros problemas y otras actitudes en las que la normalidad depende de los criterios del funcionamiento de la pareja y de las normas que se han establecido (Lamaire, 1992).

II. Separación y divorcio

Se podrían encontrar diversas razones por las que se llegue a la disociación en la pareja, esta puede adoptar diversas formas: si no hay vínculo legal, es la separación pura y simple. En el caso del matrimonio, puede haber ruptura del vínculo formal y es cuando entonces se producen las vidas paralelas: el adulterio o el abandono del hogar. Hay un tercera solución: la ruptura del vínculo formal que supone el divorcio.

El divorcio no puede considerarse como una solución fácil; alguien no se divorcia ni por placer ni por diversión, y la separación de la pareja es siempre traumatizante, en el que la muerte del amor equivale en cierta medida a la destrucción de la persona. En cuanto al hijo es la primera víctima del divorcio. El divorcio se pronuncia tras un proceso en el que cada cónyuge desempeña frente al otro el papel de acusador público, esto crea un cierto clima de hostilidad y de odio durante el proceso, del que siempre resulta un culpable y llega a veces a dañar a los miembros de la pareja y sobre todo a los hijos en el caso de que los haya. El divorcio es la comprobación de un fracaso, el fracaso en el matrimonio, por lo tanto es imposible reducir el problema del divorcio al divorcio mismo, es decir que el proceso del divorcio no es el acto legal en si, sino todos los aspectos emocionales, afectivos y sociales que se encuentran involucrados.

Así, en el caso de una elección destructiva, cuando es elegida de una manera no consciente o no razonada, puede llevar a un sinfín de problemas, primero en la desvalorización de cada uno de los miembros de la pareja, no existiendo crecimiento individual y de pareja, posteriormente ocasionando que el sistema sea dividido para fines de sobrevivencia individual. Mientras que una elección constructiva puede llevar al individuo a un crecimiento dentro de la relación y a una consolidación del matrimonio, en el cual el nuevo sistema funciona de manera regulada.

Estas situaciones pudieran parecer casos extremos por no dedicar un tiempo razonable a la elección de la pareja. Los motivos por los que se hace determinado tipo de relación se han mencionado a lo largo de todo el trabajo, pero antes de finalizar este capítulo es importante recordar que si una persona está normalmente desarrollada y es congruente con lo que piensa y con lo que hace, se verá atraída por miembros del sexo opuesto que estén igualmente desarrollados y sean congruentes, ya que:

- No se puede dar lo que no se posee.
- No se puede enseñar lo que no se entiende.
- No se puede saber lo que no se estudia.
- No se puede apreciar lo que no se reconoce.
- No se puede dudar de aquello en lo que uno desea confiar.
- No se puede admitir aquello ante lo que uno no se rinde.
- No se puede vivir aquello a lo que uno no se dedica.

Las generaciones jóvenes según Cáseres y Escudero (1994), no se casan para satisfacer necesidades sexuales, económicas o sociales únicamente, como antes, sino que también para alcanzar satisfacciones psicológicas, por lo que tienen mayor importancia las necesidades de realización: compañía, apoyo emocional mutuo, vida hogareña y relaciones íntimas. Los individuos que contraen matrimonio aún prometen amarse y respetarse uno al otro, lo hacen con ciertas expectativas de fidelidad, seguridad, permanencia y de los roles prescritos tanto para el marido como para la esposa. Sin embargo, en la actualidad una gran cantidad de parejas a nivel individual, social y cultural reflejan no sentirse realizadas y sus expectativas no se encuentran cubiertas.

Si se quiere alcanzar estas necesidades de realización, se exigirá como premisa una educación intensiva para la libertad. Los jóvenes deberían adquirir, en un proceso educativo iniciado en la edad temprana, la competencia necesaria para poder decidir con responsabilidad cómo les gustaría conformar su vida sexual, la relación con su pareja, la fijación de los objetivos en ella, o la distribución de los papeles dentro de ella y principalmente la creación de una familia. Sin embargo actualmente carecen de esa educación por lo que los jóvenes no tienen seguridad para la elección de una pareja, ya que en muchas ocasiones no se distinguen los elementos que pueden influir en la elección como lo son: la familia, la cultura y educación, la construcción del concepto de pareja, el concepto que se tienen de hombre y de mujer, la historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en el que se desenvuelven las personas y la sexualidad. Por lo que es importante que en el proceso de educación hacia el crecimiento y desarrollo humano se fomente una cultura de prevención para la desintegración familiar.

Hay datos financieros que indican que se pueden ahorrar sustanciosas cantidades de dinero y tiempo que se emplean en el tratamiento de problemas familiares mediante la inversión de una fracción de esos fondos en la prevención de problemas familiares (Cáseres y Escudero, 1994). Para la solución de problemas de pareja se necesitan recursos y habilidades muy semejantes, recursos que pueden promoverse desde edades tempranas y que no sólo tienen que ver con la información-educación sexual, sino con una tarea mucho más amplia como lo es aprender a elegir de manera consciente lo que se quiere para la vida y la pareja.

En relación con el tratamiento de los problemas específicos de la relación de pareja, por lo general consisten en intervenciones que se realizan cuando los problemas son muy acuciantes o cuando las repercusiones sobre los hijos comienzan a ser patentes. En ese punto los problemas de pareja, las pautas conflictivas y dolorosas de la relación, que se incrustan en la vida de pareja durante un proceso a veces muy prolongado, son difíciles de cambiar. Incluso reducir el nivel de tensión y conflicto, puede ser complicado en esta situación. Ante esto hay profesionales que plantean y justifican la necesidad de un enfoque preventivo en la etapa del noviazgo.

Como señala Markman (citado en Cáseres y Escudero, 1994) hay elementos que abonan el terreno para la eficacia de intervenciones tempranas durante el noviazgo:

- a. En esta etapa no se dan todavía pautas exacerbadas de interacción destructiva.
- b. Las parejas están más inmersas en su relación de lo que estarán años después, esto aumenta la motivación para trabajar aspectos de su relación.
- c. Debido al mayor nivel de motivación y al menor nivel de conflicto que ocurren en periodos como la transición al matrimonio o el comienzo de consolidar una convivencia de pareja estable, la capacidad de aprender habilidades y a modificar comportamientos en la relación es mayor.

La experiencia, en esos periodos iniciales de la relación, de aprender a ser eficaces en los problemas de ésta puede crear un sentido de confianza en la capacidad de solucionar problemas que al paso del tiempo se suscitarán o simplemente poder detener una situación disfuncional a tiempo. Por lo que en el siguiente capítulo se presentará una propuesta de trabajo que consiste en la aplicación de un taller dirigido a jóvenes en edades tempranas, que están en la búsqueda o proceso de elección de una pareja.

CAPÍTULO

6

Taller: "¿Cómo elegir a mi pareja?"

6.1 Justificación

Un fenómeno que parece contradictorio es que actualmente la elección de la pareja se hace de manera voluntaria, bajo la responsabilidad de cada individuo, con lo que se esperaría que funcionaran mejor las relaciones, pero el número de problemas y separaciones aumenta día con día, caracterizando la época, por un periodo de crisis familiar y conyugal (Buber, 1994). Sin embargo, la elección de pareja es una tarea muy importante, pero poco se ha trabajado en esa área, por lo que, con mayor frecuencia se presenta el fenómeno de la desintegración familiar, que se puede entender como: la división de las partes que la conforman y es originada principalmente por la separación de la pareja, que es el núcleo de la familia, teniendo consecuencias que pueden ser irreversibles o que no pueden tener reparación dentro del grupo.

Por lo tanto en este apartado se describe la aplicación de un taller informativo - formativo, con la finalidad de prevenir la desintegración familiar, a partir de un autoconocimiento que les permita distinguir qué factores o elementos están determinando su elección de pareja. El cual se realizó en un ambiente escolar con jóvenes, debido a la

dificultad de trabajar directamente con familias, además de que están en una etapa de formación y toma de decisiones en relación a la pareja.

6. 2 Título

¿Cómo elegir a mi pareja?

6. 3 Pregunta de investigación

¿Puede ser la elección de pareja un medio para prevenir la desintegración familiar?

6.4 Objetivo del taller

Que los participantes, a partir de un autoconocimiento identifiquen los elementos que influyen en la elección de pareja, como medio para la prevención primaria de la desintegración familiar.

6. 5 Hipótesis

Si los participantes identifican los elementos que influyen en la elección de pareja, a partir de un autoconocimiento, entonces podrán adquirir la posibilidad de prevenir la desintegración familiar.

6. 6 Hipótesis nula

Si los participantes no identifican los elementos que influyen en la elección de pareja, a partir de un autoconocimiento, entonces no podrán adquirir la posibilidad de prevenir la desintegración familiar.

6.7 Diseño experimental

Fue un estudio preexperimental, con un diseño Pretest-Postest (Hernández y cols. 1997).

G	O ₁	X	O ₂
Grupo	Evaluación	Intervención	Evaluación

A un grupo se le aplicó una prueba previa al estímulo o tratamiento, en este caso el taller y al finalizar el mismo se aplicó la misma prueba que al inicio.

6.8 Metodología

6.8.1 Sujetos

Se aplicó el taller a una población de 15 estudiantes, solteros, con una edad media de 21.6 años.

6.8.2 Situación experimental

Se realizó en un salón con sillas, con iluminación y ventilación adecuada, del área de psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, perteneciente a la Universidad Nacional Autónoma de México.

6.8.3. Materiales

- ✘ Trípticos
- ✘ Cuadernillos
- ✘ Letreros
- ✘ Dibujos
- ✘ Tarjetas para gafetes

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

- ✕ Marcadores
- ✕ Hojas blancas
- ✕ Lápices
- ✕ Rotafolios

6. 8. 4. Instrumentos

Un cuestionario para evaluar los conocimientos y conceptos de cada uno de los elementos que influyen en la elección de pareja al inicio y al final del taller (Ver anexo 1). Los elementos y las preguntas que corresponden a cada uno de ellos se dividieron en 13 rubros, como se presentan en la TABLA 6.1.

TABLA 6.1 Preguntas correspondientes a cada uno de los rubros del cuestionario "Elección de Pareja".

RUBROS	PREGUNTAS
Familia	1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7.
Construcción del concepto de pareja	8, 9, 10, 11, 12, 13 y 14.
Concepto del hombre y mujer	15, 16, 17 y 18.
Historia de vida	19, 20, 21, 22 y 23.
Autoconcepto	24, 25 y 26.
Amigos	27.
Medio en el que se desenvuelven	28.
Educación	29 y 30.
Sexualidad	31 y 32.
Relaciones constructivas	33, 34, 35 y 36.
Relaciones destructivas	37, 38, 39 y 40.
Noviazgo	41, 42, 43 y 44.
Importancia de la elección	45.

El tipo de preguntas que contenía el cuestionario eran cerradas (1 y 2) y abiertas (de la 3 a la 45).

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

El análisis de la información que se obtuvo del cuestionario, se realizó de la siguiente forma:

1. Por pregunta.
2. Se obtuvo la frecuencia de cada una de las respuestas.
3. Se codificaron las respuestas que se presentaron con mayor frecuencia (patrones generales de respuesta).
4. Se clasificaron las respuestas elegidas en cada rubro, de acuerdo con un criterio lógico, cuidando que fueran mutuamente excluyentes.

La representación de los datos se hizo a partir de tablas y gráficas, según fuera conveniente y se analizaron las mismas.

6. 8. 5 Formas de muestreo

La elección de la muestra fue no aleatoria intencional, ya que la participación no fue al azar y los criterios de inclusión de la muestra fueron:

- Participación voluntaria.
- La edad de los participantes (18 a 25 años).
- Alumnos de las diferentes carreras que se imparten en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala.
- Tener el 100% de asistencia al taller.

Los criterios de exclusión fueron, el no cumplir con alguno de los criterios de inclusión.

El análisis de los resultados se realizó de manera cualitativa y cuantitativa, de acuerdo al pretest - postest y por sesión.

6. 8. 6. Programa

Sesión 1. "Presentación"

Sesión 2. "Antecedentes históricos de la pareja y sus características"

Sesión 3. "Concepto de pareja"

Sesión 4. "Mi historia de vida"

Sesión 5. "La familia, la cultura, construcción del concepto de pareja, concepto de hombre-mujer, historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en el que se desenvuelve, la educación y la sexualidad como elementos que influyen en la elección de pareja"

Sesión 6. "El perdón"

Sesión 7. "El proceso del noviazgo"

Sesión 8. " El noviazgo como sistema y subsistema de la familia"

Sesión 9. "Elección destructiva"

Sesión 10. "Elección constructiva"

Sesión 11. "Importancia de la elección de pareja"

Sesión 12. "Evaluación y cierre del taller"

6.8.7. Procedimiento

El taller se realizó en 12 sesiones, con una duración de 2 horas por sesión y sólo la sesión 5 tuvo una duración de 3 hrs. por su contenido. En cada una de ellas se utilizaron técnicas vivenciales y se les dejaron actividades para que las realizaran en casa y las presentaran en las sesiones. A continuación se hará una descripción por sesión:

Sesión 1: "Presentación"

Objetivo específico:

Los participantes realizarán una evaluación sobre sus conocimientos y conceptos relacionados a la elección de pareja.

Al inicio de la sesión se realizó una presentación de cada uno de los participantes, a través de las técnicas "El Gáfe" y "Conejos y conejeras" (Ver anexo 2). Posteriormente se les pidió que escribieran en una tarjeta (previamente dada), las expectativas que tenían hacia el taller y que lo compartieran con todo el grupo.

Se realizó la aplicación del cuestionario "Elección de pareja" (Ver anexo 1), se les indicó que leyeran las instrucciones y si tenían alguna duda podían preguntar a cualquiera de los coordinadores, recordándoles que contestaran de forma honesta ya que los datos que se obtuvieran eran confidenciales y eran únicamente para saber qué era lo que pensaban o sabían acerca de la elección de pareja.

Terminada la aplicación se hizo la presentación del programa del taller, retomando las expectativas, y se aclaró que algunas se podían cumplir y otras quedarían fuera, por el objetivo del mismo taller.

Posteriormente se les explicó la importancia de establecer reglas y normas en el grupo para que éste pudiera ser funcional, mencionándoles que existían reglas implícitas y

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

explícitas. Las explícitas eran todas aquellas que se tenían que declarar para que se cumplieran; las implícitas, todas aquellas que se realizaran aunque no se hablaran.

En el transcurso del taller fue necesario que existieran reglas explícitas. Sólo que los participantes fueron quienes las establecieron para que también pudieran respetarlas. Para realizarlas trabajaron en equipo y escribieron las reglas propuestas en un rotafolio. Las que propusieron los coordinadores fueron: confidencialidad y compromiso, las demás fueron propuestas por los participantes, las cuales se presentan en resultados por sesión.

Para finalizar, se les indicó que la actividad para la siguiente sesión era, observar a una pareja que les agradara, que escribieran las características que veían en ella y se les pidió que trajeran 2 revistas, un pegamento y unas tijeras; por último, se realizó la técnica "Las lanchas" (Ver anexo 2).

Sesión 2: "Antecedentes históricos de la pareja y sus características"

Objetivo específico:

Los participantes identificarán los antecedentes históricos de la pareja y algunas características de la misma.

Al comienzo de la sesión se realizó la técnica de "Cóctel de frutas" (Ver anexo 1), y se recordó a los participantes que la sesión anterior (sesión 1), fue para que se conocieran. Posteriormente se hizo la retroalimentación de la sesión anterior, donde conocieron el contenido del taller y se establecieron las normas y reglas necesarias para la aplicación del mismo.

Se dio una breve introducción a los participantes de la evolución de la pareja. Resaltando que la pareja actual surgió como evolución de ésta y como una forma de funcionamiento social. Posteriormente se les proporcionaron letreros que contuvieran el nombre de cada uno de los periodos históricos y se fueron explicando algunos aspectos de cada época, como a continuación se presentan:

> Código de Hamurabi

- Estaba conformado por clanes matriarcales.
- Se distinguieron tres formas de grupo:
 - En la primera, los hijos pertenecían a la madre poliandria.
 - En la segunda, la familia es la biandria.
 - En la tercera, Hamurabi instauro la monogamia.
- La mujer debía tener hijos, sino, era repudiada o para no serlo tenía que procurar una esclava para su marido y que éste tuviera hijos.
- El divorcio era permitido.
- Si la mujer enviudaba se podía volver a casar.

> Antiguo testamento

- El hogar era un lugar de culto, dirigido por la mujer.
- La mujer era la responsable de transmitir las tradiciones familiares a los hijos.
- El hombre se encargaba de mantener a la familia y ejercer el poder sobre su esposa.
- El matrimonio era unido por Dios y tenía triple finalidad:
 1. Asegura la perennidad.
 2. Evitar la soledad.
 3. Permitir la dicha de la pareja.
- El adulterio era castigado con la muerte.
- La monogamia era regla.
- La mujer podía ejercer un oficio.

> Cultura china

- El hombre debía de ser equitativo y altruista.
- Se diferenció el principio varón (Yin) y el principio hembra (Yang).
- La mujer no tenía derechos.
- Se le permitía al hombre la poligamia.
- El matrimonio se celebraba con sólo el consentimiento del padre de la novia, sin ceremonia.

- Las viudas no podían contraer segundas nupcias.
 - Las esposas estaban bajo el yugo del marido.
- Antigua Grecia.
- La mujer no participaba en la vida pública, por ejemplo: no asistía a la escuela, no asistían a los juegos olímpicos, etc.
 - En el seno de la familia la mujer gozaba de estima y respeto.
 - El padre asignaba el marido a su hija.
 - La sucesión de bienes se transmitía sólo a los hijos varones.
- Imperio Romano
- La base de la sociedad era la familia.
 - La mujer se casaba entre los 20 y 50 años y los varones entre los 25 y 60 años.
 - La mujer debía tener por lo menos tres hijos.
 - Se prohibían los matrimonios incestuosos.
 - La mujer antes de casarse quedaba bajo la tutela del padre.
 - Había dos tipos de matrimonio: el *Cum Manu* (La mujer vivía con los padres del esposo y no tenía derechos) y el *Sine Manu* (La mujer vivía en la casa de sus padres y conservaba algunos derechos).
- Derecho canónico
- La familia era reglamentada por la autoridad de la iglesia.
 - En el caso de la mujer, era importante que fuera virgen para poder casarse.
 - La mujer tenía un jefe en la persona del marido.
 - El matrimonio era considerado un sacramento, por lo que era indisoluble, perpetuo y consagrado.
 - No se permitía el adulterio, el divorcio y el aborto.
- Islam
- Los hombres podían tener más de una pareja, sin embargo se le daba preferencia a la monogamia.

- El hombre tenía que tratar bien a la mujer.
- Si una pareja quería divorciarse, sólo los padres de ambos decidían si era posible o no.

➤ El Renacimiento y la reforma

- La mujer está apartada de la sociedad.
- La mujer tenía un lugar eminente en la sociedad.

➤ Francia, desde el siglo XVII, hasta la revolución.

- Las mujeres toman parte activa en la vida social.
- Todos los ciudadanos podían ser admitidos en cualquier empleo, sin que los discriminaran por pertenecer a una clase social en particular.

➤ En México

a) *México prehispánico*

- La mujer se encargaba de la cosecha, la crianza de los hijos y el hogar.
- El hombre se dedicaba a la caza de animales.
- Hombres y mujeres cuando estaban en su comunidad se encargaban de confeccionar utensilios o armas para cazar.
- No tenían relaciones sexuales si la mujer se encontraba menstruando.
- Era permitida la poligamia y la monogamia.

b) *Siglo XVIII y XIX*

- El hombre proporcionaba casa, vestido y sustento. El tipo de trabajo que desempeñaba, dependía de la clase social a la que perteneciera.
- La mujer podía acusar a su esposo ante los tribunales civiles, si éste era cruel o infiel con ella.
- Aunque se podía solicitar el divorcio, era muy difícil que un tribunal lo autorizara.

c) *México actual*

- La mujer tiene derecho a la educación y al campo laboral.
- La educación de los hijos es compartida por la pareja.
- Se permite la planificación familiar.
- Se han facilitado las actividades domésticas de la mujer, con la invención de aparatos electrodomésticos.
- La mujer puede ser más independiente de su pareja económicamente.
- La elección se realiza de manera voluntaria.
- El matrimonio es tomado como una compañía.
- Es una época caracterizada por periodo de crisis conyugal y familiar.

A medida que se fue explicando cada uno de los periodos, se les pidió que pasaran a colocar los carteles en el pizarrón que contenían los mismos.

Partiendo de la conceptualización actual de la pareja, se les indicó a los participantes que se realizará la técnica del "Collage" (Ver anexo 3), para identificar las características de la pareja. Sobre las características de la pareja se explicó:

◆ *Atracción física*

- Incluye todo lo que se desea del aspecto físico.
- La edad, estructura corporal, color de piel, rasgos faciales, estatura, arreglo físico, etc.

◆ *Atracción intelectual*

- Compartir actividades, conocimientos, una ideología o metas.
- Actividades de interés para ambos.

◆ *Atracción afectiva*

- Manifestación.
- Transmisión.
- Mensaje afectuoso.

➔ *Comunicación*

- Transmisión de ideas, pensamientos, sentimientos, responsabilidades.
- Contacto.
- Lenguaje oral.
- Lenguaje corporal.

➔ *Empatía*

- Interiorizar al máximo sentimientos y deseos.
- Involucración y conocimiento activo.
- Ponerse en los zapatos del otro.

➔ *Respeto*

- La convicción de que se es individuo por si mismo.
- Igualdad de derechos y obligaciones.

➔ *Retroalimentación*

- Necesidad permanente.
- Abrir espacios semanales .
- ¿Cómo me siento yo conmigo mismo (a)?.
- ¿Cómo me siento yo contigo?.
- ¿Cómo siento a nuestra pareja?.

Mientras se les explicaba cada uno de estos elementos se pegaron en el pizarrón unas tiras de papel con la leyenda de cada una de las características.

Ya identificadas las características, se les aplicó la técnica "El doble círculo" (Ver anexo 3), para que ellos identificaran las características que les gustaría tuviera su pareja. Al terminar la técnica se les pidió que las escribieran en una tarjeta y posteriormente que lo compartieran.

Se les pidieron las siguientes actividades para casa: 1. Que se vieran al espejo desnudos y estuvieran muy presentes a lo que sentían o pensaban, y 2. Que realizarán un collage sobre las características de su pareja que querían a futuro. Se cerró la sesión haciendo un análisis de cómo algunas de las características de la pareja han permanecido a través de la historia hasta la actualidad y cómo otras han desaparecido. Finalmente se realizó la técnica "El cien pies" (Ver anexo 3).

Sesión 3: "Concepto de pareja"

Objetivo específico:

Los participantes analizarán las características de la pareja a partir de su propia definición de pareja.

Se comenzó con la técnica "Se murió Chicho" (Ver anexo 4) y la retroalimentación de la sesión anterior (sesión 2), sobre los antecedentes históricos de la pareja y el concepto general que se tienen sobre la misma. Se revisó la actividad que se les había dejado para casa.

La técnica de "Relajación: Visualizarme Como Soy" (Ver anexo 4), se realizó posteriormente y tuvo como objetivo, que los participantes visualizaran:

- a) Aquellas características que ellos consideraban tener.
- b) Los comportamientos que tenían con los demás.
- c) Lo que estaban dispuestos a compartir, de sí mismos.
- d) Lo que no compartían o no estaban dispuestos a compartir.
- e) Y que identificaran que les impedía compartirlo.

Una vez terminada la técnica, se realizó la técnica "El iceberg" (Ver anexo 4). En ella se le entregó a cada participante dos hojas con un iceberg dibujado, uno se refería al iceberg individual y el otro el iceberg de la pareja en donde deberán contestar:

Iceberg individual:

- ✍ Aquellas cosas que todos veían de ellos.
- ✍ Los aspectos que sólo algunas personas conocían.
- ✍ Lo que nadie sabía.
- ✍ En otro recuadro escribieron ¿Por qué?, dando respuesta a cada una de las preguntas anteriores.

Posteriormente, contestaron la hoja del Iceberg de la pareja, lo siguiente:

- ✍ Lo que todos sabían de él o ella.
- ✍ Lo que tu sabías de él o ella.
- ✍ Lo que nadie sabía de él o ella.
- ✍ En otro recuadro escribieron ¿Por qué?, dando respuesta a cada una de las preguntas anteriores.

Ya realizados los iceberg de cada participante y el de su pareja, se dio la instrucción de que lo compartieran en equipos de dos personas, posteriormente con todo el grupo. Se les indicó que observarían las dos hojas, y se les preguntó ¿Qué tan honestos (as) habían sido con su pareja? y ¿Qué tan honesto (a) había sido su pareja con ellos?. Retomando las definiciones que los participantes mencionaron la sesión anterior, se les mencionó, que compararían lo escrito en la sesión anterior sobre el concepto de pareja, con el iceberg de la pareja y que reflexionarían: ¿Qué tanto coincidía lo que deseaban, con lo que han tenido en sus relaciones?.

Al terminar de compartir los participantes, se les expusieron algunos elementos que tenían el concepto de pareja:

En la definición de pareja se retomaron los siguientes elementos :

- ◆ Es un proceso.

- ◆ Es una relación entre dos personas.
- ◆ Con lazos emocionales.
- ◆ Cada una de las personas tienen vida propia.
- ◆ Cada persona se debe preocupar por su propio ser y el ser del otro.
- ◆ Hay un conocimiento individual y posteriormente de la otra persona.
- ◆ Es una unión voluntaria.
- ◆ Tienen metas en común.
- ◆ Tienen igualdad de derechos.
- ◆ Tienen toma de decisión.
- ◆ Se preocupan por la resolución de conflictos.
- ◆ En la relación puede haber una unión de tipo legal o no haberla.

La actividad que se les pidió para la siguiente sesión fue:

- ★ Que escribieran en su cuadernillo el concepto que tenían sobre el Hombre y la Mujer.
- ★ Que pensarán en su historia de vida.
- ★ Que vieran la película "Línea Mortal".

Mientras que en el pizarrón se pegaron tiras de papel con las leyendas de las características antes mencionadas.

Para finalizar la sesión se realizó la técnica "100 formas de caminar" (Ver anexo 4).

Sesión 4: "Mi historia de vida"

Objetivo específico:

Los participantes recordaran y relataran eventos de su historia de vida importantes.

Se inició la sesión con la técnica de integración "El cartero" (Ver anexo 5). Se hizo la retroalimentación de la sesión anterior (sesión 3), en donde se vieron las características de la pareja en general y las propias, así como la definición de pareja.

Terminada la retroalimentación, se centró a los participantes en la elección de pareja y los elementos de nuestra vida, que influyen en la elección de pareja. Se comenzó por presentar lo que en el taller se iba a entender por elección de pareja:

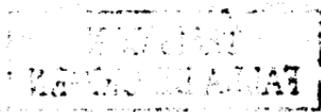
"Es el acto de escoger o preferir a una persona determinada por distintos factores (familia, cultura, construcción del concepto de pareja, concepto de hombre-mujer, historia de vida, autoconcepto, amigos, medio en que se desenvuelve, educación y sexualidad), en el que se necesita una toma de decisiones, partiendo del reconocimiento y aceptación personal y de la persona elegida."

Después se inició con el análisis de la película "Línea Mortal". Se indicó a los participantes que:

- Narraran la película.
- Explicaran cómo se relaciona la película con la sesión.
- Identificaran la función que tiene la familia y la historia de vida de cada uno de los personajes con la situación que se presentaba.

Posterior al del análisis de la película se les indicó a los participantes que se dividieran en dos equipos con el mismo número de participantes, para compartir parte de su historia de vida y su historia familiar que hubieran sido significativos (cada uno de estos equipos estuvo dirigido por un coordinador).

Es importante mencionar que sólo la mitad del grupo comentó su historia de vida en esta sesión.



La actividad que tuvieron para la siguiente sesión fue:

1. Ver la película de la "Sociedad de los poetas muertos".
2. Hacer su genograma familiar.

Por último se realizó la técnica de "Relajación 2". (Ver anexo 5).

Sesión 5: "La familia, la cultura, la construcción del concepto de pareja, concepto de hombre mujer, la historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en que se desenvuelve, la educación y la sexualidad como elementos que influyen en la elección de pareja"

Objetivo específico:

Los participantes identificarán de qué manera y cómo influyen la familia, la cultura, la construcción del concepto de pareja, concepto de hombre mujer, la historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en que se desenvuelve, la educación y la sexualidad en la elección de pareja.

Se realizó la técnica de "Romper globos" (Ver anexo 6) y se comenzó directamente a trabajar con las historias de vida de los participantes que faltaban.

Una vez que se terminaron de compartir las historias de vida, se realizó un breve análisis de la película "Sociedad de los poetas muertos" de acuerdo a los siguientes puntos:

- Identifiquen la función que tienen los amigos en la elección de cada uno de los personajes.
- Cómo influyen los papás.
- Cómo es su medio.
- Cómo manejan su sexualidad.

Al finalizar el análisis, los participantes explicaron su genograma y lo compartieron de forma breve con el grupo.

Posteriormente se dio una breve explicación de cada uno de los elementos que influyen en la elección de la pareja, retomando parte de lo que ellos habían compartido en su historia de vida.

⊙ Familia:

- Esta recrea y transmite los valores, normas y actitudes que van a condicionar y orientar la conducta individual y social de sus miembros.
- El individuo que crece dentro o fuera de una familia crea sus propias interpretaciones o significados, creando también una interpretación acerca de lo que es una pareja, y de las funciones que realiza cada uno de los miembros que la integra, así como los roles que jugará dentro de la misma.
- Cuando se es pequeño las cogniciones que se aprenden no las cuestionas, sólo las adaptas para ti mismo y las proyectas con tus acciones.
- Cuando crecemos y creemos que estamos listos para relacionarnos con el mundo, lo que regularmente se busca es a alguien que se identifique con lo que nosotros creemos, porque eso fue lo que se aprendió en casa o lo que regula tu propio sistema familiar, por lo tanto, en una elección de pareja, indudablemente va a influir la familia.

⊙ Cultura

- Las familias no existen en un vacío social, y la estructura de cualquiera de ellas esta parcialmente determinada por la cultura específica en que se mueve.
- Las normas sociales que han determinado durante años el papel del hombre y de la mujer han fijado legalmente la forma de matrimonio y de la familia y han conducido la vida sexual por distintos caminos, influenciadas por las creencias adquiridas en la cultura.

- Alrededor de la relación de pareja existe un gran número de creencias y mitos que emanan de una sociedad, y que llevan algún tipo de explicación del fracaso o éxito en las relaciones.
- ⊙ Construcción del concepto de pareja
 - Existe un concepto de pareja que es diferente para cada individuo y que es único.
 - La construcción de este concepto está en relación a lo que cada persona concibe, a través de sus experiencias, su propio concepto o expectativas sobre la pareja.
- ⊙ Concepto de hombre-mujer
 - Los efectos psíquicos de la estratificación de género afectan a hombres y mujeres de manera diferente.
 - La inquietud respecto del poder y las demandas asociadas al género, provocan consecuencias en el bienestar personal y la autoestima, factores que influyen en la toma de decisiones.
- ⊙ Historia de vida
 - La historia de vida abarca todas las experiencias y acontecimientos que el individuo ha tenido a lo largo de su vida y que hayan sido significativos o no, formando parte de todas las etapas de su vida.
 - La elección de la pareja, está sobredeterminada por la relación que el sujeto ha tenido con sus padres.
- ⊙ Autoconcepto:
 - Es el significado o imagen que una persona tiene de sí misma, generalmente de forma consciente.
 - Se refiere al sentido de identidad.
 - Las formas como se quisiera ser percibido y es percibido.
 - Está relacionado con la autoestima.
 - Se desarrolla mediante un proceso de maduración biopsicosocial, vinculado por procesos educativos.

⊙ Amigos:

- Relaciones externas a la pareja.
- pueden ejercer alguna influencia de aceptación o rechazo.

⊙ Medio en el que se desenvuelven:

- Ambiente en el que cada uno de los miembros se desarrolla.
- Lugar donde se desarrolla el cortejo.

⊙ Educación

- Se adquiere en la familia.
- Es un proceso de aprendizaje.
- Forma a los individuos como personas independientes y responsables.
- Ayuda a que elijas.

⊙ Sexualidad

- Es el uso y comprensión de la propia sexualidad y el de la pareja.
- Hay libertad para elegir las prácticas sexuales.
- Se decide si se siguen impulsos.
- Se involucra un cuestionamiento honesto de los valores que se tienen.

Mientras se explicaba cada uno de los elementos, en el pizarrón pegaron letreros con las leyendas de los elementos.

Al finalizar la explicación se les indicó que se trabajaría con la "Figura humana" (Ver anexo 6).

Por último se les dejó como actividad para realizar en casa, la primera parte de la técnica "La máscara" (Ver anexo 7), y se cerró con la técnica "Canción de las vocales" (Ver anexo 6).

TESIS CON
 FALLA DE ORIGEN

Sesión 6: "El perdón"**Objetivo específico:**

Los participantes vivenciarán el perdón con ellos mismos y sus padres como proceso importante para la elección de pareja.

Se inició la sesión con la técnica de "El péndulo" y "Caída libre" (Ver anexo 7). Después se hizo la retroalimentación de lo visto en la sesión anterior, retomando los diez elementos que influyen en la elección de la pareja (La familia, la cultura, la construcción del concepto de pareja, concepto de hombre mujer, la historia de vida, el autoconocimiento, amigos, medio en el que se desenvuelve, educación y sexualidad).

Se introdujo al tema de la sesión, comenzando a hablar de la importancia de el perdón a tres niveles necesarios para la elección de la pareja, como son:

- ◊ Primer nivel: perdón a uno mismo.
- ◊ Segundo nivel: perdón a los padres.
- ◊ Tercer nivel: perdón a las demás personas que los rodean.

Una vez que quedó claro la importancia de la reconciliación, se realizará la técnica "Relajación del perdón" (Ver anexo 7), para iniciar un proceso de perdón en los tres niveles antes mencionados.

En el momento de realizar la segunda y tercera parte de la técnica "La máscara" (Ver anexo 7), se hizo una reflexión sobre:

1. La importancia de liberarse de los sentimientos negativos (rencor, odio, resentimiento, etc.).
2. Cómo influyen los sentimientos antes descritos en la elección de la pareja.
3. En caso de liberarse de sus sentimientos negativos, sus consecuencias positivas que puede tener.

Ya terminada la técnica de “La Máscara” se les pidió a los participantes que compartieran, de acuerdo a las siguiente preguntas:

- ¿Todos pudieron hacer la relajación?
- ¿Cuál fue su vivencia?
- ¿Les fue difícil reconciliarse con alguien?, ¿Quién? ¿Por qué?

Por último se realizó la técnica “El color café” (Ver anexo 7) para animarlos.

Sesión 7: *“El proceso del Noviazgo”*

Objetivo específico:

Los participantes identificarán las etapas que se presentan durante el noviazgo, para llegar a una elección definitiva de la pareja.

La sesión comenzó con la técnica “El Rally” (Ver anexo 8). Se retomó la sesión anterior (sesión 6), en la que se vivenció el proceso de perdonar, principalmente perdonarse a si mismos, a los padres y a las personas con las que se convive. Se mencionó que en esta sesión se presentarían las etapas de formación del noviazgo:

La primera etapa es la del *inicio*, para explicar esta etapa se les pidió a los participantes que compartieran como se sintieron al realizar la técnica “El rally”, la retroalimentación se realizó sobre los siguientes ejes:

- Por qué eligieron trabajar con esa persona.
- Cómo se organizaron para realizar las actividades.
- Qué inconvenientes tuvieron para realizarla.
- Que aprendieron de trabajar con esa persona, en la actividad.

Se les pidió a los participantes que comentaran sus experiencias, de cuando inicia una relación, qué situaciones se presentaban, que hacían ellos y la pareja, etc. Posteriormente, las coordinadoras comentaron qué características se presentaban en esta etapa, resaltando las siguientes características:

- 2 La relación tiene rasgos de amistad y de noviazgo ("aminovios").
- 2 Hay cierta frecuencia de contacto y cierto compromiso de cumplir con las citas acordadas.
- 2 Algunas veces se puede estar en compañía de un amigo o amiga sin ningún problema.
- 3 Si no se sienten cómodos la relación puede detenerse de inmediato.
- 2 Es recomendable que tenga una duración razonable en la que se puedan conocer antes de formalizar la relación, pero que tampoco dure demasiado porque sería un indicador de falta de compromiso.
- 2 Es común el enamoramiento, el cual es una emoción que se manifiesta con sensaciones, que enfatizan la búsqueda del placer, grandes ilusiones y sueños, "percepción de haber encontrado la felicidad".
- 2 En esta etapa de ilusión e idealización son más frecuentes las distorsiones, aumentando la probabilidad de ser riesgosa la toma de decisiones, respecto a un compromiso más profundo y duradero.

La segunda etapa es la de *Formación y conocimiento* para la explicación de esta etapa se realizará la técnica "La naranja" (Ver anexo 8). Al finalizar la técnica se realizó la retroalimentación, el análisis se hizo sobre los siguientes ejes:

¿Cómo se relaciona esta técnica con la relación de noviazgo?

► Si se quedaron con su naranja:

¿Por qué se quedaron con ella?

¿Qué les gusto de su naranja?

¿Qué no les gusto de su naranja?

- > Con respecto a los participantes:
 - ¿Qué tanto se conocían hasta ese momento?
 - ¿Qué les faltaba por conocer de ellos mismos?

- > Sobre su pareja:
 - ¿Qué conocían de su pareja?
 - ¿Qué es lo que les hubiera gustado conocer y no conocieron?

Retomando sus aportaciones se explicó que esta etapa era una etapa de conocerse y compartirse uno al otro. Se rescató principalmente:

- > La importancia del conocimiento personal.
- > La importancia de conocer a la otra persona.

Se les indicó a los participantes que comentarían algunas de las experiencias que habían tenido con su pareja, en esta etapa y:

- Qué sorpresas se habían encontrado.
- Qué les había agradado o desagradado de su pareja.
- Qué habían hecho ante estas situaciones.

Posteriormente las coordinadoras explicaron algunas de las características que se presentaron en esta etapa:

- ✦ Se decide la formalidad de la relación.
- ✦ Si se renueva el compromiso es útil que se fije un tiempo de duración; ya que un noviazgo eterno e indefinido encubre este temor.
- ✦ En esta etapa se conocen a los padres de la pareja.
- ✦ Se conocen en diferentes ámbitos de la vida (con la familia, en el trabajo, con los niños, en el tiempo libre, en el grupo de amigos) y verificar así, si se sienten a gusto juntos.

- ✦ Se interesan por la otra persona, se preocupan y procuran su bienestar.
- ✦ Existe un mayor compromiso.
- ✦ Los sentimientos se hacen más profundos.
- ✦ Existen deseos de cuidar, nutrir la relación.
- ✦ Los miembros hacen sacrificios por la otra persona, cuando ésto es necesario.

La tercera etapa fue la *Proyección*, para la explicación de esta etapa las coordinadoras, expusieron algunas de las características que se presentan, como lo fueron:

- Se dialoga para ver si quieren casarse o si se optará por otra opción.
- En el caso de que los dos o uno de los dos decida negativamente, deberán separarse, así uno de los dos deberá afrontar el duelo y pasar por el proceso de asimilación de los sentimientos.
- En el caso de que los dos decidan casarse han de elegir la fecha de la boda.

Fue importante resaltar que cada una de las etapas, que se describieron no tenían una duración definida, ya que el tiempo de cada una era determinada por los miembros de la pareja. Por otra parte es conveniente que la relación de pareja pase por estas etapas para que los miembros se conozcan antes de elegir una pareja de manera definitiva. En este proceso de elección, cada uno de los individuos se va conjugando con el otro, las relaciones de conocimientos se van haciendo más profundas y más sólidas y ambos, como pareja, se van insertando a diferentes sistemas, como la familia, los amigos, la comunidad, y conforme la relación avanza ellos mismos van formando un sistema de pareja.

Para finalizar la sesión se realizó la técnica "Periodicazo" (Ver anexo 8).

Sesión 8: *"Noviazgo como sistema y subsistema"*

Objetivo específico:

Los participantes reconocerán de que manera el proceso del noviazgo forma parte del sistema y subsistema de la familia.

Se inició la sesión con la técnica "El rey pide" (Ver anexo 9), así como recordar que en la sesión anterior se vio el proceso del noviazgo: el inicio, formación – conocimiento y proyección.

Después se definió lo que era un sistema familiar y cómo esta conformado:

- Un sistema es el conjunto de elementos interdependientes.
- Un sistema familiar es el conjunto de elementos (cada persona de la familia), que tienen sus cadenas de reacciones interdependientes y que contribuyen a una finalidad en común (desarrollarse). Cualquier acontecimiento que afecte a un miembro, extiende sus efectos de influencia sobre los demás.

El sistema se simbolizó con una constelación del espacio, la cual al moverse ocurrían cambios en las estrellas, modificando en la forma de la constelación. De esta manera se resaltaron la interdependencia que puede haber en los miembros de una familia y cómo se influyen.

Una vez explicado el sistema familiar, se les proporcionó a los participantes una hoja y un lápiz, y se les indicó lo siguiente:

1. Dibuja tu constelación y no olvides incluir a todos los miembros de tu familia.
2. Describe de cada uno de los miembros de tu familia:
 - ¿Cómo son?
 - ¿Cómo los percibes? y
 - ¿Cómo es tu relación con cada uno de ellos?
3. ¿Cuáles son los valores, creencias y normas que te han transmitido?

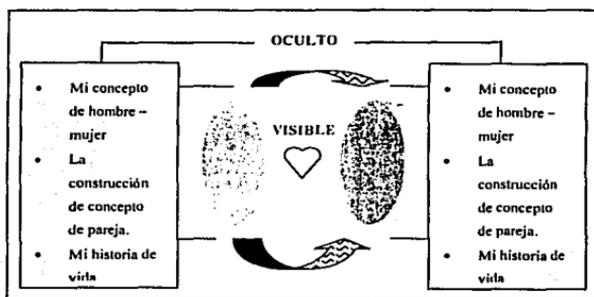
La reflexión de esta actividad, se realizó de acuerdo a como influyen en el sistema:

- ▶ Cada elemento de la familia.
- ▶ La relación que tenían los elementos entre sí.

- ▶ El cambio que tenían cualquier elemento.
- ▶ Los valores, creencias y normas aprendidos.

Con los elementos anteriores se mencionó que muchos de éstos, se llevan a una relación de pareja, en el sentido de que lo que aprendes dentro de la familia en algún momento lo repites, ya que cuando llegas con la pareja, llegas con todo lo que eres y con toda tu historia y al igual que se presentaba en la técnica del iceberg, algunas personas se unen por lo que no se ve, es decir con lo que se oculta, como se representa en la FIGURA 2.

FIGURA 2. Manera en que se relaciona la pareja.



En esta imagen puede apreciarse que las parejas a primera instancia se relacionan con lo que ven o comparten de ellos mismos sin profundizar (en la imagen, son las elipses más oscura), sólo que mientras la relación va siendo más profunda, también se relacionan con todo lo que se tiene detrás (en la imagen, es lo que está dentro del recuadro). El lugar donde se gestan las creencias, las interpretaciones son en la familia. Considerando la familia como un sistema, cuando un miembro de la familia se relaciona con otro miembro de otra familia se genera un subsistema de la familia.

Para cerrar la sesión se realizará la técnica "Teléfono descompuesto" (Ver anexo 9), y se les entregó un sobre, el cual entregaron a sus familiares y amigos, para que escribieran los aspectos positivos o negativos, que consideraban tenía el participante para la realización de la técnica "El sobre" (Ver anexo 10).

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Sesión 9: "Elección destructiva"

Objetivo específico:

Los participantes identificarán las características de una elección de pareja destructiva.

Al inicio de la sesión se realizó la técnica "Quítale la cola al compañero" (Ver anexo 10), en la que se rescataron aspectos como la competitividad, la cooperatividad, el hecho de defender lo que cada quien quería o necesitaba y detectaron algunos elementos que podían influir en el divorcio o la separación de la pareja. Se retomó la sesión anterior (Sesión 8), en la que se reconoció en el proceso de noviazgo como subsistema de la familia de origen y como sistema de una nueva familia.

Posteriormente se les preguntó a los participantes qué es lo que entendían por elección destructiva y que características tenía, las ideas que ellos aportaron se escribieron en rotafolios, y las coordinadoras expusieron la definición de una relación destructiva, entendida como: "Una relación de dos personas, donde los individuos se degradan así mismos y a la otra persona; en este tipo de relaciones se pueden presentar daños psicológicos, emocionales, e inclusive físicos que son irreparables".

Los elementos que comúnmente se presentan en las personas que viven una relación destructiva, son pensamientos, acciones o sentimientos como los siguientes:

- ⊗ La necesidad de controlar al otro.
- ⊗ Decirle como debe ser para ser amado.
- ⊗ No permitir que la persona cambie por temor a no saber como controlarlo.
- ⊗ Esperar que la otra persona llene su vacío y soledad sin hacer nada por llenarlo él mismo.
- ⊗ Refusar al compromiso para sentirse libre.

- ⊗ No compartir sentimientos y pensamientos, esperando que la otra persona identifique lo que esta necesita.
- ⊗ Necesitar al otro para estar bien.
- ⊗ No hay libertad.
- ⊗ Obsesión por retener a la pareja, aún cuando la otra persona no corresponda.
- ⊗ Estar con alguien para añadirse brillo con la imagen del otro.
- ⊗ Estar con la pareja sólo por la relación sexual, si es que la hay.
- ⊗ No hay igualdad dentro de la relación.
- ⊗ No se respeta la integridad e identidad del otro.
- ⊗ Presionar la pareja para que se tomen decisiones prematuras.
- ⊗ Alguno o ambos miembros de la pareja son rígidos.
- ⊗ Lucha de poder.
- ⊗ No hay límites establecidos.

Se les explicó que éstas características podían parecer normales en la relación, y ser permitidas e inclusive justificadas o racionalizadas para resolver la incomodidad que pudiera generar las discrepancias entre la realidad y los ideales, estos tipos de pensamientos eran pretextos, aparentemente validos, que se creaban para justificar la realidad. Sin embargo eran una forma de auto-engañó, que impedían enfrentar un hecho que se manifestaba crudamente y que harían más difícil el manejo de las situaciones posteriores. Además de que la mayoría de estos pensamientos, sentimiento o acciones están originados por:

- > Falta de confianza en sí mismo.
- > Autoestima baja.
- > Historia de vida.
- > Incomunicación de deseos, sentimiento y necesidades.
- > Miedo a establecer relaciones.

Después de esta exposición se les preguntó ¿Qué tanto se conocen a sí mismos?, y ¿Cómo están viviendo cada uno de los elementos mencionados con anterioridad?. Se realizó la técnica "El sobre" y "Lo que pienso de tí" (Ver anexo 10), se les indicó a los participantes que intercambiaran el sobre, que una sesión antes se les entregó, y que cada uno leyera sólo

el contenido de la hoja que se refería a los aspectos negativos que los demás escribieron de ellos; la hoja de los aspectos positivos, se retomó en la siguiente sesión. Cuando todos leyeron el sobre que les tocó, se les regresaron a sus dueños y se les preguntó a los participantes:

- ¿Para qué les había servido ésta información?
- ¿Qué podían generar a partir de esa información?

Se les pidió a los participantes que recordaran una de las relaciones anteriores en las que la elección de la pareja no había sido muy asertiva y se sufrió por la decisión y que detectaran:

- ⤴ ¿Qué elementos había en la relación?
- ⤴ ¿Qué influyó para que tu eligieras a esa pareja?, ¿Los amigos, la familia, otros?
- ⤴ ¿Qué creencia tenían en el momento de esa elección y también qué fue lo que hizo que se decidiera la separación?

Se reflexionó sobre qué tanto sus defectos o limitaciones influyeron para que vivieran una relación poco constructiva.

Una vez que se les dio un momento para que pensarán se les pidió que de manera voluntaria comentaran su experiencia, pero de manera retrospectiva, platicando ahora de los elementos que había en la relación y cómo sus aspectos negativos influyeron para que esa relación se terminara o se mantuviera siendo destructiva.

Al final de la explicación se realizó una técnica llamada "Cuchicheo" (Ver anexo 10), para que los participantes comentaran lo que identificaban de sí mismos y de sus relaciones a partir del contenido de esta sesión. Posteriormente se hizo un plenario general, donde tres o cuatro participantes compartieron lo que identificaron y realizaron las conclusiones finales.

Sesión 10: "Elección constructiva"

Objetivo específico:

Los participantes identificarán las características de una elección de pareja constructiva.

Al inicio de la sesión se realizó la técnica "Lazarillo" (Ver anexo 11), para resaltar la importancia de confiar y rescatar las actitudes positivas en una relación de pareja. Posteriormente se recordó que en la sesión anterior se revisó la definición de elección destructiva y se identificaron sus características.

El tema se inició explicando y definiendo la elección de pareja constructiva y se identificaron sus características de la siguiente forma:

1. De acuerdo a las características que los participantes creían tenía una elección así.
2. Complementando las características de acuerdo a la teoría, como se presenta a continuación:

- Hay reconocimiento e interés por el bienestar del otro.
- Responsabilidad y respeto por la dignidad de la persona amada.
- Crear, confiar, compartir y experimentar un verdadero compromiso con la persona amada.
- Dar libremente sin demanda.
- Hay una comunicación asertiva de pensamientos, sentimientos, planes y proyectos.
- Hay una aceptación y descubrimiento de sí mismo y del otro.
- Se eliminan las máscaras.
- Crecen a pesar de sus diferencias, porque hay una valoración interna.

Una vez descritas las características de una elección constructiva, se reconocieron los aspectos positivos de cada uno de los participantes, con la aplicación de dos técnicas:

1. "Lo que pienso de tí" (Ver anexo 10)
2. "El sobre" (Ver anexo 10)

Después se les indicó a los participantes que recordaran una relación anterior o que se refieran a la pareja actual y detectarían:

- ⊗ ¿Qué elementos positivos tenía tu relación?
- ⊗ ¿Cuáles de los elementos mencionados en las sesiones 4 y 5, influyeron, para que se dieran aspectos positivos en la relación?
- ⊗ En caso de haberse separado ¿Cuál había sido el motivo?

Sus respuestas las anotaron en una hoja y las compartieron con el grupo, haciendo un análisis en relación a: ¿Cómo han influido sus características positivas en los aspectos constructivos de su relaciones?

Para finalizar la sesión se aplicó la técnica "El cien pies" (Ver anexo 3).

Sesión 11: "Importancia de la elección de pareja"

Objetivo específico:

Los participantes comprenderán la importancia de la elección de pareja.

Al inicio se realizó la técnica "La víbora" (Ver anexo 12). Se retomaron las conclusiones de la sesión anterior (sesión 10) sobre las características de una relación constructiva. Se mencionó la importancia que tiene la elección de la pareja a partir de las consecuencias que se pueden presentar en cada una de las elecciones.

Se les indicó a los participantes que comentaran cuáles creían ellos que serían las consecuencias de una elección destructiva. Cuando terminaron, las coordinadoras

mencionaron que a través de una revisión teórica se identificaron que algunas de la consecuencias son en cuatro áreas principalmente:

a) la relación de pareja:

- _ La adaptación cuesta trabajo.
- _ La toma de decisiones son una constante batalla.
- _ Se desarrollan sensaciones de tiranía.
- _ Los sentimientos de ambos dejan de existir.
- _ Alguno o los dos miembros se sienten, engañados, deprimidos, solos, enojados, traicionados o víctimas en la relación.
- _ La comprensión se acaba.

b) En la estructura familiar

- _ Se desarrolla una familia conflictiva.
- _ Tensión en la atmósfera.
- _ Hay secretos entre los miembros de la familia.
- _ En el cuerpo y el rostro se manifiesta un conflicto existente: los cuerpos están tensos y rígidos; los rostros huraños y tristes, son inexpresivos; los ojos bajos, esquivan las miradas; los oídos no escuchan y las voces son duras, estridentes o apenas audibles.
- _ Los miembros de la familia parecen que permanecen unidos por el deber.
- _ El sentido del humor es sarcástico.
- _ Se subestima o se siente mal porque se siente así o subestima al otro.
- _ Se teme herir los sentimientos de los demás o es herido por el otro.
- _ Se preocupa o toman represalias entre los miembros.
- _ Es indiferente ante los conflictos que se presentan.
- _ No se da importancia a la persona o propiamente a la interacción.

c) Con los hijos

- Los padres tienden a ser controladores.
- Los hijos no confían en los padres.
- No hay congruencia entre lo que dicen y hacen los padres.
- No hay libertad para expresar sentimientos.

d) Desintegración familiar.

- División de las partes que conforman el sistema familiar.
- Consecuencia psicológicas, emocionales, físicas y sociales.
- Violencia.
- Separación.
- Divorcio.

Posteriormente se describió la definición de una relación constructiva. Entendida como: "Un tipo de relación en la que ambas partes están dispuestas a construir su relación y hacerla edificante para cada uno de los miembros y para la pareja en sí misma, siguiendo el proceso del noviazgo, en el que existe un afecto real y auténtico, que se manifiesta como una sana preocupación por el propio crecimiento y de la otra persona". Cuando se hace este tipo de elecciones aumenta la probabilidad de que se desarrolle una familia "nutridora", la cual tiene las siguientes características:

a) *La relación en la pareja*

- Se comprende el trabajo diario por la relación.
- Ahora la pareja comprende que son tres elementos: tu, yo y nosotros, cada uno con vida propia y cada uno haciendo posible al otro.
- La pareja depende de cómo las dos personas hagan funcionar los tres elementos.
- Se detectan tres mundos: el tuyo, el mío y el nuestro. En la pareja estos mundos, el tuyo y el mío se sobreponen dando lugar al tercer mundo: el nuestro. Lo ideal en la existencia

de los tres mundos, es buscar el equilibrio razonable de manera que ninguno de ellos predomine.

b) La estructura familiar

- Se forma un núcleo y se manifiesta en su forma de actuar.
- Hay vitalidad, sinceridad, honestidad y amor en cada uno de los miembros de la familia.
- Se escuchan y se tiene interés en los demás.
- Se permite la manifestación de sentimientos.
- Se toleran y corrigen los errores.
- Hay igualdad de derechos.
- Se sienten importantes, valorados y queridos y obviamente es reciproco.
- Inclusive se puede observar la vitalidad en los cuerpos.

c) Con los hijos

- Los hijos aun de pequeños parecen espontáneos y amables y el resto de la familia los toma en cuenta como personas.
- El papel de los padres en una familia nutridora es de guías y no de jefes.
- Hay congruencia entre lo que dicen y hacen los padres.

Al finalizar el tema se les hicieron diferentes preguntas sobre que tan real o irreal era esta propuesta, si es o no accesible, que elementos se necesitaban para alcanzar metas como las que presentaba esta propuesta. Posteriormente se les menciono a los participantes que reflexionaran sobre el tipo de relación que deseaban tener y que era lo que están dispuestos a realizar para adquirir un compromiso individual, retomando el ya realizado en la sesión anterior. Se realizó la técnica "Proyecto de vida y pareja" (Ver anexo 12).

Finalmente se aplico una técnica llamada "Camino chueco" (Ver anexo 12) en el que se retomo primero, desde lo que yo he aprendido en mi familia que podía hacer para plantear cambios, y qué hacer si se presentan los obstáculos.

Sesión 12: *"Evaluación y cierre de taller"*

Objetivo específico:

Lo participantes realizarán una evaluación general de sus conocimientos y conceptos, sobre la elección de pareja, una vez concluido el taller.

Se aplicó la técnica **"El camino al pueblo"** (Ver anexo 13), con la finalidad de reflexionar los siguientes aspectos:

1. El conocimiento no da las respuestas a todos los problemas que se presentan, sólo sirve de apoyo.
2. Los problemas pueden limitar al individuo o impulsarlo a crecer, según se elija.
3. El ser humano siempre está en constante crecimiento.

Después se concluyó el taller, resaltando la importancia del autoconocimiento para elegir a una pareja y se les pidió que compartieran:

- ▶ ¿Cuál había sido su experiencia en el taller?
- ▶ ¿Qué les dejaba el taller?

Se entregó a los participantes una hoja de **"Evaluación del taller"** (Ver anexo 13), relacionado a cuatro aspectos:

1. Importancia del tema.
2. Las modificaciones que se le podían hacer al taller.
3. Las dinámicas.
4. Los conocimientos o beneficios adquiridos en el taller.
5. Trabajo realizado por las coordinadoras.

**FALTA
PAGINA**

110 |

Sesión 1. "Presentación"

Objetivo específico:

Los participantes realizarán una evaluación sobre sus conocimientos y conceptos relacionados a la elección de pareja

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
0:00 - 0:20	Integración	Se les proporcionó a cada uno de los participantes dos tarjetas y un marcador. Se comenzó con la presentación de las coordinadoras y posteriormente de los participantes, a través de las técnicas "El gafete" y "Conejos y conejeras" (Ver anexo 2). Se les indicó que escribieran en una tarjeta las expectativas que tenían hacia el taller.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Plumones ➤ Gafetes ➤ Lápices ➤ Seguros 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ "El gafete" ➤ "Conejos y conejeras"
0:21 - 1:00	Evaluar el conocimiento de los participantes acerca de la elección de pareja a través de un cuestionario.	Se les repartió a cada uno de los participantes un "Cuestionario de elección de pareja" (Ver anexo 1) y se les dieron las siguientes instrucciones: 1. Lee bien las instrucciones y si tienes alguna duda puedes preguntar a cualquiera de los coordinadores. 2. Te pedimos que contestes de forma honesta y no te preocupes estos serán datos confidenciales y son únicamente para saber que es lo que piensas o sabes acerca de la elección de pareja.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cuestionarios de "Elección de Pareja" ➤ Lápices 	
1:01 - 1:15	Presentación del programa.	Los coordinadores hicieron una presentación del programa del taller y al mismo tiempo se retomaron las expectativas expresadas por los participantes al inicio de la sesión acerca del taller. Aclarando que algunas se cumplirían y otras quedarían fuera del mismo objetivo del taller.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Láminas de colores con el contenido de cada una de las sesiones. ➤ Cinta adhesiva. 	

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
1:16 - 1:45	Establecimiento de reglas y normas.	Los coordinadores hablaron sobre la importancia de establecer reglas y normas para el funcionamiento de cualquier grupo. Se hablo de que las reglas que se podian establecer de forma implicita o explicita. Para fines del trabajo que se realizo fue necesario que existieran reglas explicitas. Se les indicio a los participantes que ellos mismos las establecerian y para ello debieron trabajar en equipo y escribir sus conclusiones en un rotafolio.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rotafolios ✓ Marcadores ✓ Diurex. 	✓ "Trabajo en equipo"
1:46 - 1:50	Solicitar actividad	Se les solicito la actividad para la siguiente sesión: 1. Observar a una pareja que les agradara y escribieran las características que ven en ellos. 2. Traer una revista, tijeras y pegamento.		
1:51 - 2:00	Animación integración	Para finalizar la sesión se realizo la técnica "las lanchas" (Ver anexo 2).		"Las lanchas"

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Sesión 2.- "Antecedentes históricos de la pareja y sus características"

Objetivo específico:

Los participantes identificarán los antecedentes históricos de la pareja y algunas características de la misma.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:00 - 0:10	Integración	Se comenzó la sesión con la Técnica "Cóctel de frutas" (Ver anexo3)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gafetes con el dibujo de la fruta ➤ Seguros 	"Cóctel de frutas"
0:11 - 0:15	Retoolimentación de la sesión anterior.	Se retomó lo que se vio en la sesión anterior (sesión 1). Sobre el establecimiento de reglas.		
0:16- 0:35	Conocer la historia de la pareja a través de su evolución por épocas.	<p>Se dio una breve introducción a los participantes de la evolución de la pareja a través de la historia, retomando las siguientes épocas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Código de Hamurabi. ➤ Antiguo testamento ➤ Cultura china ➤ Antigua Grecia. ➤ Imperio Romano ➤ Derecho canónico ➤ Islam ➤ El Renacimiento y la reforma ➤ Francia, desde el siglo XVII, hasta la revolución. ➤ En México 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Láminas con los nombres de las épocas. 	"Exposición"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:36 - 1:15	Identificar las características de una pareja.	Una vez que se conoció como ha evolucionado la pareja a través de la historia se les pidió a los participantes que representarían en un "Collage" (Ver anexo 3), por equipos, las características de una pareja a partir de lo que ellos pensaban. Ya terminado se les pidió que pasaran a explicar sus collage y se rescataron las características que cada uno menciono anotándolas en un rotafolio. Sobre las características de la pareja se explicaron las siguientes: <ul style="list-style-type: none"> † Atracción física † Atracción intelectual † Atracción afectiva † Comunicación † Empatía † Respeto † Actualización 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Cartulinas ➢ Pegamento ➢ Revistas ➢ Tijeras ➢ Rotafolio ➢ Letreros con el nombre de las características de la pareja. 	"Collage"
1:16 - 1:45	Identificar que las características gustaría que tuviera su pareja.	Se realizó la técnica "El círculo" (Ver anexo 3) para que distinguieran y compartieran qué características físicas, intelectuales y afectivas, cada uno de los participantes, quería o buscaba en su pareja, posteriormente se les pidió que lo escribieran en una tarjeta y lo compartieran con el grupo.	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Tarjetas ➢ Lápices 	"El círculo"
1:46 - 1:50	Actividad	Se les dejó de actividad: <ol style="list-style-type: none"> 1. Verse al espejo 2. Hacer el collage de la pareja que querían. 		
1:51 - 2:00	Animación	Para cerrar la sesión se realizó la técnica "El cien pies". (Ver anexo 3)		"El cien pies".

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Sesión 3. "Concepto de pareja"

Objetivo específico:

Los participantes analizarán las características de la pareja a partir de su propia definición de pareja.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
0:00 - 0:10	Animación	Se inicio la sesión con la técnica "Se murió chico" (Ver anexo 4).	Bote Papeles con las expresiones	"Se murió chico"
0:11 - 0:15	Retroalimentación	Se recordó que en la sesión anterior (sesión 2), se revisaron los antecedentes históricos de la pareja y el concepto general que se tiene sobre la pareja.		
0:16 - 0:25	Revisión de actividad	A los participantes se les pidió que compartieran las actividades que realizaron: 1. Qué experimentaron al mirarse desnudos en el espejo. 2. Qué presentaron su Collage de la pareja.		
0:26 - 0:45	Identificación de las características individuales a través de una relajación	Se hizo una técnica de "Relajación: Visualizarme Como Soy" (Ver anexo 4). Donde ellos visualizaron aquellos aspectos o áreas, que les costaba trabajo o no compartían de ellos, sobre si mismos, y por qué.		"Relajación: Visualizarme Como Soy"
0:46 - 1:15	Escribir algunas características individuales y de pareja a través de la técnica "El iceberg"	Después de la técnica de "Relajación: Visualizarme Como Soy" se le entregó a cada participante dos hojas, una con el dibujo del Iceberg individual y otra con el Iceberg de la pareja, para que realizaran la técnica "El iceberg" (Ver anexo 4) en la que escribieron lo siguiente: a) Aquellas cosas que todos ven b) Los aspectos que sólo algunas personas conocen c) Lo que nadie sabía de ellos d) En otro recuadro escribirán, ¿por qué?, dando respuesta a cada una de las preguntas anteriores.	<ul style="list-style-type: none"> > Hoja con el iceberg personal. > Hojas con el Iceberg de la pareja > Lápices 	"El Iceberg"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
		Posteriormente, contestaron la hoja del Iceberg de la pareja, lo siguiente: a) Lo que todos sabían de él o ella. b) Lo que tu sabías de él o ella. c) Lo que nadie sabía de él o ella.		
1:16- 1:25	Comparar el concepto ideal de pareja y el concepto que los participantes han vivido	Cuando terminaron de llenar sus hojas se les invito a que compartieran primero en equipo de dos personas y luego con los demás lo escrito en las hojas. Posteriormente se les indico que observarían las dos hojas y se les pregunto: ¿Qué tan honestos (a) han sido con su pareja? ¿Qué tan honesta ha sido su pareja con ustedes? Y retomando las definiciones que los participantes mencionaron la sesión anterior, se les solicitó que compartieran lo escrito en la sesión anterior sobre el concepto de pareja, con el iceberg de la pareja y que reflexionaran, sobre qué tanto coincidía lo que deseaban, con lo que habían tenido en sus relaciones.		
1:26 - 1:45	Presentación del concepto y características de la pareja	Se expusieron algunos elementos que tiene el concepto de pareja, resaltando en la definición de pareja los siguientes elementos : <ul style="list-style-type: none"> ◆ Es un proceso. ◆ Es una relación entre dos personas. ◆ Con lazos emocionales. ◆ Cada una de las personas tienen vida propia. ◆ Cada persona se debe de preocupar por su propio ser y el ser del otro. ◆ Hay un conocimiento individual y posteriormente de la otra persona. ◆ Es una unión voluntaria. 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Letreros con las características de la pareja. ➢ Cinta adhesiva 	"Exposición"

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
		<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tienen metas en común. ◆ Tienen Igualdad de derechos. ◆ Tienen Toma de decisión. ◆ Se preocupan por la resolución de conflictos. ◆ En la relación puede haber una unión de tipo legal o no haberla. <p>Se les recordó que algunos de estos elementos se mencionaron en la sesión anterior con la técnica "El doble círculo". Mientras que se les explicó cada uno de éstos elementos y se pegaron en el pizarrón una tiras de papel con la leyenda de cada una de las características.</p>		
1:46 - 1:50	Indicación de la actividad.	<p>La actividad que se les pidió para la siguiente sesión era:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Que escribieran en su cuadernillo el concepto que tenían sobre el Hombre y la Mujer. 2. Que pensarán en su historia de vida. 3. Que vieran la película línea Mortal. 		
1:51 - 2:00	Animación e identificación de posibilidades.	Al finalizar se realizó la técnica "100 formas de caminar" (Ver anexo 4)		"100 formas de caminar"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Sesión 4.- "Mi historia de vida"

Objetivo específico:

Los participantes recordaran y relataran eventos de su historia de vida importantes.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:00 - 0:10	Animación	Se inició la sesión con la técnica "El cartero" (Ver anexo 5).		"El cartero"
0:11 - 0:20	Retroalimentación de la sesión anterior	Se recordó que en la sesión anterior (sesión 3) se revisaron: 1. El concepto de pareja 2. Las características de la pareja en general 3. Las características propias de pareja		
0:21 - 0:30	Definir elección de pareja.	Se definió elección de pareja, primero, a partir de lo que ellos entendían por elección y después lo que se iba a entender en el taller por elección de pareja a partir de la teoría.	> Lámina con la definición de elección de pareja.	"Exposición"
0:31 - 0:45	Analizar la película "Línea mortal"	Para realizar el análisis de la película "Línea Mortal" de acuerdo a lo siguiente: • Narren la película • Expliquen cómo se relaciona la película con la sesión • Identifiquen la función que tiene la familia y la historia de vida de cada uno de los personajes con la situación que se presentaba.		
0:46 - 1:50	Describir su historia de vida.	Se les indicó a los participantes que se dividieran en dos equipos, con la finalidad de que contaran su historia de vida. Cada uno de los equipos estuvo trabajando con una de las coordinadoras.		
1:51 - 1:53	Indicar actividad	La actividad que se les pidió para la siguiente sesión fue: 1. Ver la película "La sociedad de los poetas muertos". 2. Realizar su geneograma familiar.		

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
1:54 - 2:00	Relajar a los participantes.	Al final de la sesión se les aplico una técnica llamada "Relajación 2" (Ver anexo 5).		"Relajación 2"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Sesión 5: "La familia, la cultura, la construcción del concepto de pareja, concepto de hombre mujer, la historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en que se desenvuelven, la educación y la sexualidad como elementos que influyen en la elección de pareja"

Objetivo específico:

Los participantes identificarán de qué manera y cómo influyen la familia, la cultura, la construcción del concepto de pareja, concepto de hombre mujer, la historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en que se desenvuelven, la educación y la sexualidad en la elección de pareja.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:00 - 0:15	Animación.	Se inició la sesión con la técnica "Romper globos" (Ver anexo 6).	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Globos ➤ Hilo ➤ Dulces 	"Los globos"
0:16 - 1:30	Retrealimentación	Se recordó que en la sesión anterior (Sesión 4), se estuvo trabajando en las historias de vida y que en esta sesión se seguiría trabajando con la historia de vida, por lo que se les indicó que se dividieran en los mismos equipos que la sesión anterior y continuaran hablando de su historia de vida con el equipo al que se habían integrado un día antes.		
1:31 - 1:40	Analizar la película Sociedad de Los poetas muertos	<p>Se realizó una discusión sobre la película "Sociedad de los poetas muertos". Se indicó a los participantes que:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicaran cómo se relacionaba la película con la sesión • Identificaran la función que tenían los amigos en las elecciones de cada uno de los personajes. • Contestaran las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué función tenían los amigos y cómo podían influir en la elección de la pareja? - ¿Cómo manejaban su sexualidad? - ¿Cómo se percibían a ellos mismos? - ¿Cómo podía influir la educación que habían recibido en la elección de pareja? 		

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
1:41 - 1:50	Revisión de la actividad	Se les indicó a cada uno de los participantes que describan el genograma que realizaron como actividad complementaria de la sesión anterior.		
1:51 - 2:10	Identificar como influye la familia, la cultura, el concepto de pareja, el concepto hombre-mujer, la historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en el que se desenvuelven, la educación y la sexualidad en la elección de pareja	Se le entregaron a diez de los participantes una tira de papel con las leyendas de los elementos que influyen en la elección de pareja y se les pidió que mencionaran lo que entendían por cada uno, posteriormente las instructoras explicaron brevemente cada uno de los elementos, de forma teórica: <ul style="list-style-type: none"> ⊙ Familia ⊙ Cultura ⊙ Concepto de pareja ⊙ Concepto hombre-mujer ⊙ Historia de vida ⊙ Autoconcepto ⊙ Amigos ⊙ Medio en el que se desenvuelven ⊙ Educación y ⊙ Sexualidad 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Tiras de papel que contengan los 10 elementos que influyen en la elección de pareja. ➢ Cinta adhesiva 	"Exposición"
2:11 - 2:30	Distinguir qué factores de cada elemento influyen en la elección de pareja realizada por los participantes	Se realizó la técnica "Figura humana" (Ver anexo 6). Los participantes hicieron una lista de los factores, que identifican en ellos y que pertenecen a cada uno de los elementos y que han influido en sus elecciones de pareja, apoyándose en su historia de vida y en su genograma.	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Hoja con la figura humana, impresa. ➢ Lápices 	"Figura humana"
2:31 - 2:40	Actividad	Realizar la primera parte de la técnica "La máscara" (Ver anexo 7)		
2:41 - 3:00	Relajación	Por último se realizó la técnica "Canción de las vocales" (Ver anexo 6).		"Canción de las vocales"

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Sesión 6: "El perdón"

Objetivo específico:

Los participantes vivenciarán el perdón con ellos mismos y sus padres como proceso importante para la elección de pareja.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:00 - 0:20	Integración grupal	Se inició la sesión con la técnica "El péndulo" y "Caída libre" (Ver anexo 7).		"Círculo de confianza"
0:21 - 0:30	Recordar lo que se vio la sesión anterior.	Se recordó que en la sesión anterior (sesión 5) se revisaron los elementos que influyen en la elección de pareja.		
0:31 - 0:40	Distinguir la importancia del perdón para la elección de la pareja.	Se habló de la importancia del perdón en tres niveles, necesarios para la elección de la pareja: a) Primer nivel: perdón con uno mismo. b) Segundo nivel: perdón a los padres. c) Tercer nivel: perdón a la demás gente que los rodea.		"Exposición"
0:41 - 1:10	Realizar el proceso de perdón a través de una técnica de relajación.	Se realizó la técnica "Relajación del perdón" (ver anexo 7).	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Música ➤ Grabadora ➤ Espejo 	"Relajación del perdón"
1:11 - 1:40	Identificación personal.	Se realizó la segunda y tercera parte de la técnica "La máscara" (Ver anexo 7) y se reflexionará sobre: <ol style="list-style-type: none"> 1. La importancia de liberarse de los sentimientos negativos (rencor, odio, resentimiento, miedo, etc.) 2. Cómo influyen los sentimientos antes descritos en la elección de la pareja 3. En caso de liberarse de sus sentimientos negativos, sus consecuencias positivas que impacto pueden tener. 		"La máscara"

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
1:41 - 1:54	Compartir.	<p>Los participantes compartieron su vivencia de acuerdo a, si:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Todos pudieron hacer la relajación? • ¿Cuál fue su vivencia? • ¿Les fue difícil reconciliarse con alguien?, ¿A quién? ¿Por qué? • ¿Qué es lo que les deja, iniciar el proceso de reconciliación? 		
1:55 - 2:00	Animación	Por último se aplico la técnica "El color café" (Ver anexo 7).		"El color café"

TESIS CON
 FALLA DE ORIGEN

Sesión 7: "El proceso de noviazgo"

Objetivo específico:

Los participantes identificarán las etapas que se presentan durante el noviazgo, para llegar a una elección definitiva de la pareja.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:00 - 0:30	Integración	Se inició la sesión con la técnica "El rally" (Ver anexo 8).	<ul style="list-style-type: none"> > Gises > Globos > Servilletas > Dulces > Cigarros > Refrescos 	"El rally"
0:31 - 0:35	Retroalimentación	Se recordó que en la sesión anterior (sesión 6) en el que se vivenció el proceso de perdonar, principalmente perdonarse a sí mismos, a los padres y a las personas que con las que cotidianamente se convive.		
0:36 - 0:45	Identificar las características de la etapa de inicio del proceso noviazgo.	<p>La primera etapa es la del <i>inicio</i>, para explicar esta etapa de les pidió a los participantes que compartieran como se sentían al realizar la técnica "El rally", la retroalimentación se realizó sobre los siguientes ejes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Por qué elegiste trabajar con esa persona - Cómo se organizaron para realizar las actividades - Qué inconvenientes tuvieron para realizarla. - Que aprendiste de trabajar con esa persona, en esa actividad. <p>Posteriormente, se les pidió a los participantes que comentaran sus experiencias cuando iniciaban una relación, qué situaciones se presentaban, que lucían ellos y la pareja, etc.</p>		"Exposición"

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:46 - 1:20	Identificar las características de la etapa de formación y conocimiento en la relación de noviazgo.	<p>La etapa de formación y conocimiento se hizo por medio de la técnica "La naranja" (Ver anexo 8). Al finalizar la técnica se reflexionó acerca de la importancia de conocerse durante el noviazgo antes de formalizar la relación. En la retroalimentación se analizó:</p> <p>¿Cómo se relaciona esta técnica con la relación de noviazgo?</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Si se quedan con su naranja <ul style="list-style-type: none"> ¿Por qué se quedarían con ella? ¿Qué les gusta de su naranja? ¿Qué no les gusta de su naranja? ➤ Con respecto a los participantes: <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué tanto se conocen hasta ese momento? ¿Qué les falta por conocer de ellos mismos? ➤ Sobre su pareja <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué conocen de su pareja? ¿Qué es lo que les gustaría conocer? <p>Retomando sus aportaciones se explicó que esta etapa era una etapa de conocerse y compartirse uno al otro. Se rescataron principalmente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ La importancia del conocimiento personal. ➤ La importancia de conocer a la otra persona. <p>Se les indicó a los participantes que comentarían algunas de las experiencias que habían tenido con su pareja, en esta etapa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Qué sorpresas se han encontrado - Qué les a agradado o desagradó de su pareja - Qué han hecho ante estas situaciones. <p>Posteriormente las coordinadoras explicaron algunas de las características que se presentan en esta etapa, en una relación de noviazgo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Narajjas ➤ Papel higiénico 	"La naranja"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
1:21 - 1:45	Explicación de la etapa de proyección.	La tercera etapa es la de <i>Proyección</i> , para la explicación de esta etapa las instructoras, expusieron algunas de las características que se presentan.		"Exposición"
1:46 - 2:00	Relajación	Para concluir la sesión se realizará la técnica "Periodicazo" (Ver anexo 8).		"Periodicazo"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Sesión 8: "Noviazgo como sistema y subsistema"

Objetivo específico:

Los participantes reconocerán de que manera el proceso del noviazgo forma parte del sistema y subsistema de la familia.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:00 - 0:15	Animación.	Se inició la sesión con la técnica "El rey pide" (Ver anexo 9).	<ul style="list-style-type: none"> > Naranjas > Papel higiénico > Reloj > Arete > Zapato > Calceñ 	"El rey pide"
0:16 - 0:20	Recordar lo visto en la sesión anterior.	Se hizo la Retroalimentación de la sesión anterior (sesión 7), en donde se vio el proceso del noviazgo: el inicio, formación - conocimiento y proyección.		
0:21 - 0:35	Identificar los elementos de una constelación familiar.	Se definió lo que es un sistema familiar y cómo estaba conformado a través de una constelación.	> Estrellas	"Exposición"
0:36 - 1:25	Reflexiona en cómo afecta la modificación del sistema	Se les pidió que en una hoja, realizaran su propia constelación y que cada uno describiera los siguientes elementos: <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo son? - ¿Cómo los percibes? Y - ¿Cómo es tu relación con cada uno de ellos? - ¿Cuáles son los valores, creencias y normas que te han transmitido? 	> Hojas y lápices	

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
		Se reflexionó sobre cómo influyen en el sistema: <ul style="list-style-type: none"> ▶ Cada elemento de la familia. ▶ La relación que tienen los elementos entre sí. ▶ El cambio que tengan cualquier elemento. ▶ Los valores, creencias y normas aprendidos. 		
1:26 - 1:50	Actividad	Se les entregó a los participantes un sobre, el cual entregarían a sus familiares y amigos, para que escribieran los aspectos positivos o negativos, que consideraban tenía el participante para la realización de la técnica "El sobre" (Ver anexo 10).	➤ Sobres	
1:51 - 2:00	Animación	Para cerrar la sesión se realizó la técnica "Teléfono descompuesto" (Ver anexo 9).	➤ Frases	"Teléfono descompuesto"

TESIS CON
 FALLA DE ORIGEN

Sesión 9 "Elección destructiva"

Objetivo específico:

Los participantes identificarán las características de una elección de pareja destructiva.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:00 - 0:10	Animación	Al inicio de la sesión se realizará la Técnica "Quitate la cola al compañero" (Ver anexo 10).	Pañuelos de diferentes colores	"Quitate la cola al compañero"
0:11 - 0:15	Retroalimentación	Se comenzó la sesión retomando aspectos de la sesión anterior. (sesión 8) sobre el proceso de noviazgo como subsistema de la familia de origen y como sistema de una nueva familia		
0:16 - 0:35	Exposición del concepto y características de la elección destructiva	Posteriormente se les preguntó a los participantes qué era lo que se entendía por elección destructiva y que características tenía, las ideas que ellos aportaron se escribieron en rotafolios, y las instructoras expusieron la definición de una relación destructiva. Se mencionó que los elementos que comúnmente se presentaban en las personas que vivían una relación destructiva, eran pensamientos, acciones o sentimientos, que en muchos casos están originados por: <ul style="list-style-type: none"> > Falta de confianza en sí mismo. > Autoestima baja. > Historia de vida. > Incomunicación de deseos, sentimiento y necesidades. > Miedo a establecer relaciones. 	Rotafolios Marcadores Diurex	"Exposición"

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
0:36 - 1:05	Autoconocimiento	Se realizó la técnica "El sobre" y "Lo que pienso de ti" (Ver anexo 10), la reflexión se hizo sobre los siguientes puntos: <input checked="" type="checkbox"/> ¿Para qué te sirve esa información? <input checked="" type="checkbox"/> ¿Qué puedes generar a partir de esa información?	<ul style="list-style-type: none"> > Sobres > Hojas blancas con las frases. 	<p>"El sobre"</p> <p>"Lo que pienso de ti"</p>
1:06 - 1:25	Reflexión	Se les pidió a los participantes que recordaran una de las relaciones anteriores en las que la elección de la pareja no fue muy asertiva y se sufrió por la decisión, se les dijo que detectarían: <ul style="list-style-type: none"> ▲ ¿Qué elementos había en la relación? ▲ ¿Qué influyó para que tu eligieras a esa pareja?, ¿Los amigos, la familia, etc..? ▲ ¿Qué creencia tenías en el momento de esa elección y también que fue lo que hizo que se decidiera la separación? 		
1:26 - 1:45	Comparación sobre los aspectos negativos y las relaciones de pareja.	Una vez que se les dio un momento para que pensarán se les pidió que de manera voluntaria comentaran su experiencia, pero de manera retrospectiva, platicando ahora de los elementos que había en la relación y cómo sus aspectos negativos influían para que esa relación se terminara o se mantuviera siendo destructiva.		
1:46 - 2:00	Análisis	Al final de la explicación se realizó la técnica "Cuchicheo" (Ver anexo 10), para que los participantes comentaran lo que identificaron de sí misma y de sus relaciones a partir del contenido de esta sesión. Posteriormente se hizo un plenario general, donde tres o cuatro participantes compartieron lo que identificaron y realizaron las conclusiones finales.		"Cuchicheo"

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Sesión 10: "Elección constructiva"

Objetivo específico:

Los participantes identificarán las características de una elección de pareja constructiva.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
0:00 - 0:20	Integración grupal	Se realizó la técnica "Lazarillo" (Ver anexo 11).	> Pañoletas.	"Lazarillo"
0:21 - 0:25	Recordar lo visto en la sesión anterior.	Se recordó que en la sesión anterior (sesión 9), se revisó la definición de elección destructiva y se identificaron sus características.	> Cartel	
0:26 - 0:45	Definir elección constructiva.	Se identificaron las características de una elección constructiva de dos formas: - De acuerdo a las características que los participantes creen que tiene. - Complementando las características de acuerdo a la teoría.	> Carteles con las características la una elección constructiva.	"Exposición"
0:46 - 1:25	Reconocer sus características positivas.	Se reconocieron los aspectos positivos de cada uno de los participantes, aplicando dos técnicas: 1. "Lo que pienso de ti" (Ver anexo 10) 2. "El sobre" (Ver anexo 10)		"Lo que pienso de ti" "El sobre"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
1:26 - 1:35	Detectar elementos positivos de una relación constructiva.	Se les indico a los participantes, que recordaran una relación anterior o que retomaran la actual y detectaran: <input type="checkbox"/> ¿Qué elementos positivos tenía o tiene tu relación? <input type="checkbox"/> ¿Cuáles de los elementos mencionados en las sesiones 4 y 5, influyeron, para que se dieran aspectos positivos en la relación? <input type="checkbox"/> En caso de haberse separado ¿Cuál fue el motivo?		
1:36 - 1:50	Analizar cómo mis características positivas favorecen una elección constructiva.	Se analizo ¿Cómo han influido sus características positivas en los aspectos constructivos de su relaciones? Y de qué forma, mientras más aspectos positivos se tenga como individuo, más atraerá relaciones constructivas.		
1:51 - 2:00	Animación	Se finalizó la sesión con la técnica "El cien pies" (Ver anexo 3).		"El cien pies"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Sesión 11. "Importancia de la elección de pareja"

Objetivo específico:

Los participantes comprenderán la importancia de la elección de pareja.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:00 - 0:10	Animación	Se realizó la técnica "La víbora" (Ver anexo 12)		"La víbora"
0:11 - 0:20	Retroalimentación	Se retomaron las conclusiones de la sesión anterior (sesión 10), sobre las características de la relación constructiva		
0:21 - 0:50	Presentación de las consecuencias de una elección destructiva y constructiva.	<p>Se les indicó a los participantes que comentarían cuáles creían ellos que serían las consecuencias de una elección destructiva, cuando terminaron las instructoras mencionaron que a través de una revisión teórica se identificaron algunas consecuencias, en las siguientes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> > En la relación de la pareja > En la estructura familiar. > Con los hijos. > Desintegración familiar. > Violencia intrafamiliar > Separación y divorcio. <p>Posteriormente se expusieron las consecuencias de una elección constructiva, en las siguientes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> > En la relación de la pareja. > En la estructura familiar. > Con los hijos. <p>Al finalizar el tema se les hicieron diferentes preguntas sobre que tan real o irreal era una elección constructiva, si era o no accesible, que elementos se necesitaban para alcanzar metas.</p>	> Láminas	"Exposición"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
0:51 - 1:50	Elaborar un proyecto de pareja	Se realizo la técnica "Proyecto de vida y pareja" (Ver anexo 12)	➤ Hoja con la técnica "Proyecto de vida y pareja"	"Proyecto de vida y pareja"
1:51 - 2:00	Animación	Finalmente se aplico una técnica llamada "Camino chueco" (Ver anexo 12)	➤ Ventilas	"Camino Chueco"

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Sesión 12: "Evaluación y cierre de taller"

Objetivo específico:

Lo participantes realizarán una evaluación general de sus conocimientos y conceptos sobre la elección de pareja, una vez concluido el taller.

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TÉCNICA
0:00 - 0:20	Reflexionar sobre los obstáculos de la vida.	Se aplicó la técnica "El camino al pueblo" (Ver anexo 13), para reflexionar: <ol style="list-style-type: none"> 1. El conocimiento no da las respuestas a todos los problemas que se presentan, sólo apoyan. 2. Los problemas pueden limitar al individuo o impulsarlo a crecer, según se elija. 3. El ser humano siempre está en constante crecimiento. 	► Sillas	"El camino al pueblo"
0:21 - 0:40	Concluir el taller.	Se concluyó el taller resaltando la importancia del autoconocimiento y se les pidió que compartieran: <ul style="list-style-type: none"> ► ¿Cuál fue su experiencia en el taller? ► ¿Qué les deja el taller? 		
0:41 - 1:00	Evaluar el taller	Se entregó a los participantes una hoja de "Evaluación del taller" (Ver anexo 13), de acuerdo a cuatro aspectos: <ol style="list-style-type: none"> 1. Tema 2. Contenido 3. Dinámicas 4. Trabajo de las coordinadoras. 		"Evaluación del taller"
1:01 - 1:20	Reconocer el trabajo de los participantes.	Se les hizo entrega de un reconocimiento, a cada uno de los participantes, por su participación en el taller.	► Diplomas	

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

TIEMPO EN MINUTOS	OBJETIVO PARTICULAR	ACTIVIDAD	MATERIALES	TECNICA
1:21 - 1:50	Evaluar a los participantes.	Se les dió a contestar nuevamente, el "Cuestionario de elección de pareja" (Ver anexo 1).		
1:51 - 2:00	Clausurar el taller.	Se les dió las gracias a los participantes por su asistencias y se declaro oficialmente clausurado el taller.		

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

RESULTADOS DEL TALLER

I. Resultados del pretest - postest

Los datos generales de los participantes se presentan en la siguiente tabla:

TABLA I.1. Edad, sexo, ocupación y personas con las que viven los participantes

PARTICIPANTE	EDAD	SEXO	OCUPACIÓN	PERSONAS CON LAS QUE VIVEN							
				PMH	PM	M	MH	MHPd	MPd	H	
1	20	Masculino	Estudiante	3							
2	23	Femenino	Estudiante			3					
3	20	Femenino	Estudiante							3	
4	21	Masculino	Estudiante		3						
5	19	Femenino	Estudiante	3							
6	21	Femenino	Estudiante	3							
7	21	Masculino	Estudiante	3							
8	21	Masculino	Estudiante				3				
9	23	Masculino	Estudiante					3			
10	18	Femenino	Estudiante				3				
11	25	Masculino	Estudiante	3							
12	20	Masculino	Estudiante				3				
13	19	Femenino	Estudiante	3							
14	25	Femenino	Estudiante								3
5	23	Femenino	Estudiante		3						

$\bar{X} = 21.6$ H=47% Estudiantes 100% $\Sigma = 6$ $\Sigma = 1$ $\Sigma = 2$ $\Sigma = 3$ $\Sigma = 1$ $\Sigma = 1$ $\Sigma = 1$
M=53%

Nota: MPH- viven con papá, mamá y hermanos; PM- viven con papá y mamá; M- viven sólo con mamá; MH- viven con mamá y hermanos; MHPd- viven con mamá, hermanos y padre adoptivo; MPd- viven con mamá y padre adoptivo; H- viven sólo con su hijo.

Como se puede observar en la tabla 1, la edad media de los 15 participantes es de 21.6 años, lo que muestra que en esta edad de desarrollo los jóvenes se encuentran más interesados en temas relacionados a la pareja. El porcentaje de interés es más elevado en las mujeres en un 6%, esto nos permite ver que la diferencia no es significativa. El 100% de los participantes son estudiantes de los cuatro últimos semestres de nivel licenciatura, lo cual corresponde con la edad.

El 59.94% de los participantes cuentan con una figura materna y paterna, de los cuales el 13.32% su figura paterna la desempeña un padre adoptivo; el 33.3% no cuentan con figura paterna y el 6.66% vive sólo con su hijo. Lo que nos sugiere que la madre es la que permanece con los hijos y el que se ausenta con mayor frecuencia es el padre, ya que el

100% de las madres de los participantes y la participante que es madre permanece con su hijo.

Pre y post evaluación

El cuestionario consta de 45 preguntas, dividido en 13 rubros (las preguntas y los rubros se mantuvieron fijos en el pretest y postest); se presentan los resultados haciendo un desglose de cada una de las preguntas.

Familia

El 73.26% de los participantes mencionaron en el pretest que algunas veces hay problemas en su familia, el 13.32% que nunca y con el mismo porcentaje que casi nunca respectivamente. En el postest el 93.24% mencionó que algunas veces hay problemas en su familia y sólo el 6.66% casi siempre hay problemas en su familia. Así se puede observar que en el postest aumento un 20% el que algunas veces hay problemas en casa; siendo los problemas más frecuentes en el pretest y en el postest los económicos (pre=33.3%; post=40.2%), de comunicación (pre=100%, post=86.58%) y de incumplimiento de reglas (pre=26.64%, post=20.1%); siendo la causa de mayor conflicto en las familias los problema en la comunicación, de los cuales se derivan los problemas económicos y del incumplimiento de las reglas en casa, ya que estos surgen por no llegar a acuerdos. La solución de los conflictos se reporta de tres formas: hablando (pre=33.3%, post=59.94%), discutiendo (pre=46.62 %, post=33.36%) y de ambas formas (pre=19.98% %, post=6.66%), lo que muestra que en las familias se busca solucionar los problemas hablando, sólo que esta no se da de forma adecuada porque no cuentan con una comunicación adecuada, lo que los conduce a discusiones sin solucionar los problemas.

Los divorcios o separaciones que se presentan en las familias de los participantes, en el pretest, es de 53.28% y en el postest del 86.58%, lo que nos da una diferencia del 33.3% de separaciones o divorcios, esto se debe a que en el pretest únicamente reportaron a los miembros de la familia nuclear y en el postest además de la familia nuclear mencionaron a la familia extensa (abuelos, tíos y primos). Así, sólo el 13.32% no tiene familiares que estén

separados o divorciados; esto nos indica que el porcentaje de separaciones o divorcios en las familias es alto. Las causas por las que las familias se separan son por: la falta de comunicación (pre=79.92%, post=100%), desamor (pre=33.3%, post=19.98%), violencia (pre=19.98%, post=6.66%), infidelidad (pre=6.66 %, post=6.66%) y vicios (pre=6.66 %, post=0%); siendo la incomunicación la principal causa de separación, que refieren los participantes.

El 59.62% reportó en el pretest que ningún miembro de su familia presenta algún tipo de adicción, mientras que en el postest sólo el 26.62% mantuvo su respuesta; lo que indica que el 73.26% de los participantes sí tiene familiares que presentan algún tipo de adicción. La diferencia que existe en porcentajes entre el pretest y el postest se debe a que los participantes no reportaron la adicción de ellos mismos o de algún otro familiar en el pretest. El tipo de adicciones que se presentan son el alcoholismo (pre=19.98%, post=46.62%), tabaquismo (pre=19.98%, post=26.64%) y el consumo de estupefacientes (pre=6.66%, post=13.32%). Como se puede observar en la Tabla 1.2., la adicción que tiene un mayor porcentaje de consumo es el alcoholismo, después le sigue el tabaquismo y por último el uso de estupefacientes. Los familiares que más consumen el alcohol son los padres, en cuanto al tabaquismo son los tíos y el uso de estupefacientes lo tienen los primos.

TABLA 1. 2 Porcentaje de familiares con algún tipo de adicción.

	Participante		Papá		Hernano		Tío		Primo	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
<i>Alcohol</i>	6.66%	19.98%	13.32%	26.64%	-	6.66%	19.98%	13.32%	-	13.32%
<i>Tabaco</i>	6.66%	6.66%	6.66%	6.66%	6.66%	6.66%	13.32%	19.98%	6.66%	6.66%
<i>Estupefacientes</i>	-	-	-	-	-	-	-	6.66%	6.66%	13.32%

Se puede observar en el rubro de familia que los participantes identifican que la falta de comunicación es uno de los elementos por los que se generan problemas dentro de la familia, ya que genera desacuerdos, discusiones en la economía y el no cumplimiento de normas dentro de la familia. Por lo que se puede ver que el problema principal dentro de la familia no es la falta de comunicación, sino, la falta de estrategias de comunicación y asertividad en los mensajes que se transmiten todos los miembros de las familias. Además de que los datos que reportaron en el pretest en comparación al postest, es significativamente

diferente, principalmente en lo relacionado a separaciones o divorcios y adicciones, debido a que se omitieron separaciones de familiares y sus adicciones. Lo que nos revela que lo que sucede al interior de la familia es secreto.

Construcción del concepto de pareja

Los participantes reportaron con un mayor porcentaje, tanto en el pretest como en el postest, que el amor es un compromiso (pre=53.28%, post=100%) y comunicación (pre=33.3%, post=73.26%), presentando una diferencia el compromiso del 46.72% del pretest al postest y la comunicación del 39.93%, mientras que un sentimiento (pre=19.98%, post=33.3%), constante cercanía (pre=19.98%, post=19.98%) y es eterno (pre=19.98 %, post=19.98%) no presentaron cambios significativos entre el pretest y el postest. Esto indica que los participantes relacionan el amor con el compromiso y la comunicación que pueda haber en una relación de pareja, por lo que, al no presentarse estos dos elementos en sus relaciones, podrían considerar que no hay amor.

En el pretest el 66.6% de los participantes mencionaron que una pareja son dos personas que se conocen, mientras que en el postest sólo lo afirmó el 13.32%, ya que en el postest la respuesta se complementó, reportando el 79.92% que es la unión de dos personas que comparten, se aceptan y se comprometen. Sólo el 19.98% en el pretest y el 6.66% en el postest mencionó que una pareja es una persona que satisface lo que necesito. Se puede resaltar que el mayor porcentaje de los participantes mencionaron que la pareja es una interacción entre dos personas y en menor proporción es considerada como un individuo que satisface las carencias personales.

A nivel social, el 26.66% de los participante en el pretest contestaron que no es necesario tener una pareja y en el postest el 13.32% mantuvo la respuesta. Los que contestaron que sí es necesario tener una pareja en el pretest son el 73.26% y el 86.58% en el postest, presentándose una diferencia del 13.32%. Los principales motivos por los que hay que tener una pareja son para: compartirse (pre=26.64%, post=46.62%), crecer (pre=26.64 %, post=46.62%), complementarse con el otro (pre=6.66%, post=33.3%) y cumplir una etapa de la vida (pre=6.66%, post=0%). Presentándose en el postest un aumento

en la categoría del compartirse y crecer del 19.98%. Mientras que a nivel individual afirman que tienen una pareja porque: les da lo que necesitan (pre=66.6%, post=46.62%), les permite compartir (pre=13.32%, post=59.94%) y para darse una oportunidad de tenerla (pre=13.32%, post=0%), así, aumenta la categoría de compartir un 46.62% y disminuye la categoría les da lo que necesitan un 20.04% en el postest. Este tipo de respuesta permite ver que tanto a nivel social como individual, los participantes consideran que es necesario tener una pareja para compartir, pero al mismo tiempo esperando crecer y en un menor porcentaje consideran que una pareja es para cumplir una etapa de su ciclo de vida.

Los participantes mencionan que una pareja les permite: compartir (pre=59.94%, post=73.26%), crecer (pre=26.64%, post=39.96%), mostrarse como son (pre=19.98%, post=26.64%), tener individualidad (pre=0%, post=39.96%) y respetarse (pre=13.32%, post=33.3%). Se puede apreciar que todas las categorías aumentan su porcentaje en el postest, y que aparece como una nueva categoría la individualidad, y de acuerdo a los mismos lo que les permite hacer una pareja principalmente es compartir, posteriormente tener un crecimiento e individualidad. En relación a lo que no les permite hacer una pareja es: ser deshonesto (pre=33.3%, post=33.3%), tener la libertad en cuanto a tiempo, relaciones y decisiones (pre=33.3%, post=13.32%), equivocarse (pre=13.32%, post=6.66%) y crecer (pre=6.66%, post=13.32%), así, en el postest aumenta el ser deshonesto y el crecimiento, y disminuye la libertad y el equivocarse. Por lo tanto, los porcentajes son más altos en las categorías de lo que una pareja les permite, en comparación con las categorías de lo que no les permite, además de que en esta pregunta la deshonestidad y el no equivocarse se podrían considerar más como categorías constructivas, que destructivas.

La finalidad de una pareja es conocerse (pre=26.64%, post=86.58%), crecer (pre=39.96%, post=46.62%), compartir proyectos (pre=33.3%, post=26.64%), amarse (pre=6.66%, post=19.98%), complementarse (pre=13.32%, post=0%) y comprometerse (pre=6.66%, post=6.66%); se observa que en el postest aumentan los porcentajes de las categorías conocerse un 59.94%, compartir proyectos 6.66% y amarse 13.32%, pero desaparece la categoría de complementarse. De acuerdo a los datos, la finalidad de una pareja es principalmente conocerse, distinguiéndose que el compromiso es un elemento de la relación de pareja que casi no se contempla.

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

Los datos de este rubro sugieren que la construcción del concepto de pareja para los participantes tiende a ser más ideal en el pretest que en el postest. Su concepto de pareja está fundamentado en el amor y éste lo identifican no sólo como un sentimiento, sino en actos concretos como la comunicación y el compromiso. A nivel social e individual describen que es necesario tener una pareja para compartir y crecer, resaltando que una pareja les puede permitir más, de lo que les puede limitar. Y la finalidad que tiene la relación de pareja, principalmente es conocerse.

Concepto de Hombre - Mujer

Los participantes mencionaron que el hombre es responsable y protector (pre=66.6%, post=53.28%), sensible y sincero (pre=66.6%, post=79.92%), machista (pre=46.9%, post=26.64%), ser humano (pre=39.96%, post=6.66%), racional e inteligente (pre=13.32%, post=19.98%), complemento de la mujer (pre=13.32%, post=19.98%) y poco expresivo (pre=0%, post=6.66%). Las categorías en las que aumento su porcentaje en el postest son: sensible y sincero con 13.26%, con el 6.66% racional e inteligente y complemento de la mujer; mientras que los porcentajes que disminuyeron son: ser humano 33.3%, machista 20.26%, responsable y protector con un 13.98%; la categoría que se incluye en el postest es la de poco expresivo. El porcentaje más alto, tanto en el pretest como en el postest, se encuentra en las categorías de sensible y sincero, responsable y protector.

Mientras que al describir a la mujer, mencionaron que es: sensible y sincera (pre=66.6%, post=33.3%), fuerte y capaz (pre=33.3%, post=26.64%), ser humano (pre=33.3%, post=19.98%), complemento del hombre (pre=19.98%, post=26.64%), responsable y protectora (pre=19.98%, post=26.64%), inteligente y analítica (pre=26.64%, post=6.66%), sumisa y débil (pre=0%, post=33.3%). En el postest las categorías que aumentaron un 6.66% son: complemento del hombre, responsable y protectora; disminuyeron: sensible y sincera un 33.3%, fuerte y capaz 6.66%, ser humano 13.35%, inteligente y analítica un 19.98%; la categoría que se incluye es sumisa y débil con un 33.3%. Estos datos indican que las categorías con más alto porcentaje en el postest son: sumisa y débil, complemento del hombre, sensible y sincera.

El rol del hombre en la relación de pareja, según los participantes, es apoyar (pre=66.6%, post=39.96%), el mismo que la mujer (pre=53.28%, post=33.3%), toma de decisiones (pre=33.3%, post=33.3%), de proveedor (pre=13.32%, post=33.3%), cariñoso (pre=13.32%, post=13.32%) y ser débil (pre=0%, post=19.98%). La categoría que aumenta en el postest es la de proveedor un 20.01%; bajan los porcentajes en las categorías de apoyar un 26.7% y el mismo que la mujer 19.95%; se mantienen con el mismo porcentaje las categorías de toma de decisiones y cariñoso y se integra la categoría de ser débil. Sin embargo en el postest la categoría de apoyar es la que mantiene el mayor porcentaje y posteriormente le siguen el mismo que el de la mujer, toma de decisiones y proveedor. Esto nos permite ver que el rol de el hombre, para los participantes, esta en función de lo que puede dar y decidir dentro de una familia.

En cuanto al rol de la mujer en la relación de pareja, los participantes mencionaron que es apoyar (pre=93.24%, post=86.58%), el mismo que el hombre (pre=53.28%, post=33.3%), respetar (pre=19.98%, post=26.64%), sentimental (pre=19.98%, post=19.98%), ser fuerte (pre=6.66%, post=13.32%), comunicar (pre=6.66%, post=13.32%), recibir (pre=0%, post=6.66%). Los que aumentaron en el postest un 6.66% son respetar, ser fuerte y comunicar; bajaron las categorías de apoyar un 6.66% y el mismo que el del hombre un 19.95%; se mantiene igual la categoría de sentimental y se incluye la categoría de recibir con un 6.66%. Por lo tanto no hubo una diferencia significativa entre el pretest y el postest en cada una de las categorías, pero se puede resaltar que la categoría más alta afirma que el rol de la mujer es apoyar.

En general los datos con un porcentaje más alto, sugieren que la característica que tiene tanto el hombre como la mujer es la de ser sensible y sincero, y difieren en que el hombre es responsable y protector y la mujer es sumisa y débil. En cuanto al rol del hombre y la mujer coinciden en que es apoyar y difieren en que el hombre es proveedor y toma decisiones. Mientras que la mujer debe de respetar y es más sentimental.

Historia de vida

Cada uno de los participantes describió de forma diferente la relación que tienen con sus papás, las categorías que se formaron a partir de sus respuestas fueron las siguientes: distante (pre=46.62%, post=33.3%), buena (pre=33.3%, post=39.96%), nula (pre=6.66%, post=13.32%), conflictiva (pre=6.66%, post=6.66%), excelente (pre=6.66%, post=0%) y de identificación (pre=0%, post=6.66%). Encontrando diferencias en el postest, debido a que aumentan los porcentajes en las categoría de buena y nula un 6.66%; disminuye un 13.29% la categoría de distante; se mantiene el porcentaje de la categoría conflictiva; desaparece la categoría de excelente y se incluye la categoría de identificación. Así, se puede observar que la categoría más alta en el pretest fue la de distante y le seguía la categoría en la que afirma mantener una buena relación con su padre, mientras que en el postest se invierten.

Por otra parte, en cuanto a la relación que mantienen con su mamá la describieron dentro de las siguientes categorías: buena (pre=46.62%, post=66.6%), conflictiva (pre=33.3%, post=19.98%), distante (pre=6.66%, post=6.66%), regular (pre=6.66%, post=6.66%) y excelente (pre=6.66%, post=0%). En el postest aumento el porcentaje de la categoría de buena un 20.04%; disminuyó la categoría de conflictiva 13.35%; se mantuvieron con el mismo porcentaje las categorías de distante y regular y desapareció la categoría de excelente. Se puede observar que más de la mitad de los participantes mantienen una relación buena con su madre y en un menor porcentaje tiende a ser conflictiva o distante.

La relación entre sus papás la describen de acuerdo a las siguientes categorías: buena (pre=19.98%, post=33.3%), conflictiva (pre=26.64%, post=26.64%), no la hay (pre=19.98%, post=19.98%), distante (pre=13.32%, post=19.98%), regular (pre=13.32%, post=0%) y no saben como es (pre=6.66%, post=0%). Aumenta en el postest el porcentaje de las categorías que describen la relación como buena un 13.35% y distante un 6.66%; se mantienen las categorías de conflictiva y no la hay; desaparecen las categorías de regular y los que no saben como es la relación entre los padres. Aunque en el postest aumento en la categoría de buena, se puede observar que el mayor porcentaje está distribuido entre las categorías que describen a la relación entre los padres como distante, conflictiva o donde no la hay, ya que juntos acumulan un 66.6%.

Lo que más les gusta de la relación de sus papás es: que comparten y se respetan (pre=26.64%, post=16.62%), nada (pre=33.3%, post=6.66%), que se quieren y hay detalles (pre=26.64%, post=19.98%) y que hay compromiso (pre=13.32%, post=26.64%). En el postest aumentan las categorías de comparte y respetan un 19.98% y hay compromiso 13.32%; disminuyen las categorías de nada 26.67% y se quieren y hay detalles 6.66%. El que haya aumentado la categoría de compartir y respetar, se debe a que los participantes afirmaron que aunque sus padres llevaran una relación distante o conflictiva, se presentan momentos en que pueden compartir decisiones y al mismo tiempo se respetan entre ellos; en cuanto a la categoría de compromiso lo afirmaron los participantes, donde sus padres permanecen juntos y mantienen una buena relación entre ellos.

Lo que les desagrada de la relación de sus papás es que hay conflictos y peleas (pre=66.6%, post=66.6%), la incomunicación y desconfianza (pre=26.64%, post=19.98%), separación de los padres (pre=0%, post=6.66%), la rutina (pre=6.66%, post=0%) y nada (pre=13.32%, post=0%). En el postest se mantiene con el mismo porcentaje la categoría de conflictos y peleas, disminuye la categoría de incomunicación y desconfianza 6.66%; desaparecen las categorías de nada y la rutina y se incluye la categoría de la separación de los padres. Por lo tanto lo que se observa es que la categoría de conflictos y peleas es la que mantiene un mayor porcentaje tanto en el pretest como en el postest.

Conjuntando los datos en cuento a las relaciones padres e hijos, se puede ver que en general los hijos tienden a tener una mejor relación con la madre que con el padre; que la relación entre los padres es con mayor frecuencia conflictiva. Por otra parte lo que más les agrada de la relación de sus padres es que comparten y se respetan y su compromiso; lo que les desagrada es que haya conflictos y peleas, además de la incomunicación y la desconfianza.

Autoconcepto

Los participantes se describieron a sí mismos, dentro de las siguientes categorías: alegre (pre=66.6%, post=13.32%), inseguro (pre=26.64%, post=73.26%), posesivo (pre=19.98%, post=73.26%), sentimental (pre=16.62%, post=26.64%), sociable (pre=53.28%, post=13.32%), comprensivo y tolerante (pre=13.32%, post=26.64%), sincero (pre=19.98%,

post=19.98%), con capacidades intelectuales (pre=6.66%, post=19.98%), seguro (pre=13.32%, post=13.32%), como mi papá o mamá (pre=0%, post=19.98%) e impuntual (pre=0%, post=6.66%). Se puede observar que en el postest aumentan las categorías de inseguro 46.62%, posesivo 53.28%, con capacidades intelectuales y comprensivo y tolerante con un mismo porcentaje del 13.32%; mientras que las categorías donde disminuye su porcentaje son alegre 53.28%, sentimental 19.98% y sociable 39.96%; se mantiene igual el porcentaje de las categorías de sincero y seguro tanto en el pretest como en el postest y se integran en el postest las categorías de como mi papá o mamá 19.98% e impuntual con un 6.66%. Estos porcentajes permiten ver claramente que hay un diferencia significativa del pretest al postest, ya que en el pretest describen aspectos más positivos como el ser sociables y alegres, los cuales tienden a ser características más sociales y en el postest hablan de aspectos más negativos como el ser inseguros y posesivos, que pertenecen a aspectos más individuales.

Crean que son percibidos por los demás, de la siguiente forma: sociable (pre=39.96%, post=59.94%), antisocial (pre=33.3%, post=39.96%), posesivo (pre=19.98%, post=46.62%), sentimental (pre=13.32%, post=33.3%), seguro (pre=13.32%, post=33.3%), alegre (pre=19.98%, post=13.32%), inseguro (pre=13.32%, post=13.32%), con capacidades intelectuales (pre=19.98%, post=6.66%), inexpressivo (pre=0%, post=26.64%). En el postest aumentan los porcentajes de las categorías ser sociable 19.98%, antisocial 6.66%, posesivo 26.64%, con un 19.98% el ser sentimental y seguro; disminuye el porcentaje de las categorías con capacidades intelectuales 13.32% y el ser alegre un 6.66%; se mantiene igual la categoría de insegura y se integra la categoría de inexpressivo un 26.64%. Como se puede observar hay variaciones en los porcentajes del pretest y el postest, esto se puede deber a la indeseabilidad social que pueden experimentar los participantes, es decir que al contestar el pretest no expresan en realidad lo que piensan, y no es porque no lo sepan, sino porque a primera instancia no lo quieren expresar. Por lo que se observa que las características con mayor porcentaje son las categorías de ser sociable, antisocial y posesivo, las cuales se refieren a aspectos más sociales que individuales.

Cuando se les pregunta lo que ellos quisieran ser, las respuestas son variadas, por lo que se presentan las siguientes categorías: seguro (pre=6.66%, post=59.94%), expresivo (pre=26.64%, post=26.64%), como soy (pre=39.96%, post=13.32%), honestos (pre=6.66%,

post=33.3%), tolerantes (pre=0%, post=19.98%), buen profesionalista (pre=13.32%, post=0%), insensible (pre=0%, post=6.66%) y ordenado (pre=0%, post=6.66%). En el postest aumentan los porcentajes de la categoría de seguro 53.28% y ser honesto 26.64%; disminuye la categoría de como soy 26.64%, la categoría que se mantiene con el mismo porcentaje es la de expresivo; desaparece la categoría de un buen profesional y se integran las categorías de tolerante con 19.98%, insensible un 6.66% y ordenado con un 6.66%. Estos datos permiten distinguir que la categoría que mantiene un porcentaje más elevado de lo que quisieran ser, son el ser seguro y honesto.

Con los datos anteriores, se puede afirmar que el autoconcepto de los participantes se concentra principalmente en ser posesivos e inseguros, mientras que consideran que las personas a su alrededor las perciben como sociables o antisociales y posesivos, lo que ellos quisieran es adquirir seguridad y honestidad. Por lo que las características que ellos consideran poseer son contrarias a las que quisieran tener. Además de que los datos aportados en el postest tienden a hacer referencia a aspectos más sociales que individuales en todas las preguntas pertenecientes a este rubro.

Amigos

Un 6.66% de los participantes reportaron en el pretest que los amigos no influyen en las relaciones de pareja, pero en el postest lo afirmó el 19.98%, por lo tanto un 79.92% afirma que sí influyen los amigos en la relación de pareja de la siguiente forma: con comentarios (pre=46.62%, post=39.96%), en la toma de decisiones (pre=26.64%, post=46.62%), indicando el comportamiento con la pareja (pre=6.66%, post=19.98%), motivando (pre=13.32%, post=6.66%) y condicionando para pertenecer al grupo (pre=6.66%, post=13.32%). En el postest aumenta el porcentaje de las categorías toma de decisiones 19.98%, indicando el comportamiento con la pareja un 13.32% y condicionando para pertenecer al grupo un 6.66%; disminuyó el porcentaje de la categoría de los comentarios un 6.66% y motivan 6.66%. Lo que sugiere que los amigos en la mayoría de los casos sí influyen en la relación de pareja, principalmente con sus comentarios, los cuales llevan a la toma de decisiones.

Medio ambiente

El medio ambiente, para los participantes, influye en: el comportamiento (pre=19.98%, post=66.6%), creencias y costumbres (pre=0%, post=39.96%), decisiones (pre=19.98%, post=19.98%) y aprendizaje (pre=26.64%, post=13.32%). En el postest aumento el porcentaje de la categoría de el comportamiento 46.62%; disminuyó la categoría de aprendizaje 13.32%; se mantuvo igual la categoría de decisiones y se integró la categoría de creencias y costumbres 39.96%. Se identifica que las creencias y costumbres que se aprenden en el medio al que pertenecen y donde se desarrollan, son las que van a dirigir el comportamiento y la toma de decisiones en su relación de pareja.

Educación

En el pretest el 26.64% de los participantes indican que no influye la educación que han recibido de su familia en la relación de pareja y el 73.26% indican que sí influye; mientras que en el postest el 13.32% afirma que no influye la educación y el 86.58% que sí influye.

En cuanto a los que afirman que no influye la educación es porque: ignoran lo que sus padres les dicen (pre=13.98%, post=6.66%), la familia respeta lo que él o ella decidan (pre=0%, post=6.66%) y no saben en que influye (pre=13.32%, post=0%). En el postest disminuyó el porcentaje de los que reportan ignorar lo que sus padres les indican un 13.32%, desaparece la categoría de los que no saben en que influye y se integra la categoría de que la familia respeta lo que decidan con un 6.66%. En el postest baja el porcentaje de los que afirman que no influye la educación en la elección de pareja, pero se puede observar que tienden a ignorar o a sentirse respetados por su familia.

Los que afirman que sí influye es porque: existen patrones conductuales (pre=6.66%, post=86.58%) y por la formación que se recibe de los padres (pre=53.28%, post=26.64%). En el postest aumenta el porcentaje de la categoría de existen patrones conductuales un 79.92% y disminuyó la categoría de la formación que se recibe de los padres un 26.69%. La

educación influye en la elección de pareja principalmente por los patrones conductuales aprendidos de los padres, los cuales se repiten en las relaciones de pareja.

Por lo tanto, estos datos nos sugieren que la educación recibida por los padres, es un elemento que influye en la elección de pareja, principalmente en la formación de patrones conductuales, con los cuales cada individuo se conduce para elegir a su pareja.

Sexualidad

Los participantes definen la sexualidad de la siguiente forma: expresión de caricias y coito (pre=39.96%, post=33.3%), conocer nuestro cuerpo y el de la otra persona (pre=13.32%, post=19.98%), lo que soy (pre=13.32%, post=13.32%), las diferencias biológicas en cada sexo (pre=26.64%, post=0%), interacción entre dos personas (pre=0%, post=19.98%), es algo individual (pre=6.66%, post=13.32%) y es el amor (pre=0%, post=6.66%). En el postest aumentó el porcentaje de las categorías de conocer nuestro cuerpo y el de la otra persona y la sexualidad como algo individual un 6.66%; disminuyó el porcentaje de la categoría expresión de caricias y coito 6.66%; se mantiene igual lo que soy; desapareció la categoría de las diferencias biológicas en cada sexo y se integraron las categorías de interacción entre dos personas con un 19.98% y es el amor con un 6.66%. Para los participantes la sexualidad es una forma de expresión, un conocimiento individual y el de la otra persona, que permite la interacción y que en algunos de los casos lo relacionan con la afectividad o el amor.

En el pretest el 19.98% consideró que la sexualidad no influye en las relaciones de pareja, sin embargo en el postest, el 100% de los participantes afirma que sí influye en la relación de diversas formas. Las respuestas del pretest y postest se categorizaron de la siguiente manera: en el conocimiento de uno mismo y del otro (pre=33.3%, post=33.3%), como un elemento esencial (pre=6.66%, post=39.96%), rompen la relación (pre=13.32%, post=6.66%), en la intimidad (pre=13.32%, post=6.66%), en la historia de vida (pre=0%, post=13.32%), 13.32%, post=0%). En el postest aumentó el porcentaje en la categoría de es un elementos esencial 33.3%; disminuyó la categoría de rompen la relación e intimidad un 6.66%; se mantiene con el mismo porcentaje la categoría de el conocimiento de uno mismo y

del otro y se integra la categoría de historia de vida con un 13.32%. Estos datos muestran que la sexualidad influye en la relación de pareja porque es un elemento esencial, que permite el autoconocimiento y el conocimiento de la pareja e influye en la historia de vida.

Así, se puede decir que la sexualidad la consideran como un autoconocimiento y el conocimiento de la otra persona dentro de la relación, pero al mismo tiempo esta relacionada con aspectos afectivos y de expresión, teniendo consecuencias a nivel individual, por lo que impacta en la historia de vida de cada individuo de diferente forma.

Relación destructiva

Para los participantes, las relaciones destructivas son: dañinas y agresivas (pre=66.6%, post=79.92%), de poca comunicación (pre=39.96%, post=59.94%), no hay límites establecidos (pre=13.32%, post=53.28%), dependientes (pre=19.98%, post=39.96%), de no crecimiento (pre=26.64%, post=13.32%), desamor (pre=33.3%, post=0%) y de irresponsabilidad (pre=0%, post=6.66%). En el postest aumenta el porcentaje de la categoría dañinas y agresivas 13.32%, no hay límites establecidos un 39.96% y con un 19.98% las categorías de poca comunicación y dependientes; disminuye la categoría de no crecimiento 13.32%; desaparece la categoría de desamor y se integra la categoría de irresponsabilidad 6.66%. Estos datos permiten observar que los participantes identifican las relaciones destructivas como dañinas y agresivas, de poca comunicación, por lo que no hay límites establecidos.

El 26.64% reportó en el pretest que no conocen a alguien que haya vivido una relación destructiva, mientras que en el postest sólo el 6.66% mantuvo su respuesta; lo que indica que el 93.24% de los participantes si conocen a alguien que ha vivido una relación destructiva. Las personas que conocen son: ellos mismos (pre=13.32%, post=46.62%), su familia nuclear (pre=26.64%, post=33.3%), familia extensa (pre=26.64%, post=33.3%) y sus amigos (pre=13.32%, post=6.66%). En el postest aumenta el porcentaje de la categoría de ellos mismos un 33.3%, la familia extensa y la nuclear con un 6.66% y disminuye la categoría de sus amigos 6.66%. Estos datos permiten distinguir en el pretest, que las personas que conocen con una relación destructiva se encuentran principalmente dentro de su familia

nuclear o extensa; mientras que en el postest se refieren a ellos mismos como personas que han vivido una relación destructiva. Las características que tienen estas relaciones son: las peleas y agresiones (pre=66.6%, post=39.96%), dependencia (pre=39.96%, post=53.28%), incomunicación (pre=33.3%, post=19.98%), no hay compromiso (pre=13.32%, post=33.3%) y lucha de poder (pre=6.66%, post=39.96%). En el postest aumenta el porcentaje de la categoría de dependencia 13.32%, no hay compromiso 19.98% y lucha de poder 33.3% y disminuyó la categoría de peleas y agresiones un 26.64% e incomunicación 13.32%. Las características que distinguen en las relaciones destructivas que conocen son las peleas y agresiones, la dependencia y principalmente la lucha de poder.

Lo que piensan sobre las relaciones destructiva es que no ayudan a crecer (pre=33.3%, post=79.92%), no deberían existir (pre=39.96%, post=26.64%), son difícil de detectar (pre=6.66%, post=26.64%), se puede aprender de ellas (pre=0%, post=13.32%) y son resultado de la historia de vida (pre=0%, post=6.66%). En el postest aumentó la categoría de no ayudan a crecer 46.62% y son difícil de detectar 19.98%; disminuyó la categoría de no deberían existir 13.32% y se integra la categoría que afirma que se puede aprender de ellas con un 13.32% y que son resultado de la historia de vida 6.66%. Estos datos indican que los participantes, en el postest, consideran que la relación destructiva tiene una relación directa con el crecimiento individual y con el aprendizaje, este último visto como una experiencia diaria y como un resultado de la historia de vida.

En el pretest el 6.66% de los participantes afirmó no saber cuáles son los motivos por los que se puede generar una relación destructiva, y tanto en el pretest (el 93.24%) como en el postest (el 100%) reportaron que los motivos son; la incomunicación (pre=39.96%, post=39.96%), no conocerte a ti mismo y al otro (pre=19.98%, post=39.96%), no establecer límites (pre=13.32%, post=33.3%), el desamor (pre=19.98%, post=6.66%) y la historia de vida (pre=6.66%, post=6.66%). Así los participantes reportaron que, en el postest aumento el porcentaje de las categoría de no conocerte a ti mismo y al otro y no hay límites y respeto un 19.98%, disminuyó la categoría de desamor un 13.32%; se mantuvo igual la categoría de la incomunicación y la historia de vida. Los motivos por los que se genera una relación destructiva son la incomunicación, no conocerte a ti mismo y al otro y no establecer límites.

Los datos encontrados en este rubro indican que las relaciones destructivas se generan por la incomunicación, la falta de conocimiento individual y del otro, por el no establecimiento de límites, ocasionando peleas y agresiones que llevan a una lucha de poder. Las consecuencias que tienen este tipo de relaciones se dan tanto a nivel individual como en el familiar; a nivel individual afectan en el crecimiento y en la formación de la historia de vida y a nivel familiar en las relaciones que se establecen entre los integrantes de la misma. Esto se puede afirmar ya que los participantes, al hablar de las relaciones destructivas, se refieren a que ellos mismos las han vivido y de las relaciones que tienen o han tenido los integrantes de su familia nuclear.

Relación constructiva

De acuerdo a lo que los participantes mencionaron la relación constructiva tiene las siguientes características: comunicación (pre=39.96%, post=79.92%), individualidad (pre=19.98%, post=53.28%), metas en común (pre=39.96%, post=26.64%), crecimiento (pre=33.3%, post=26.64%), compromiso (pre=13.32%, post=33.3%), amor (pre=19.98%, post=6.66%), bienestar (pre=6.66%, post=6.66%) y autoconocimiento (pre=%0, post=6.66%). En el pretest aumento el porcentaje de la categoría de comunicación 39.96%, individualidad 33.3% y compromiso 6.66%; disminuyó la categoría de metas en común un 13.32%, crecimiento 6.66% y amor 13.32%; se mantiene igual la categoría de bienestar y se integró la categoría de autoconocimiento con un 6.66%. Se puede observar que los participantes consideran que la comunicación, la individualidad y el compromiso son los principales elementos para que una relación sea constructiva.

El 26.64% de los participantes reportó en el pretest que no conocen a alguien que haya vivido una relación constructiva y el 6.66% no contestó a la pregunta, mientras que el postest el 33.3% reportó no conocer a alguien; lo que indica que el 66.6% de los participantes contestó tanto en el pretest y el postest que si conocen a alguien que haya vivido una relación constructiva. Las personas que conocen son: ellos mismos (pre=6.66%, post=19.98%), su familia nuclear (pre=33.3%, post=19.98%), familia extensa (pre=13.32%, post=26.64%), sus amigos (pre=6.66%, post=13.32%) sus maestros (pre=6.66%, post=6.66%). En el postest aumenta el porcentaje de la categoría de ellos mismos y familia extensa un

13.32% y sus amigos 6.66%; disminuyó la categoría de su familia nuclear 13.32% y se mantiene igual la categoría de sus maestros. Por lo tanto, en comparación con la relación destructiva, la relación constructiva la identifican más en la familia extensa y con un menor porcentaje en ellos mismos y la familia nuclear. En cuanto a las características que presentan las relaciones constructivas que ellos conocen son: la comunicación y solución de problemas (pre=59.94%, post=86.58%), compromiso y respeto (pre=26.64%, post=53.28%), están juntos (pre=39.96%, post=13.32%), expresión de afecto (pre=19.98%, post=26.64%) y metas en común (pre=6.66%, post=0%). En el postest aumenta la categoría de comunicación y solución de problemas y compromiso y respeto 26.64% y expresión de afecto 6.66%; disminuyó la categoría de están juntos 26.64% y desaparece la categoría de metas en común. Observándose, las características principales de una relación constructiva son la comunicación, la solución de problemas, además de que se encuentran comprometido en la relación y se respetan mutuamente.

Los participantes piensan que las relaciones constructivas: te benefician y elevan la autoestima (pre=33.3%, post=66.6%), que desearían tener una relación así (pre=46.62%, post=19.98%), que requieren disponibilidad (pre=0%, post=26.64%), que son la mejor opción (pre=13.32%, post=0%) y que requieren autoconocimiento (pre=0%, post=6.66%). En el postest aumentan el porcentaje de la categoría de te benefician y elevan la autoestima un 33.3%; disminuyó la categoría que afirma que desearían tener una relación así 26.64%; desaparece la categoría de que son la mejor opción y se integra la categoría de que requieren disponibilidad 26.64% y que requieren autoconocimiento 6.66%. Se puede ver que en el postest, los participantes, piensan que las relaciones constructivas benefician y elevan la autoestima y que se requiere disponibilidad para tener una relación; ésto es un dato importante, ya que se puede resaltar que en el pretest sus respuestas tienden a ser más ideales, como cuando afirman que desearían tener una relación constructiva.

El 13.32% no contestó en el pretest los motivos por los que se genera una relación constructiva; mientras que los motivos en el pretest (el 86.58%) como en el postest (el 100%), se categorizaron de la siguiente manera: el compromiso y respeto (pre=39.96%, post=39.96%), comunicación (pre=26.64%, post=33.3%), autoconocimiento (pre=6.66%, post=33.3%), conocimiento previo de la pareja (pre=33.3%, post=0%), disposición

(pre=6.66%, post=13.32%), expresión de afecto (pre=6.66%, post=6.66%), e identificación con los padres (pre=0%, post=6.66%). En el pretest aumenta la categoría de comunicación y disposición un 6.66% y autoconocimiento 26.64%; se mantiene igual la categoría de expresión de afecto y compromiso y respeto; desaparece la categoría de conocimiento previo de la pareja y se integra la categoría de identificación con los padres 6.66%. Se puede ver que los motivos por los que se genera una relación constructiva es porque hay un compromiso y respeto a la relación de pareja, comunicación entre los miembros de una forma asertiva.

Estos datos sugieren, que para que una relación sea constructiva se requiere de que haya comunicación, compromiso, disponibilidad y respeto, y que al mismo tiempo éstas benefician y elevan la autoestima de las personas. Este tipo de relaciones son menos comunes en la familia nuclear y se identifican con mayor facilidad en la familia extensa o en ellos mismos.

Noviazgo

El momento indicado para tener pareja según los participantes es: cuando haya autoconocimiento (pre=33.3%, post=100%), cuando el momento llega (pre=39.96%, post=13.32%) y cuando estas listo (pre=46.62%, post=39.96%). En el postest aumenta el porcentaje de la categoría cuando haya un autoconocimiento un 66.6%; disminuye la categoría de sólo llega el momento 26.64% y cuando estas listo un 6.66%. Estos datos sugieren, que las respuestas que dieron en el pretest hacen referencia a que el momento de tener pareja, depende de factores externos o de desarrollo biológico, y a un factor interno pero no especifican cuál. A diferencia del postest, ya que el 100% de los participantes mencionan que el momento más indicado para tener una pareja es cuando te conoces a ti mismo. En cuanto a que haya un autoconocimiento es porque permite identificar quien soy y lo que puedo dar y recibir (pre=0%, post=79.92%); los que mencionan que sólo llega el momento, es porque no pueden controlarlo debido a que es algo sentimental (pre=39.96%, post=13.32%) y los que mencionan que llega cuando estas listo, es porque depende de que estés en la etapa de la vida donde puedes tener una relación (pre=46.62%, post=39.96%).

El 13.32% reportó en el pretest que no habían tenido novio (a), el 6.66% no contestó; mientras que en el postest sólo el 6.66% mantuvo no haber tenido novio (a) y la categoría de no contestó desapareció; lo que indica en el postest que el 93.24% de los participantes si ha tenido novia. Los participantes que han tenido novio (a), mencionaron que han tenido tres tipos de relaciones: constructivas (pre=6.66%, post=13.32%), destructivas (pre=19.98%, post=33.3%) y mixtas (constructivas y destructivas) (pre=46.62%, post=46.62%). En el postest aumento el porcentaje de la categoría de constructivas 6.66% y destructivas un 13.32% y se mantiene igual la categoría de mixtas. Estos datos indican que en general los participantes han tendido a tener relaciones mixtas o destructivas.

El número de parejas que han tenido los participantes, ha sido variable, por lo que se han categorizado de la siguiente manera: de 1 a 3 noviazgos (pre=33.3%, post=33.3%), de 4 a 6 noviazgos (pre=26.64%, post=33.3%), de 7 a 9 noviazgos (pre=6.66%, post=13.32%), de 10 a 12 noviazgos (pre=6.66%, post=13.32%) de 13 a 15 noviazgos (pre=6.66%, post=0%). En el postest aumenta el porcentaje de la categoría de 4 a 6 noviazgos, de 7 a 9 noviazgos y de 10 a 12 un 6.66%; se mantiene igual la categoría de 1 a 3 y desaparece la categoría de 13 a 15 noviazgos, esta diferencia de datos se debe a que los participantes no reconocían a algunas de sus relaciones como noviazgos, influyendo en su primer reporte. Pero en general los participantes han tenido entre 1 y 6 relaciones de noviazgos.

En cuanto al tiempo máximo que han durado en una relación de pareja, el 19.98% de los participantes en el pretest no contestaron la pregunta, mientras los que si contestaron la pregunta tanto en el pretest (86.58%) como en el postest (100%), debido a que los periodos de tiempo fueron variados se categorizaron de acuerdo a los siguientes periodos: 2 a 3 meses (pre=6.66%, post=13.32%), 6 a 10 meses (pre=13.32%, post=13.32%), de 1 año a 1 año 8 meses (pre=13.32%, post=13.32%), de 2 años 8 meses a 3 años (pre=19.98%, post=19.98%) y de 4 años a 7 años (pre=13.32%, post=13.32%). En el postest aumenta el porcentaje de la categoría de 2 a 3 meses un 6.66%; se mantiene igual la categoría de 6 a 10 meses, de 1 año a 1 año 8 meses, de 2 años 8 meses a 3 años y de 4 años a 7. Por lo tanto el tiempo máximo que han durado ha sido variable para todos los participantes, pero se puede distinguir que se encuentran entre 2 meses y 3 años.

En cuanto al tiempo mínimo que han durado en una relación de pareja, el 19.98% de los participantes en el pretest no contestaron la pregunta, mientras los que si contestaron la pregunta tanto en el pretest (86.58%) como en el postest (100%), sus respuestas fueron variadas, por lo que se categorizaron de acuerdo a los siguientes periodos de tiempo: de 1 día a 1 semana (pre=33.3%, post=19.98%), de 15 días a 1 mes (pre=19.98%, post=33.3%), de 2 meses a 3 meses (pre=13.32%, post=26.64%), y de 6 meses a 10 meses (pre=6.66%, post=13.32%). En el postest aumentó el porcentaje de la categoría de 15 días a 1 mes y de 2 meses a 3 meses un 13.32%, de 6 meses a 10 meses 6.66% y disminuyó la categoría de 1 día a 1 semana un 13.32%. Observándose que el tiempo mínimo que han durado en sus relaciones de pareja, en general se encuentran entre 1 día y 3 meses.

Los datos anteriores, indican que casi todos los participantes han tenido al menos una relación de noviazgo, donde el tiempo máximo ha sido de 2 meses a tres años y el tiempo mínimo a sido de 1 día a 3 meses, las cuales han tendido a ser más destructivas que constructivas. Se puede resaltar que en el pretest en el momento indicado para elegir una pareja era determinado por factores externos, mientras que en el postest, distinguen que el momento indicado para elegir una pareja es cuando hay un autoconocimiento.

Elección de pareja

En el pretest el 93.24% contesto que si es importante la elección de la pareja y el 6.66% no contesto la pregunta; mientras que en el postest el 100% de los participantes mencionó que, si consideraban importante la elección de la pareja. Las respuestas dadas a por qué era importante la elección de la pareja se presentan en las siguientes categorías: es una persona con la que se comparte la vida y proyectos (pre=26.64%, post=79.26%), para vivir en armonía y evitar problemas con su pareja (pre=13.32%, post=13.32%), porque te permite saber con quien eres compatible (pre=19.98%, post=6.66%), te permite crecer como pareja y conocerte a ti mismo (pre=13.32%, post=6.66%) y porque es necesario encontrar a alguien que te satisfaga (pre=26.64%, post=0%). En el postest aumentó el porcentaje de la categoría de es una persona con la que se comparte la vida y proyectos 46.62%; disminuyó la categoría de porque te permite saber con quien eres compatible 13.32% y te permite crecer como pareja y conocerte a ti mismo 6.66%; se mantuvo igual la categoría para vivir en

armonía y evitar problemas con tu pareja y desapareció la categoría porque es necesario encontrar a alguien que te satisfaga. Por lo tanto se puede observar que los participantes consideran la elección de la pareja importante porque es elegir a la persona con la que compartirá su vida y proyectos, principalmente.

Una vez descritos los resultados obtenidos en cada uno de los rubros se puede afirmar que hay diferencias en los datos obtenidos entre el pretest y el posttest, como resultado de la intervención del taller aplicado, ya que los participantes distinguen con mayor precisión los elementos que influyen en la relación de pareja y de qué manera estos intervienen en la elección de la misma, dando origen a una relación constructiva o destructiva y las consecuencias de estas a nivel individual y social. Además de que sus respuestas después del taller tendieron a ser más reales que ideales.

II. Resultados por sesión

Para hacer objetivo el proceso del taller informativo - formativo y poder apreciar el por qué hubo cambios en los participantes, se requiere destacar que la esencia para el aprendizaje dentro del mismo, fueron las técnicas vivenciales, por lo que es necesario describir y analizar los resultados de las técnicas más importantes de cada una de las sesiones, de acuerdo a como se presentaron en el procedimiento.

SESIÓN 1. Presentación

Sus expectativas en relación al taller fueron las siguientes:

- Tener novio (a).
- Saber qué influye para elegir una pareja.
- Saber porqué tenían malas relaciones de pareja.
- Para aprender más.
- Relacionarse con más personas.
- Conocerse más.

Las reglas de participación propuestas por el grupo fueron:

- Respetar lo que cada uno de los participantes comparta.
- Disponibilidad de cambio.
- Puntualidad.
- Compromiso por el trabajo en grupo.
- Cumplir con las actividades que se les indicaran.
- Escuchar a los demás.
- Confidencialidad.
- Asistencia.

SESIÓN 2. Antecedentes históricos de la pareja y sus características

Se retomó la tarea de observar una pareja que les gustara y que la describieran, sólo que el 73.26% afirmó que no conocían alguna pareja que les agradara cómo llevaban su relación, mientras que el 26.64% mencionó que las relaciones que les gustaban eran las de algún amigo (6.66%), sus padres (6.66%) o hermanos (13.32%). Por lo que se puede observar que hay pocas relaciones constructivas en su entorno, o que los participantes no las captan, y en los casos donde sí las captan son de hermanos pero con un mínimo porcentaje, o podríamos decir que casi nulo con los padres o amigos. Esto indica que las relaciones dentro del sistema familiar no tienden a ser muy constructivas, por lo que esto también lo llevan a sus relaciones de amistad.

Por otra parte en cuanto a la técnica "El collage" (Ver anexo 3), donde los participantes plasmaron las características que pensaban debía tener una pareja en la actualidad, los resultados se presentan en la TABLA II.1 en cuatro rubros: 1. Elementos en la relación, 2. Creencias, 3. Sexualidad y 4. Aspectos negativos.

TABLA II.1 Características que debe tener la pareja en la actualidad.

Elementos en la relación	Creencias	Sexualidad
<ul style="list-style-type: none"> • Participación de ambos • Hay: - Comunicación - Compromiso - Apoyo - Superación - Complicidad • Debe haber: - Tolerancia - Igualdad - Planes a futuro en pareja - Apertura - Similitudes - Individualidad - Comprensión - Aceptación - Proyecto de vida individual - Conocimiento - Negociación - Se debe ser activo en la relación 	<ul style="list-style-type: none"> • Matrimonio joven • Pocas parejas llegan a la vejez juntos • Hay patrones establecidos para el hombre y la mujer • Lucha entre hombre y mujer • Debe haber participación de la mujer • La pareja vive en matrimonio • La religión esta presente en la pareja • La mujer es el sostén de la relación 	<ul style="list-style-type: none"> • Protección (anticonceptivos) • Satisfacción de ambos • Puede haber una relación entre heterosexuales y homosexuales <p style="text-align: center;">Aspectos negativos</p> <ul style="list-style-type: none"> • No somos como somos • Un miembro de la pareja somete al otro. • Puede ser destructiva • No debe haber indiferencia • Hay ambivalencia

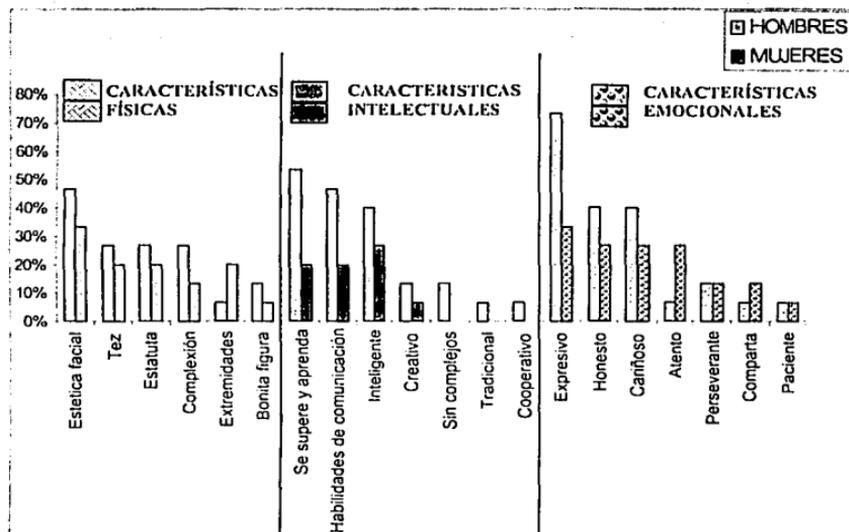
En la TABLA anterior se observa que:

1. En "los elementos que hay en una relación de pareja", los participantes utilizaron dos palabras para describir las características de una pareja, estas son: "hay" y "deber ser". Esto indica que cuando usan la palabra "hay" es porque son elementos que si han distinguido en las parejas, mientras que el "debe ser" o el "debe haber" sugiere que son características que desearían en su pareja o las parejas que les rodean, pero que no están presentes. Además, se puede observar que mencionaron menos elementos con la palabra "hay" y la frecuencia con que se utilizó el "debe ser" o el "debe haber" fue mayor. Esto sugiere, que las características antes mencionadas, describen su ideal de pareja más que una realidad.
2. Las "creencias" se dirigen más hacia el rol del hombre o la mujer; la mujer como encargada de la relación y de dirigir la casa, mientras que al hombre se le ubica como proveedor. Con relación a la pareja se habla del matrimonio, mencionándolo también como un vínculo religioso y según los participantes esto es importante en la sociedad. Además, existe la creencia de que las parejas se separan, esto sugiere que para los participantes, las separaciones, son parte de su realidad.
3. En cuanto a la "sexualidad", mencionan que es importante cuidarse o usar anticonceptivos para no embarazarse, sólo que no mencionan en ningún momento la paternidad como una característica de la pareja y pareciera que al hablar de anticonceptivos es como el poder tener relaciones sexuales pero sin ningún compromiso mayor al de estar juntos en el momento.
4. Algo importante es que los participantes mencionaron aspectos negativos de la pareja y no sólo las características positivas. Los aspectos negativos están referidos a la lucha de poder, la indiferencia en las relaciones y el no mostrarse como son.

En cuanto a la técnica "El círculo" (Ver anexo 3) realizada para que distinguieran y compartieran que características físicas, intelectuales y afectivas, cada uno de los

participantes, quería o buscaba en su pareja, se mencionan y se presentan a continuación por sexos en la GRÁFICA 1.

GRÁFICA 1. Características físicas, intelectuales y emocionales que buscan en una pareja.



En la GRÁFICA anterior se puede observar que los valores más altos en relación al hombre se encuentran en el área emocional posteriormente el intelectual y por último el físico; mientras que para la mujer el área emocional fue la más alta, le continúa la física y finalmente la intelectual. Por otra parte, los hombres piden más características sobre las mujeres que las mujeres a los hombres. Esto sugiere lo siguiente:

- Para el hombre son más importantes los aspectos físicos que para la mujer.
- Para la mujer es más importante los aspectos emocionales, y el hombre espera que la mujer proporcione a la relación la parte afectiva.
- El hombre tiende a ser más idealista que la mujer, debido a que pide más características positivas y en un mayor porcentaje, en comparación con la mujer que

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

coincide en las mismas características, excepto en el aspecto intelectual, pero en un menor porcentaje

- El hombre puede tender a esperar más del la mujer que la mujer del hombre en una relación de pareja.

Por lo que se puede afirmar que se cumplió el objetivo de la sesión, que era que los participantes identificaran algunas características de la pareja actual, después de revisar la historia y sus vivencias.

SESIÓN 3. Concepto de pareja.

Su experiencia al mirarse al espejo se presentan a continuación:

- A un 46.62% de los participantes le pareció normal.
- Se dieron cuenta que están cambiando fue un 19.92%.
- Les dio gusto verse al espejo a un 13.32%.
- No les gusto mirarse a un 19.92%, por darse cuenta de que había aspectos de su físico que no les agradaba.

Los participantes a los que les pareció normal mirarse en el espejo, comentaron que es porque lo realizan como una actividad cotidiana y no se detienen a verse de forma consciente.

Los participantes que afirman haberse dado cuenta de que cambiaron cuando se miraron en el espejo, se refirieron a cambios físicos como consecuencia del desarrollo biológico y no hicieron referencia a cambios emocionales.

A los que les dio gusto verse al espejo, fue porque además de observar cambios físicos, también se dieron cuenta de lo que expresaba su cuerpo emocionalmente, como el estar tristes, preocupados, estresados o contentos.

A los que no les gusta verse, fue porque identificaron que hay cosas que no les gusta de su cuerpo y esto les lleva a no sentirse bien emocionalmente, además de no aceptarse como son.

Por lo tanto se puede observar que un 66.6% de los participantes no hicieron referencia a sus aspectos emocionales, costándoles trabajo verse a sí mismo y confrontarse, evadiendo así la realidad. Mientras que a un 33.3% de los participantes aceptan que les cuesta trabajo aceptarse a sí mismos pero identifican aspectos de ellos que no les gustan y que influyen para que se sientan mal.

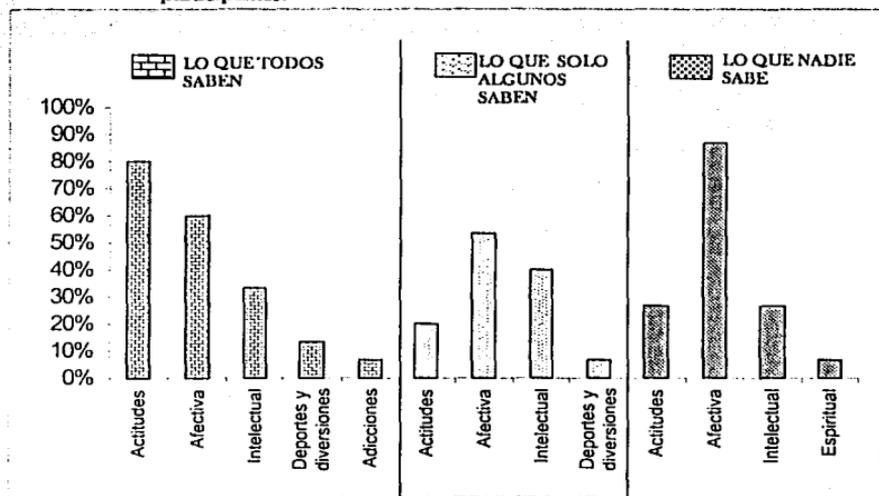
En cuanto a la técnica "Visualizarme como soy" y la técnica "del iceberg individual y de pareja" (Ver anexo 4), en ellas escribieron aspectos de ellos mismos en tres niveles: 1. Lo que todos saben, 2. Lo que solo algunos saben y 3. Lo que nadie sabe; y en cuanto a su pareja 1. Lo que todos sabían de él o ella, 2. Lo que sólo algunos sabían de él o ella y 3. Lo que nadie sabe de él o ella. Sólo que para presentar los resultados por nivel tanto del iceberg individual como el de pareja, las respuestas de los participantes se reagruparon en las siguientes áreas:

- ✓ **Actitudes**, estos se refieren a las conductas que se toman en relación con otras personas o situaciones, como son el ser: sociable, agresivo, irresponsable, impuntual, abierto, ecologista, seguro, aprovecharse de los demás, mentir, altruista, insegura, las relaciones dentro de la vida familiar y melindroso.
- ✓ **Afectivas**, son la forma en como manejan las emociones y sentimientos que experimentan ante ciertas personas, situaciones o eventos, como: ser poco expresivo, sincero, alegre, feliz, cariñoso, obstinado, vulnerable, enojón, depresivo, con miedos, egoísta, baja autoestima, odio y el dolor a perder.
- ✓ **Intelectuales**, son los relacionados a los procesos racionales como: entendimiento, solución de problemas, elaboración de proyectos a futuro, ser analista, estudioso, elocuente y perfeccionista.

- ✓ **Deporte y diversión**, son las actividades físicas y de recreación que se realizan por disciplina o pasatiempo.
- ✓ **Adicciones**, son el consumo continuo de cualquier sustancia que altera el estado consciente de las personas y que generan dependencia, en particular para este grupo, el alcohol.
- ✓ **Espiritualidad**, se refieren a la religión que practican y a su creencia en un Dios.

Así, una vez descritas las áreas, se puede observar en la GRÁFICA 2, los porcentajes en cada uno de los niveles y áreas.

GRÁFICA 2. Aspectos que todos saben, que sólo algunos saben y que nadie sabe de los participantes.



En el nivel de lo que todos ven, se puede observar que los participantes hablan o dejan ver a las personas que los rodean, su área de actitudes y posteriormente el área

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

afectiva, con un menor porcentaje el área intelectual, de deportes y diversión y la de las adicciones.

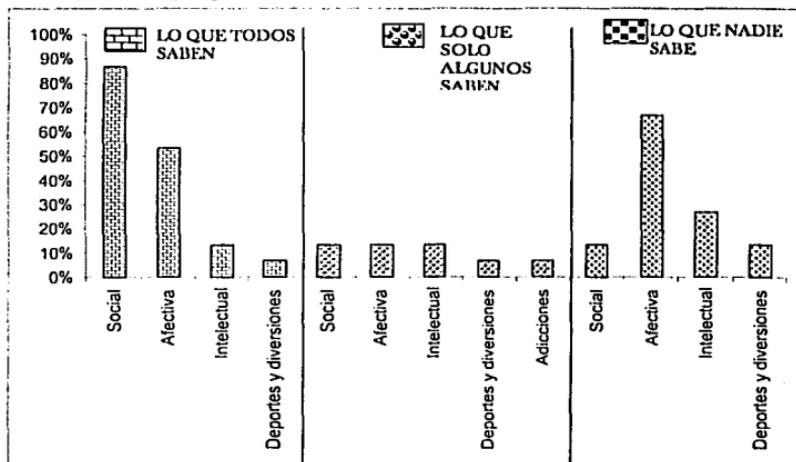
Lo que sólo algunos ven, principalmente se refiere al área afectiva, posteriormente se encuentra el área de actitudes e intelectual, y con porcentajes muy bajos el área social y de deporte y diversión.

En cuanto a lo que nadie sabe de ellos, se encuentra principalmente en el área afectiva, y con un mínimo porcentaje el área de actitudes, intelectuales y espiritual.

Lo anterior nos permite ver que a nivel individual es más probable que permitan que los demás vean de ellos, aspectos que se refieren a las actitudes que pueden tomar, y el área afectiva sólo se la permiten ver a algunos y en un gran porcentaje se guardan sus sentimientos o emociones y nos las comparten con nadie, principalmente lo que se refieren a sentimientos negativos.

En cuanto a "El iceberg de la pareja" se pueden observar en la GRÁFICA 3 los resultados:

GRÁFICA 3. Aspectos que todos saben, que solo algunos saben y que nadie sabe de sus parejas.



Los participante afirmaron que lo que todos sabían de sus parejas se refería más al área de actitudes, y posteriormente a la afectiva, intelectual y la de deporte y diversión.

Lo que solamente algunos sabían de sus parejas se encontraba en las áreas de actitudes y afectiva. Lo que suponían de su pareja y nunca le dijeron pertenece al área afectiva.

Por lo tanto, estos datos sugieren que para los participantes y para algunas de las parejas que han tenido o tienen, les es más fácil hablar o permitir ver aquellos aspectos que se refieren a sus actitudes, y en cuanto a sus emociones o afectos positivos. Mientras que lo que solo algunos ven o saben, o lo que nadie sabe de ellos, se refiere principalmente a sus emociones o afectos negativos que pueden sentir por alguna persona, con ellos mismos o ante ciertas situaciones.

En esta sesión se retomaron algunos elementos de la pareja ideal y se aterrizó con la pareja que realmente han tenido. A partir de las vivencias se explicó el concepto de pareja.

Algunos de los participantes distinguieron que sus relaciones de pareja, se han parecido a los icebergs, ya que se atraen aparentemente por lo que cada uno presenta a simple vista, pero que lo que realmente hace que permanezcan juntos son los que están hasta al fondo del iceberg es decir lo que se oculta, los miedos, las interpretaciones y más cosas que no se expresan.

Por lo que se puede observar que los participantes definieron lo que era una pareja, a partir de lo que ellos pensaban y posteriormente se complementó con una explicación teórica. Así el objetivo de la sesión se cumplió.

SESIÓN 4. Mi historia de vida

En relación a la película "Línea Mortal", se analizó de acuerdo a los siguientes puntos:

- ⊙ Una breve narración sobre la temática de la película,
- ⊙ La relación de esta película con el tema de esta sesión y
- ⊙ La identificación de las historias de vida de cada uno de los personajes principales.

- ⊙ Con respecto al primer punto, los participantes mencionaron que:
 - La trama es sobre cinco estudiantes de medicina interesados en lo que sucede después de la muerte.
 - Para investigar qué es lo que sucede, deciden experimentar con ellos mismos.
 - En ese experimento, hacen un recorrido por su historia de vida y en ella encuentran recuerdos que estaban guardados y que al hacer contacto con ellos pareciera que buscaban la manera de reparar el daño causado.

- ⊙ Los participantes mencionaron que, la relación de la película con la sesión de ese día fue que:
 - Se identificó la importancia de la historia de vida en las decisiones que cotidianamente se toman.
 - Ver la relación que algunos tienen con sus padres.
 - Observar, algunas de las acciones que dañan a terceras personas y las consecuencias que se tienen.

- ⊙ Sobre la identificación de las historias de vida, los participantes mencionaron algunas características de los personajes:
 - Del primer personaje comentaron (Nelson), que después de la participación en el experimento se autocastigaba como una manera de pagar la muerte de un niño, acto que realizó cuando él también era niño; creyendo que la única manera de reparar el daño es con su misma muerte.

- Sobre el segundo personaje, se comentó que grababa en video imágenes de algunas chicas teniendo relaciones sexuales, al regresar de la "Línea Mortal" regresaban esos recuerdos, aparentemente la manera de reparar el daño fue al terminar la relación con su prometida.
- El tercer personaje (David), Cuando participa en el experimento recuerda que cuando estaba en la escuela básica, junto con otros compañeros molestaba a una niña de color, al grado de hacerla llorar, la opción que encontró para reparar el daño causado fue pedir perdón.
- En el caso de Rachel, el último personaje que participó en el experimento, una de las motivaciones más importantes que tenía para participar en este estudio era la posibilidad de saber sobre su padre; él fue soldado en la guerra de Vietnam y por un accidente muere, la madre de ella le dice que ella es la culpable de su muerte, Rachel tenía aproximadamente cinco años cuando sucedió esto.
- Las características que tienen en común los participantes es que ninguno tiene pareja, no se comprometen con otras personas y hablan poco de sí mismos.
- Con este análisis se observa que la historia de vida, las relaciones con los padres, los acontecimientos importantes en la familia, las acciones que se realizan hacia otras personas y las interpretaciones influyen en las elecciones presentes y una de esas elecciones es la elección de pareja.

Posterior al análisis de la película se les indicó a los participantes que se dividieran en dos equipos con el mismo número de participantes, para compartir parte de su historia de vida y familiar que hubieran sido significativos (cada uno de estos equipos estuvo dirigido por un coordinador).

Es importante mencionar que los participantes comentaron su historia de vida durante la sesión cuatro y cinco, pero para fines de presentar esta información se reportan todas las historias de vida en esta sesión.

Las historias de vida de los participantes se presenta de manera breve a continuación :

Participante 1

Su familia esta integrada por cuatro personas, el papá, la mamá y dos hijos, es el mayor de dos hijos, sus padres viven juntos. El padre por dedicarse al trabajo a destinado poco tiempo a la convivencia familiar. La mamá es la que se encarga del cuidado directo de los hijos, es de carácter fuerte, el participante menciona que le cuesta trabajo relacionarse con ella puesto que la considera dominante. Para los padres lo más importante es lo que se refiere a la escuela.

La relación con su hermano no es muy buena, ya que siente que no son tratados de la misma manera por sus padres. Vive con ellos la abuela materna, él la describe como una mujer muy posesiva controladora y con la que no se puede tener una conversación, porque "no piensa", es de carácter muy parecido a la madre. Mencionó estar enojado con sus padres por que todo el tiempo le han exigido buenas calificaciones, motivo por el cual ha dejado cosas que a él le gusta realizar. Menciona que ahora será diferente, ya que sus padres tienen que entender que ahora va la de él, que hará lo que quiera, que en varias ocasiones ha discutido con su madre y le grita.

Además refirió parecerse a su papá en el carácter, que no expresa sus emociones, que esta para cuidar a su mamá y su hermano e inclusive, algunas veces a su papá, ya que él no le expresa a su mamá lo que le molesta o cuando se enoja, tolera que su mamá sea la que grite, la que exija y que eso también le enoja.

Participante 2

Ella vive sólo con su madre, pues meses antes del taller, los padres se separaron y el hermano menor contrajo nupcias. La relación con su padre hasta el momento de la separación la describe como conflictiva, menciona que es una persona exigente y que siempre trato mal a su mamá y también a ella, quería que se le atendiera en lo que él quería, gritaba, las agredía física y psicológicamente, no aportaba lo suficiente para el mantenimiento

de la casa y los estudios de ellos; después de la separación la relación con él es sólo para hablar de cosas superficiales, mencionó no haber tenido una conversación profunda o personal sobre lo que siente. La relación con su madre no es buena, cuando vivía con su padre le molestaba que la madre le soportara a su papá los malos tratos y las palabras ofensivas que utilizaba para referirse a ella; ahora viven juntas y refiere tener discusiones por las creencias sobre una pareja, la sexualidad, las actividades que realiza y el tiempo que comparten juntas, sobre la relación con su novio y que últimamente se le ha hecho imposible comunicarse con ella. La relación con su hermano es buena, ahora se frecuentan poco.

Ella menciona que se parece a su papá, y que reconoce que a veces también se relaciona con su mamá como su padre lo hacía, le grita, le exige y que se da cuenta, pero a veces le cuesta trabajo, hacerlo de otro modo, que en ocasiones le ha pedido que la deje ser responsable de ella y que no le lave su ropa, ni haga sus actividades de casa, pero que la madre está tan acostumbrada a atender a los demás que continúa haciéndolo.

Las relaciones de pareja que ha tenido se han parecido también a su padre, en el sentido de que no le dan "su lugar" a la mujer, pero cuando ella siente que quieren entrar en algo más profundo con relación a sus sentimientos ella termina la relación; mencionó que en algunas ocasiones ha tenido miedo de relacionarse con otra persona por miedo que se repita lo mismo que con su madre. Por otra parte, actualmente en la relación que tiene, se ha permitido, confiar y comunicar lo que siente, lo que le molesta y lo que necesita.

Participante 3

La participante mencionó que vive actualmente con su madre y su abuela materna, no ha convivido con su padre biológico y lo ha visto uno o dos veces de lejos. Mencionó que en familia se vive un matriarcado, la abuelita es la que determina qué es lo que se hace y con quién. La relación con su madre no es buena, con frecuencia discuten por cosas que no son importantes; actualmente la mamá ha comenzado a vivir con una pareja, ella menciona que se lleva bien con él y que no le molesta lo que su mamá haya decidido en relación con su pareja. Sobre su papá mencionó que no sabe nada de él y que no es algo que le moleste, que no le hace falta y que siempre ha estado bien sin él.

La abuela ha vivido sola por mucho tiempo, el abuelo se fue, juntos tuvieron tres hijas, su mamá que fue madre soltera, una tía que también es soltera y otra tía que se fue de la casa contrajo nupcias en contra de los deseos de la madre. Sobre sus relaciones de pareja indicó haber tenido pocas experiencias de noviazgo.

Dice no saber a quien se parece, que a veces no cree parecerse a su madre, pero que no sabe cómo es su papá, mencionó que cuando era niña no tuvo un modelo paterno o alguien que ocupara ese lugar, siempre vivió sólo con su madre y su abuela.

Participante 4

Es el más pequeño de 3 hermanos. La relación entre sus padres no es buena, porque su padre es alcohólico y su madre siempre se comporta sumisa con su padre. Tanto en la familia de su padre como en la de su madre han ingerido alcohol. Lo único que ha hecho su madre es quejarse del alcoholismo de su padre. Siempre ha sentido que su papá nunca lo ha reconocido en nada y ni le ha demostrado que lo quiere. Pero lo que más le molesta es darse cuenta que se parece a su papá porque él también consume alcohol.

Se acuerda que de niño se escondía en el ropero muy asustado para que su papá no le pegara cuando hacía travesuras o cuando ingería alcohol y le llegaba a pegar a su mamá. Cuando su papá tomaba se gastaba todo el dinero sin darle nada a su mamá, por lo que él siempre vio que tenía para gastar con sus amigos pero no para darles de comer.

En la familia de su papá principalmente, pero también en la de su madre, los hombres de generaciones pasadas se han casado porque se han robado a las mujeres y han abusado sexualmente de ellas o se han casado con mujeres que fueron abusadas por otro hombre y como consecuencia de estos abusos han tenido hijos.

Lo que más le disgusta es que su mamá se haya dejado maltratar de su papá y que se da cuenta que en su familia se abusa de la mujer.

La relación con su hermano mayor, el cual ya es casado, es buena tanto con él como con su cuñada; mientras que con el segundo de los hermanos que también es casado, no es muy buena su relación con él y con su cuñada, ya que pelean y difieren en opiniones. Afirma que la relación de su hermano mayor con su esposa es muy buena ya que se comunican y se tienen confianza, además que su hermano le es fiel a su cuñada. El segundo de sus hermanos pelea constantemente con su esposa y se han agredido física y verbalmente, es alcohólico y no le es fiel a su cuñada, según sus propias palabras ella es una histérica.

Participante 5

Es la segunda de tres hermanas. Actualmente sus padres viven juntos. Recuerda que sus papás se separaron cuando ella era niña, esto se debió a problemas económicos, a partir de esto la relación entre sus padres se comenzó a tomar tensa económicamente hasta que afectó también su relación amorosa y decidieron separarse. En ese periodo ella, sus hermanas y su mamá se fueron a vivir a Monterrey, lo cual fue muy difícil para todas sus hermanas, después de unos meses su papá fue a buscar a su mamá y se reconciliaron, posteriormente regresaron a la Cd. de México y volvieron a vivir juntos. A partir de entonces ella sintió que su mamá tuvo más preferencia por su hermana la mayor a quien le platicaba todos sus problemas y que su papá consentía a su hermana la menor, por lo que a ella nadie la quería.

Por otra parte, ella piensa que su mamá es la que manda y dice qué es lo que se va a hacer y que su papá siempre les ha dado todo y a trabajado para darles más de lo que él puede, aunque él no se compre o se quede sin nada, por lo que, a partir de esto ha aprendido que los hombres están para servir a la mujer y complacerla, por lo tanto, es lo que espera en sus relaciones.

Sin embargo a interpretado que su papá ha sido muy tonto por dejado y que su mamá se ha pasado de lista con su papá. Por lo tanto para ella los hombres son muy tontos y las mujeres unas aprovechadas.

Participante 6

Su familia esta integrada por su padre, su madre y tres hijos, ella es la mayor de dos varones. Mencionó que su padre se dedica a los transportes, por lo que hubiera querido que su primer hijo fuera varón. Se refirió a su padre como una persona de carácter fuerte, con ideología machista. Sobre su madre mencionó que es una mujer abnegada, que hace lo que el marido quiere. Sus hermanos trabajan con su papá y la relación con ellos no es buena, puesto que también han crecido con la mentalidad del padre. Ella para poder relacionarse con su padre ha tenido que ser poco femenina y de carácter fuerte, ya que las mujeres son débiles.

Sobre su relaciones de pareja mencionó que han sido pocas, pero que ella es la que ha tenido el control en las relaciones.

Participante 7

Su familia esta integrada por su padre, la madre, y dos hijos. El participante es el mayor. Mencionó que sus padres viven juntos y tienen una relación destructiva; su padre consume alcohol desde hace mucho tiempo y su madre es muy controladora. Señaló que se siente enojado con su madre, porque desde pequeño ella ha controlado los espacios, los tiempo y las actividades que ha realizado. Durante su estancia por la secundaria fue un niño muy conflictivo, con frecuencia era reportado por los maestros y le enviaban citatorios a casa, esto con la finalidad de molestar a su mamá que en ese momento no tenía control sobre él.

Por otra parte se refirió a su padre como una persona de poco carácter, su madre le grita fuerte, lo manda y le exige cosas que el padre no le puede dar, el participante menciona que no sabe porque sus padres no se han separado. En el momento mientras platicaba recordó, que cuando el era pequeño su mamá le dijo que se separaría de su padre y éste le comentó que por favor no lo hiciera, y ahora que lo recuerda, el se ha sentido el responsable de que sus padres estén juntos, a pesar de que la relación entre ellos no es buena.

Mencionó que en algunas épocas de su vida ha buscado opciones para salirse de su casa, afirmó además, que él consume alcohol y cigarrillos al igual que su padre, que ha tenido muchas novias, pero que las más significativas han tenido la característica de ser celosas y posesivas, pero que también en ellas ha buscado el apoyo que no siente en su casa.

Participante 8

Es el más pequeño de 6 hermanos. Cuando era niño toda su familia vivía en la casa de su abuela paterna, sólo que esta no los quería y le metía ideas a su papá para que peleara con su mamá. A los 6 años vio que su papá le estaba pegando a su mamá, además de que tomaba alcohol y le era infiel a su mamá. Sus padres se separaron cuando él tenía 8 años y se fueron de la casa de su abuela a buscar otro lugar para vivir. Durante el tiempo que permanecieron con su papá, él observó que su mamá era sumisa y dócil y no le ponía límites a su padre además de que su papá nunca se separó de su abuela, siempre le dio preferencia a esta última que a su mamá. A partir de esto, ha visto que las mujeres son sumisas, pasivas y que son muy dejadas de los hombres y es algo que a él le molesta.

Participante 9

Actualmente vive con su mamá, su padrastro y sus dos medios hermanos. Él comenta que fue hijo de madre soltera hasta sus tres años, durante estos tres años su mamá trabajaba de enfermera en un hospital en la Cld. de México y como no lo podía cuidar lo fue a dejar a Hidalgo con una tía hermana de su mamá y sólo lo iba a ver los fines de semana. Hasta que a los tres años su mamá fue por él y lo trajo a vivir con su actual pareja, pero él nunca aceptó y quiso a la pareja de su mamá, porque sintió que le quitó a su mamá. Su padrastro no lo ha tratado mal y ha tratado de incluirlo en su familia, pero él no ha aceptado y casi no convive con sus medios hermanos y su padrastro. Afirma que su padre adoptivo y su mamá se llevan bien.

Comenta que nunca conoció a su padre biológico y su mamá en ningún momento le platicó nada de él. Lo único que sabe es que cuando su madre estaba embarazada de él, su padre no quiso casarse ni hacerse cargo de él.

En cuanto a la familia de sus mamá, tiene varias hermanas que fueron madres solteras. Y que sus tños maternos no han permanecido con sus esposas ya que les han sido infieles y las dejan para irse a vivir con otra mujer. Por otra parte lo hombres sí han reconocido a los hijos de sus segundas esposas aunque no sean se ellos.

Participante 10

Es la mayor de dos, viven con su abuela materna, sus hermanas y su mamá. Actualmente sus padres están separados, lo cual indica que ha sido algo que le ha molestado porque, se han dejado varias veces cuando su padre se va con alguna otra mujer, sin embargo cuando se enoja con la otra mujer se regresa con su madre y esta lo acepta. Para que ella y su hermana no se enojaran, su madre en algunas ocasiones se veía con su papá a escondidas como novios, sólo que llegaba un momento en el que ellas se daban cuenta, o llegaba su papá y ya no se iba y su mamá decía que lo tenía que perdonar porque lo quería mucho. Ella le ha aconsejado a su madre que se busque otra pareja, para que su papá vea que no esta sola y que no va a estar cuando él quiera.

Su mamá tiene un trabajo donde viaja constantemente por lo que se ven en la semana una o dos veces y con su papá tiene aproximadamente tres meses que no se ven.

Para ella, toda la situación antes descrita, ha significado que no le van a hacer lo mismo. Un tiempo anduvo con un hombre casado y a ella no le importaba, siempre se hacia en la relación lo que ella decía y si no se hacia se enojaba con él. Por su parte ella buscaba que la esposa del chico se diera cuenta de que andaba con su esposo para hacerla sentir que la prefería a ella. Hasta que un día él no llegó y ella lo dejó, desde entonces no ha regresado, aunque él le insistió mucho tiempo.

Afirma que le molesta que la mujer sea tan cursi y que se tengan que vestir muy femenina, para ella esos son signos de debilidad, por lo que ha incursionar en actividades donde participan principalmente los hombres. Ella habla como quiere y cuando quiere con o sin groserías. Le cuesta mucho trabajo reconocer a los hombres y darles un lugar en su vida.

Participante 11

Su familia esa integrada por el padre, la madre y cinco hermanos, el participante es el menor, todos son solteros. La relación entre sus papás, aunque viven juntos, desde que él se acuerda ha sido conflictiva, su papá consume alcohol, cuando el participante era pequeño su mamá lo mandaba a cuidar a su papá para que no se gastara con sus amigos el gasto, ya que no proporcionaba económicamente lo suficiente para la manutención de los hijos y pagar los gastos de la escuela. Por otra parte la encargada de la educación de lo hijos, de manera directa, fue la madre; la describe como de carácter fuerte y que ha sacado adelante a los hijos aún sin el apoyo real del padre, él la recuerda como exigente para las cosas de la escuela y poco expresiva sobre lo que siente, actualmente le cuesta trabajo hablar con ella sobre aspectos que se relacionen con sus emociones.

Se describe como una persona tímida, poco sociable, ha dedicado gran parte de su tiempo al deporte y a la actuación, comenta que desde pequeño en algunas ocasiones se sentía un poco "menos" que los demás compañeros y eso era algo que le impedía relacionarse con ellos.

Participante 12

Es el hijo menor de 4, con los que lleva una relación buena, ahora todos ya se casaron. Sus madre es viuda, su padre falleció hace aproximadamente un año y medio. Cuando su padre vivía, menciona que era de carácter recio, con ideas machistas y que golpeaba a su madre, que era desconfiado.

Hablo de su madre como una mujer abnegada, encargada del cuidado de los hijos y que en su juventud no realizó otras actividades fuera del hogar. Comentó que nunca ha tenido novia y que por el momento no es una prioridad.

Participante 13

Sus padres siempre han sido una pareja muy unida, que se han apoyado y querido. Ella admira y quiere mucho a su papá porque siempre ha estado con ellos nunca los ha abandonado y porque le ayuda mucho a su mamá. Ve a su mamá como una mujer muy fuerte siempre entregada a sus familia pero que tiende a enojarse y alterarse muy fácilmente.

Considera que lo anterior se debe a que le dio gangrena a su papá en ambos pies y le tuvieron que amputar ambas piernas, por lo que a partir de ésto ha sido difícil la situación económica y que su mamá tuvo que salir a trabajar, mientras que su papá se queda en casa a ayudar en lo que puede. Siente que se le cayó su mundo color de rosa a partir de lo sucedido con su padre.

Ella es la mayor de otro hermano con el que no ha tenido muy buena relación, debido a que él no hace lo que ella como hermana mayor le indica, además de que sus papás siempre la ponen de ejemplo ante su hermano porque ella es la hija inteligente y buena estudiante, cualidades que su hermano no ha desarrollado o no demuestra.

Las mujeres de su familia siempre han sido fuertes y trabajadoras. Por lo tanto quienes mandan y tienen el control de la familia son las mujeres.

Participante 14

Su familia de origen esta conformada por su padre, la madre y dos hermanas más, ella es la mayor. Recuerda que cuando era adolescente, no la dejaban salir a fiestas, ni tener amigos. Actualmente sus padres viven juntos, pero la relación que han tenido ha sido destructiva. Menciona que su padre es muy controlador y con ideas machistas sobre que la mujer debe quedarse en casa a cuidar y atender al esposo y a los hijos. Su madre es sumisa, siempre le ha hecho caso al padre, es muy sobreprotectora y de carácter fuerte.

Actualmente vive únicamente con su hijo, y se separo de su pareja porque le fue infiel en varias ocasiones y la humillaba demasiado, no se sentía apoyada por él, con frecuencia

discutían y en varias ocasiones intento separarse, pero el la amenazaba diciéndolo que le quitaría a su hijo.

Para ella los hombres son machistas, celosos, posesivos e infieles, la pareja con la que vivía tenía estas características. Se describe a si misma como una mujer muy fuerte, pero con mucho miedo.

Dentro de su familia se han presentado con frecuencia casos similares al de ella, pero la mujeres permanecen con su pareja a pesar de las acciones que ellos cometen y eso le conflictúa a ella, pues no sabía si permanecer, como todas las miembros de su familia o separarse a pesar de lo que le comentarán en su casa.

Participante 15

Tiene tres hermanas y un hermano, ella es la hija más chica. Todas sus hermanas se casaron aproximadamente hace tres años y actualmente se separaron. Dos de sus hermanas y sus hijos, viven con sus papás y ella. A ella le enoja que sus hermanas no se vayan a vivir solas con sus hijos y que estas todavía dependan de sus papás.

En cuanto a la relación de sus papás afirma que no es buena, ya que sus papás viven juntos, pero no se hablan más que para lo indispensable, viven en la misma casa pero duermen en diferentes habitaciones. Su mamá ha sido la que siempre manda y dice que es lo que se hace.

Ella siempre se ha sentido en medio de la relación de sus padres y no le gusta, además afirma que varios años de su vida sintió que su papá tenía la culpa de todo, solo que ahora se daba cuenta que se había aliado con su madre y que ésta la manipulaba siempre. Actualmente se enoja su mamá cuando ella defiende a su papá.

Funciona como intermediaria, porque ella siempre les dice que piensa uno u otro, o ella va y pide a alguno de sus padres lo que el otro le solicita. Se da cuenta que los problemas

de sus padres son muy aparte de los que ella pueda tener con cada uno de ellos, pero le cuesta trabajo aplicarlo en la práctica.

En las relaciones de noviazgo que ha tenido, se da cuenta que la que manda es ella, y si en algún momento no se hace lo que ella dice se enoja y los termina. Además, le da mucho miedo iniciar una relación y que se termine, la abandonen o separarse de su pareja.

Así, el objetivo de la sesión se cumplió, ya que los participantes compartieron eventos de su historia de vida importantes.

SESIÓN 5. "La familia, la cultura, la construcción del concepto de pareja, concepto de hombre mujer, la historia de vida, el autoconcepto, los amigos, el medio en que se desenvuelven, la educación y la sexualidad como elementos que influyen en la elección de pareja"

Sobre el análisis de la película "La sociedad de los poetas muertos", sus comentarios fueron que:

- Los estudiantes estaban en esa escuela por decisión de los padres, no por una decisión individual, lo que ocasionó que ellos buscaran opciones para sentirse pertenecientes al lugar, como la formación de la sociedad.
- Los padres de los actores eran los que decidían que harían, las amistades con las que podían salir, qué elegir, y sus desacuerdos eran castigados severamente.
- Uno de los personajes al elegir algo diferente a lo que los padres habían decidido, finalmente lo lleva a suicidarse.
- En esta película fue importante resaltar que los amigos tienen una muy alta influencia en la toma de decisiones de los participantes, principalmente en uno de ellos que esta

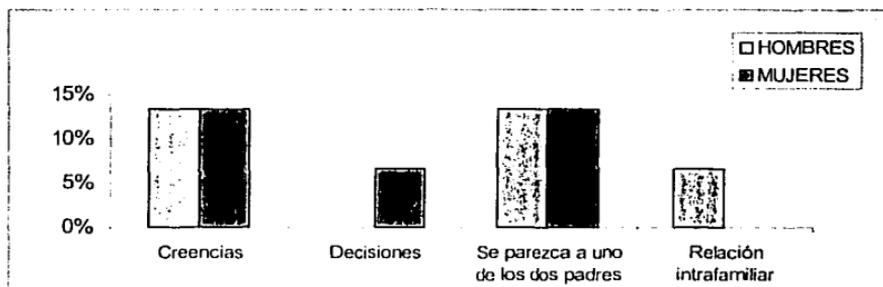
TESIS CON FALLA DE ORIGEN

enamorado de una joven porrista, y novia de uno de los jugadores de Fut-bol en otra escuela.

- Con relación a la influencia del medio sobre la toma de decisiones y la elección de pareja, se puede evidenciar en caso de la única pareja que se presenta en la película, que ella pertenece a un ambiente diferente al del joven, y eso le ocasiona problemas.
- En el caso del chico, el hecho de estudiar en una escuela para varones, no le ha dotado de las habilidades de comunicación y mucho menos para conquistar a una chica.

En la técnica "Figura humana" (Ver anexo 6), los participantes enlistaron los factores, que pertenecen a cada uno de los 10 elementos y que han influido en sus elecciones de pareja, apoyándose en los datos aportados durante la sesión anterior y en el genograma, los resultados se presentan a continuación.

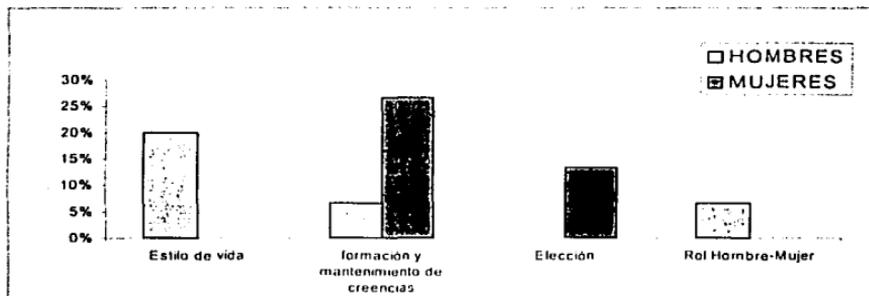
GRÁFICA 4. Influencia de la familia en la elección de pareja.



En la GRÁFICA 4, se puede observar que la familia, ha influido en la elección de pareja, tanto para los hombre como para la mujeres en las creencias (13.32%), en el parecido que tienen con el padre(13.32%) y sólo en el hombre, en la relación que establece con los miembros de la familia (6.66%); sólo en el caso de las mujeres en la toma de algunas decisiones. Por lo que se puede sugerir que en la familia, se desarrollan algunas de las creencias que las personas tienen en relación a la pareja, además al identificarse con el padre

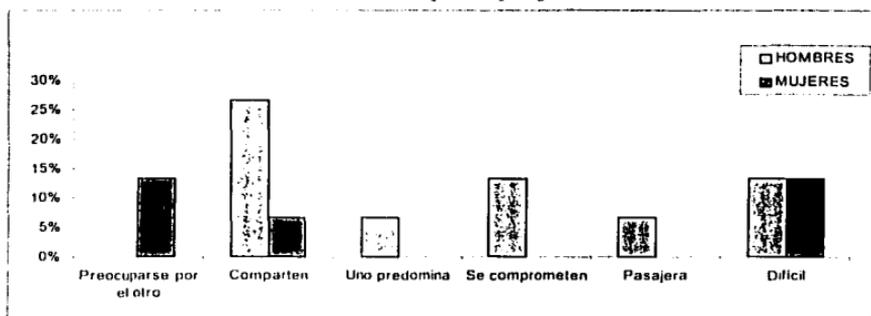
o la madre, buscan en la pareja alguien que se parezca al padre o la madre con la que se identifican para que el patrón de conducta se repita. En el caso de las mujeres los comentarios que hace los miembros de la familia influye para que tome decisiones sobre la elección o cómo debe de vivir algunas de las mismas creencias que le ha dictado.

GRÁFICA 5. Influencia de la cultura en la elección de pareja



Por otra parte, en los datos reportados se puede observar (Ver GRÁFICA 5) que la cultura ha influido en la mujer, en la formación y mantenimiento de creencias (26.64%) y en la elección de la pareja (6.66%). Mientras que en el hombre además de las creencias (6.66%), ha influido en el estilo de vida que debe llevar (19.96%). Como se observan sólo coinciden en la formación y el mantenimiento de las creencias; en el caso de la mujer es en la que más influye, ésto porque la mujer es la que tiene más estereotipos sobre como se debe comportar, o lo que debe esperar de una relación o lo que ella debe dar en la misma.

GRÁFICA 6. Influencia de su concepto de pareja en la elección de la misma.



En la GRÁFICA 6 se representan las ideas que tienen sobre la pareja y que a su vez han influido en su elección. Las ideas que tienen las mujeres son que deben preocuparse por el otro (13.32%), compartir (6.66%), y que es difícil vivir una relación (6.66%); mientras que para los hombres la pareja debe de compartir (26.64%), uno predomina (6.66%), se comprometen (13.32), la relación es pasajera (13.32%) y también les parece difícil vivir una relación (13.32%). Los datos en los que coinciden tanto los hombres como las mujeres es que debe de compartir y que es difícil. Estos datos presentan que la mujer en la relación mantiene los patrones de lo que debe ser dentro de la relación y que para ella es más importante compartir que recibir, mientras que para el hombre, es describir más elementos pero él es el que sigue manteniendo el control de la relación.

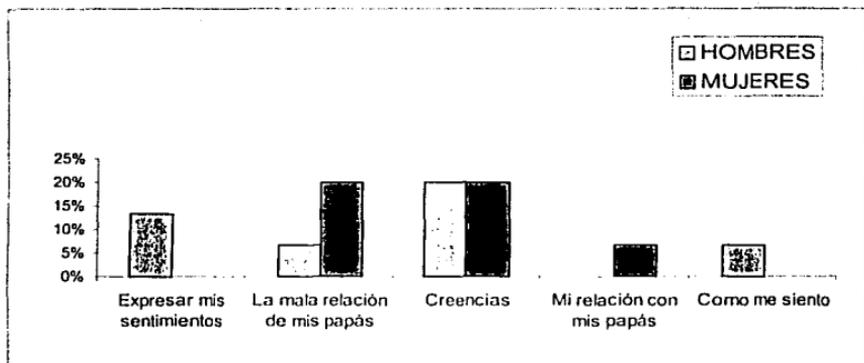
Estos datos se relacionan también con lo que aportan los participantes sobre el concepto que tienen del hombre y de la mujer, los cuales se presentan en la siguiente TABLA:

TABLA II.2 El concepto de los participante sobre Hombre - mujer.

	Lo que piensa El Participante	Lo que piensa LA Participante
HOMBRE	<ul style="list-style-type: none"> ⇨ Es proveedor ⇨ Aguantata ⇨ Hipócrita ⇨ Aprovechado ⇨ Malo ⇨ Abandona ⇨ Es poco expresivo ⇨ Débil 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Proveedor ◆ Comprensivo ◆ Servicial ◆ Intolerante ◆ Impulsivo ◆ Infiel ◆ Sumiso ◆ Ignora ◆ Es Conflictivo
MUJER	<ul style="list-style-type: none"> ⇨ Es fuerte ⇨ Manipula ⇨ Es débil ⇨ Es degradada ⇨ Recibe ⇨ Abierta ⇨ Sentimental 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Es fuerte ◆ Apoya ◆ Es controladora ◆ Tolerante ◆ Pasiva ◆ Capaz ◆ Amorosa ◆ Falta de decisión ◆ Activa ◆ Agresiva

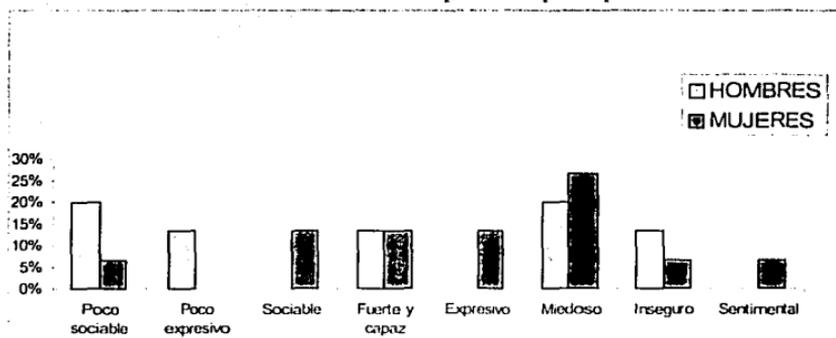
Con respecto al concepto de Hombre - Mujer, en la TABLA II.2 se puede observar las repuestas de los participantes, con respecto a lo que piensan de los hombre y de las mujeres. Encontrándose que tanto el hombre como la mujer piensa que el hombre es proveedor y la mujer es fuerte. Se puede inferir que el concepto que han elaborado, es a partir de la relación que han tenido con sus padres (mamá o papá) y la relación que han visto entre ellos, esto se correlaciona con su historia de vida. De igual manera estos conceptos los han elaborado a partir de la influencia cultural en la que se vive, donde el hombre es el proveedor y la mujer es la fuerte.

GRÁFICA 7. Aspectos de su historia de vida que han influido en la elección de pareja.



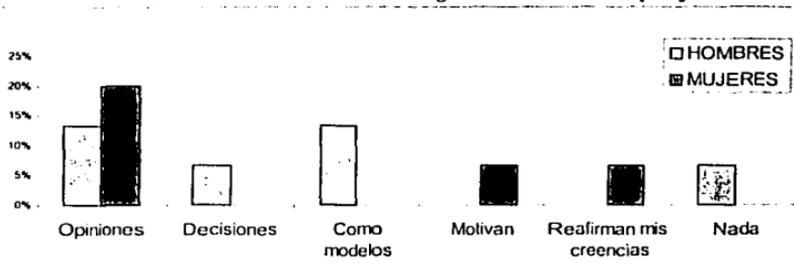
La historia de vida de los participantes la han conformado las creencias, la mala relación de sus padres, la expresión de sentimiento, el cómo se sienten y la relación con sus padres (Ver GRÁFICA 7). En el caso de las participantes lo que más ha influido en sus elecciones son: las creencias (19.98%), la mala relación entre sus padres (19.98%) y la relación con sus padres (6.66%). Mientras que para los participantes han sido las creencias (19.98%), la mala relación entre sus padres (6.66%) y el cómo se sienten (6.66%). Esta historia de vida tiene su origen en el seno familiar y algunos elementos que retoma del contexto en el que se desenvuelven.

GRÁFICA 8. Autoconcepto de los participantes.



En la GRÁFICA 8 se presentan las características con las que los propios participantes se describen, en la que el 46.62% del total, de los participantes se describen como miedosos. En el caso del hombre se describe como poco sociable (19.98%), poco expresivo (13.32%), fuerte y capaz, expresivo e inseguro (las últimas tres características con un 13.32%). Mientras que la mujer se describe como poco sociable y sentimental con un 6.66%, sociable, fuerte y capaz, insegura con un 13.32%. Se puede observar que las características con mayor porcentaje son aspectos negativos, mientras que, los que se pueden considerar como constructivos tienen menor porcentaje, estas descripciones, que hacen de sí mismos, sugieren que, en el momento del taller, la autoestima de los participantes tendía a ser más negativa que positiva.

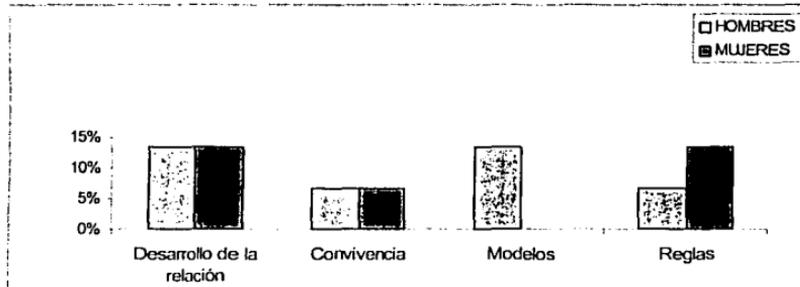
GRÁFICA 9. Influencia de los amigos en la elección de pareja.



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Como se observa en la GRÁFICA 9, los participantes mencionan que los amigos influyen en las opiniones, en la toma de decisiones, en el modelo que representa para ellos, en la motivación, en reafirmar las creencias que se aprenden en la familia, y para el 6.66% no influye en nada. Específicamente, para el hombre influyen en las opiniones, la toma de decisiones, los modelos; mientras que para la mujer influye en las opiniones, en la motivación y en que reafirman las creencias. Por lo que se puede apreciar que para el hombre es importante sentirse aprobado por sus amigos y en el caso de la mujer es la reafirmación de lo que se aprende.

GRÁFICA 10. Influencia del medio en el que se desenvuelven en la elección de pareja.

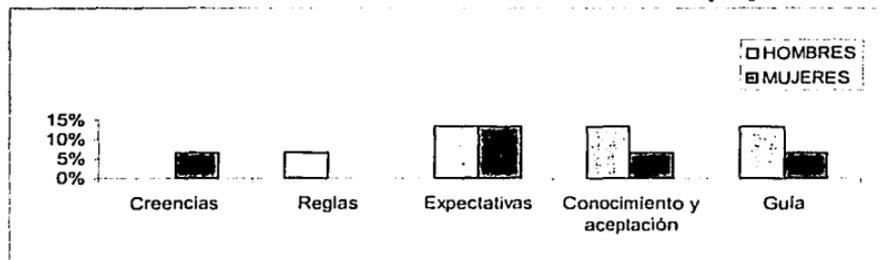


En el caso de la influencia del medio en el que se desenvuelven (Ver GRÁFICA 10), los participantes mencionan que ha influido en el desarrollo de la relación, en la convivencia, los modelos y las reglas que se establecen. En el caso de la mujer el medio ha influido en desarrollo de la relación (13.32%), la convivencia con la pareja (6.66%) y en las reglas que se establecen (13.32%). Mientras que en el hombre el medio ha influido en el desarrollo de la relación (13.32%), la convivencia (6.66%), en los modelos (13.32%) y en las reglas que se establecen (6.66%). Se observa que el medio donde se desarrollan los participantes influye, porque son los espacios donde se da el cortejo y se mantiene constante cercanía con la pareja, pero también éste influye en lo que es permitido o no.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

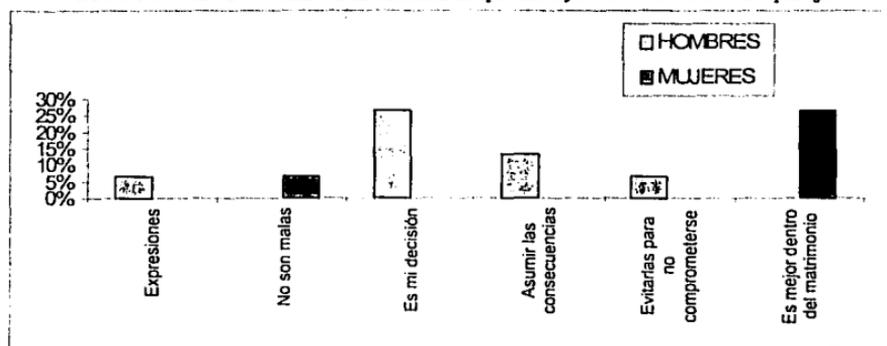
TESIS CON FALLA DE ORIGEN

GRÁFICA 11. Influencia de la educación en la elección de pareja.



La GRÁFICA 11, presenta los elementos de la educación que han influido en la elección de los participantes, en ella se observa que ha influido en el hombre en el establecimiento de reglas (6.66%), y en igual porcentaje (13.32%) en las expectativas hacia la pareja, el conocimiento y aceptación de la misma y como guía para alcanzar lo que se quiere. En el caso de la mujer, los elementos que han influido en igual porcentaje (6.66) son en las creencias, el conocimiento y aceptación y en guía para alcanzar lo que se desea, en un 13.32% en las expectativas que se tienen sobre la pareja. Estos datos reflejan la relación que tiene la educación en la familia, pues vuelven a mencionar la importancia de las creencias y los mensajes que les aportan sobre las características que debe tener la pareja.

GRÁFICA 12. Creencias de la sexualidad que influyen en la elección de pareja.



Sobre la sexualidad (GRÁFICA 12) los participantes mencionaron, en el caso del hombre es un tipo de expresión (6.66%), es una decisión individual (26.69%), asumen las

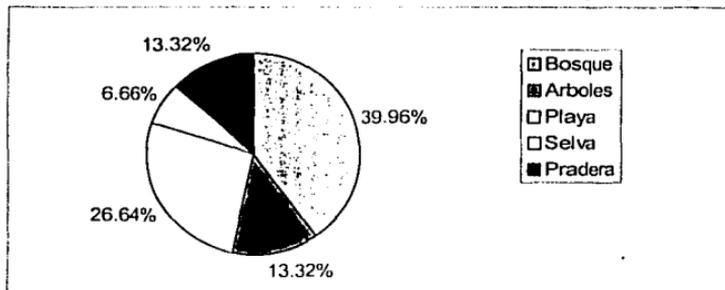
consecuencias (13.32%) o que pueden evitarlas para no comprometerse (6.66%). Mientras que la mujer considera que la sexualidad no es mala (6.66%) pero que es mejor dentro del matrimonio (26.64%). Estos datos muestran que para las mujeres la sexualidad se vive mejor dentro del matrimonio, para el hombre es una decisión individual. Es decir la sexualidad continúa siendo un tabú que, en algunos casos, no contempla a la pareja, ni tampoco el compromiso.

Al finalizar la descripción de los elementos que influyen en la elección se pareja se concluye que todos los elementos influyen, siendo estos de carácter externo o interno, motivando a que una persona elija a una pareja con determinadas características.

SESIÓN 6. El perdón

La técnica que se realizó fue la "Relajación del perdón" (Ver anexo 7). Y después la técnica "La máscara" (Ver anexo 7). Una vez concluidas las técnicas, se les pidió que compartieran su vivencia de acuerdo a los siguientes puntos: 1. En que lugar se habían imaginado, 2. Cómo se habían sentido al verse de niños, 3. Cómo había sido su encuentro con su padre, 4. Cómo había sido su encuentro con su madre y 5. Qué habían expresado en la máscara, por lo que sus respuestas fueron las siguientes:

GRÁFICA 13. Lugar que se imaginaron en la técnica "Relajación del perdón".



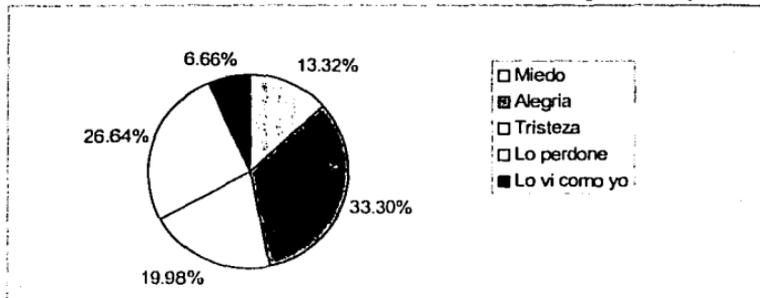
TEMAS CON
FALLA DE ORIGEN

1. Como se puede ver en la GRÁFICA 13, los lugares que se imaginaron fueron los siguientes:

- ✓ Bosque: en este paisaje dijeron estar entre unos pinos y atardecer frío y nublado.
- ✓ Árboles: Estar en un lugar con hojas secas y con un clima más cálido.
- ✓ Playa: Se describieron estar entre la arena, ver el mar, palmeras y la sentir la brisa de la playa.
- ✓ Selva: Se imaginaron entre ríos, cascadas, maleza y animales.
- ✓ Pradera: Describieron estar en la montaña y poder observar el horizonte.

Por lo tanto, se puede observar que todos los lugares fueron áreas naturales o paisajes, en los que se encuentra principalmente el color verde y azul, que se relacionan con tranquilidad y descanso, en particular el color verde en diversos contextos se maneja como vida. Todos los lugares tienen la característica de estar al aire libre y de haber proporcionado el sentirse bien a los participantes. Además de seleccionar un lugar diferente a los de su vida diaria, lo que puede indicar que los lugares donde se desenvuelven normalmente no son del todo agradables, ni les proporciona de la tranquilidad que ellos desearían.

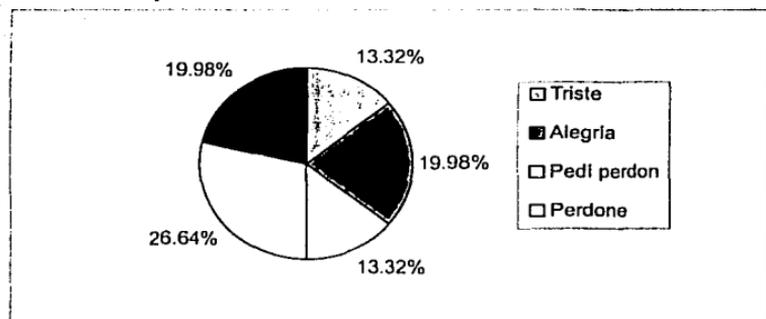
GRÁFICA 14. Como se vieron de niños en la técnica "Relajación del perdón".



TESIS CON
FALLA DE CARGEN

2. En la GRÁFICA 14, se representa cómo se ven a ellos mismos de niños, sólo un 33.3% afirmó haber estado alegre de verse de pequeños y sentirse bien con el encuentro; por otra parte un 66.6% no fue tan agradable, ya que como se observa unos se sintieron con miedo, otros tristes, algunos se habían perdonado a sí mismos de niños y para otros ni siquiera les fue posible imaginarse de pequeños. Lo anterior sugiere que sólo una parte tuvo una infancia agradable y tranquila, mientras que los demás tuvieron una infancia donde se sintieron inseguros y esto lo manifiestan al decir que tuvieron miedo, por otra parte, al decir que se sintieron tristes es porque probablemente de niños se sintieron constantemente así, al hablar de que se habían perdonado es que experimentaron culpa por algunas de sus acciones o conductas y al hablar de no haberse visto de pequeños es porque no pudieron o no quisieron hacer contacto con sus emociones de niños, que seguramente no fueron tan agradables.

GRÁFICA 15. Como fue el encuentro con su padre en la técnica "Relajación del perdón".

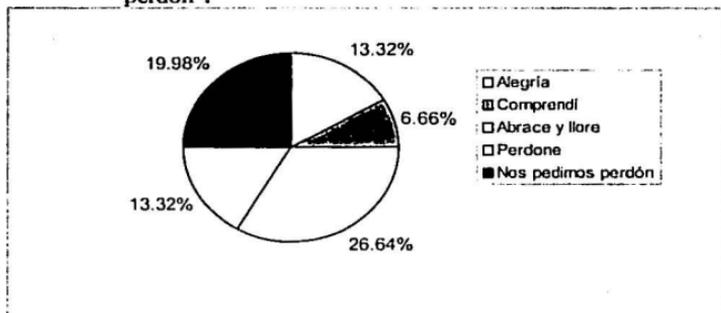


3. Las respuestas que dieron los participantes, en relación al encuentro con sus padres (GRÁFICA 15), sugieren que un 79.92% no han mantenido una relación entre padre e hijo del todo funcional, hablan de haberse sentido tristes, de haberle pedido perdón, de haberlos perdonado y de que no los pudieron perdonar. Al afirmar que le pidieron perdón es porque ellos mismos se sienten culpables por alguna situación; al decir que no lo perdonaron o que sí pudieron perdonar a su padre, es porque los culpan o los responsabilizan de algo y los que no lo pudieron ver, es porque no conocen a su padre,

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

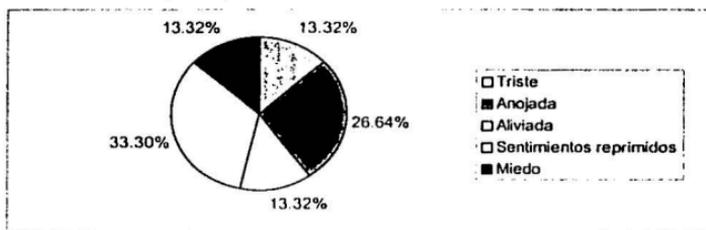
lo que de cualquier forma les causa un malestar emocional. Sólo a un 19.98% de los participantes les dio alegría encontrarse con su padre.

GRÁFICA 16. Como fue el encuentro con su madre en la técnica "Relajación del perdón".



4. Sólo a un 13.32% de los participantes les dio alegría encontrarse con su madre, mientras que para un 86.58% no fue así, (Ver GRÁFICA 16) ya que, expresaron haberse sentido tristes, que la habían comprendido, que se abrazaron y lloraron, la perdonaron o se pidieron perdón mutuamente, y para algunos les costo trabajo verla. Para quienes manifestaron que se habían sentido tristes, se sugiere que pudo haber experimentado situaciones donde no había motivos para alegrarse; para los que se habían abrazado y llorado indica que se expresaron lo que habían reprimido; quienes perdonaron a su madres o se pidieron perdón mutuamente es porque se culpaban o responsabilizaban de alguna situación. A quien le costo más trabajo ver a su madre, no pudo tener una reconciliación y perdonarla.

GRÁFICA 17. Lo que expresaron los participantes en la técnica de "La Mascara".



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

5. Lo que expresaron en la máscara fue principalmente sus emociones reprimidas y ocultas, como el sentirse tristes, enojados, aliviados y sus miedos (Ver GRÁFICA 17).

Así, se puede afirmar que los participantes en su mayoría no tuvieron una infancia agradable y sí con problemas. La relación que mantienen tanto con su padre como con su madre no ha sido del todo buena, corroborando lo que se presentó en las sesiones 4 y 5, pero por sus respuestas se encuentran más disgustados con el padre y más identificados con su madre, además de que pueden expresar más las emociones y los afectos con ella; sólo que a partir de esto se puede ver que el rol de hombre o mujer lo aprenden de sus padres y que al mismo tiempo aprenden como tratar al sexo opuesto, lo cual no ha sido constructivo. Además de que se vuelve a confirmar, después del iceberg, que sus emociones negativas hacia otro o ellos mismos es lo que más les cuesta trabajo expresar.

La técnica anterior se concluyó retomando la importancia que tiene liberarse de los sentimientos negativos (rencor, odio, resentimiento, miedo, etc.) y haciendo énfasis en los siguientes puntos.

1. Que los sentimientos que puedan tener hacia sus padres, y que nos son manifestados, los pueden llevar o canalizar hacia la pareja, cuando se capta algún parecido de ésta con alguno de los padres.
2. A la relación de pareja, se llevan las costumbres y formas de comunicar que se aprenden en la familia de origen.
3. Los roles de mujer y hombre se aprenden principalmente en casa, con el modelo del padre y la madre.
4. La culpa o el culpar a alguien, son sentimientos que como se pudo ver, se gestaron en la infancia y que se van repitiendo y presentando a lo largo de la vida en las diferentes relaciones que se establecen, sólo que pueden acentuarse en la relación de pareja cuando estas no se solucionan de forma individual.

A partir de esta descripción y análisis se puede observar que el objetivo se cumplió en cuanto a que vivenciaron el proceso del perdón con ellos mismos y sus padres como proceso importante para la elección de pareja, sólo que para algunos fue difícil perdonarlos y perdonarse realmente, tal como ellos lo mencionaron en su compartir, pero ya lo pueden distinguir.

SESIÓN 7 . El proceso del noviazgo.

Para la presentación de la etapa de inicio en una relación de noviazgo, la retroalimentación se hizo a partir de la técnica "El rally" (Ver anexo 8) sobre los siguientes ejes:

1. Por qué elegiste trabajar con esa persona.
2. Cómo se organizaron para realizar las actividades.
3. Qué inconvenientes tuvieron para realizarla.
4. Que aprendiste de trabajar con esa persona, en esa actividad.

La vivencia de los participantes en cada uno de los ejes antes mencionados, fue la siguiente:

- 1.- La elección del trabajo en parejas, la decidieron los participantes, trabajaron un hombre y una mujer, sólo en una pareja, trabajaron dos hombres.
- 2.- Cuando comentaron la manera de organizarse, algunos contestaron:
 - Que la labor en equipo estuvo bien realizada, puesto que con anterioridad habían trabajado, ya se conocían o no les costo trabajo adaptarse a la otra persona.
 - Otros mencionaron que fue algo diferente, ya que era la primera vez que trabajaban con la persona.
 - Una sola pareja mencionó que les costo mucho trabajo organizarse, porque no decidieron quien sería el que coordinara la realización de las actividades.

3.- Los inconvenientes que encontraron fueron principalmente las fallas en la comunicación, la organización y la toma de decisiones.

4.- Cuando se les pregunto qué fue lo que aprendieron en esta técnica y cómo lo pueden relacionar con el tema del noviazgo mencionaron que se puede relacionar con:

- Las maneras como se escoge a una pareja, ya sea por que les cae bien, les agrada o han compartido actividades.
- Algunos de los problemas a los que se enfrentan las parejas, como la comunicación, el no acordar objetivos juntos y la toma de decisiones.

Al finalizar la retroalimentación se mencionaron las características de una relación de noviazgo en la etapa de inicio, de forma teórica.

Para la explicación de la etapa de formación y conocimiento se realizó la técnica de "La naranja" (Ver anexo 8). Al finalizar la técnica se les pregunto a los participantes, cómo se relaciona esta técnica con la relación de noviazgo, por lo que el análisis se realizó en tres etapas:

- > La Primera Etapa, elegir y encontrar su naranja de entre las demás naranjas. Se comento que:
 - Cuando la eligieron sólo era una naranja, posteriormente la personalizaron haciéndola diferente de las demás.
 - Al igual que en la naranja el conocimiento de una persona la hace diferente a las demás.
 - Se puede conocer a las personas a través de todos los sentidos.
 - Se elige porque se tiene experiencia sobre cómo es o podía ser una persona.
- > Segunda Etapa, cuando se quedan con la naranja y comienzan a pelarla, hasta comerla, mencionaron que:

- Conforme iban pelando la naranja imaginaban que era dulce, ácida, jugosa o seca, posteriormente al comérsela algunos de ellos descubrieron que era como la imaginaron, para otros no fue así.
 - En las relaciones de pareja conforme se va conociendo a la otra persona también se forman más expectativas, algunas de ellas se dan y otras no se cumplen.
 - Mientras los miembros de la pareja se conocen la comunicación va cambiando, algunas veces no se expresan los sentimientos o las incomodidades ocasionando momentos de tensión o crecimiento en la relación. Parecido a lo que sucedía con la naranja, ya que la fueron conociendo a través de su textura, su olor, la forma, el tamaño o el peso.
- Tercera Etapa, con respecto al conocimiento de los participantes y de sus parejas.
- Mencionan que les falta conocerse y que la técnica les permitió darse cuenta de que se elige a otra persona a partir de que se elaboran expectativas personales.
 - El conocimiento de sí mismo permite estar dispuesto para conocer a la otra persona.
 - Las maneras de conocer a la otra persona y a uno mismo es de diferentes formas, rápidamente, con tiempo o muy lentamente.

Se realizó una exposición, mencionando algunas características en la relación de noviazgo cuando ya hay un mayor compromiso.

- Se decide la formalidad de la relación.
- Se fijan tiempos de duración de esta etapa.
- Se conocen en diferentes ámbitos de la vida.

Con los datos antes presentados se puede mencionar que se logró el objetivo de la sesión ya que:

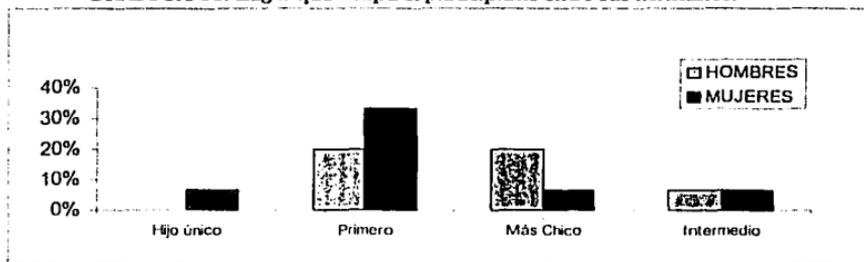
- ✓ Se reflexionó, sobre por qué y cómo se elige una pareja.

- ✓ En algunas ocasiones se elige a una pareja a partir de nuestra historia personal.
- ✓ Esta historia personal se construye con lo que escuchamos, vemos o percibimos en nuestro entorno, principalmente en nuestra familia, sobre lo que es o debería ser una pareja.
- ✓ Se retomo la importancia del autoconocimiento como un elemento que permite identificar cuales son esas creencias, pensamientos o construcciones que se han elaborado sobre la pareja y que en las elecciones se van repitiendo, algunas ocasiones sin darse cuenta.
- ✓ Este conocimiento personal, también dará algunos elementos para la tercera etapa en la relación, que es la proyección, donde se decide si se permanece con la pareja o se termina la relación.
- ✓ Se les mencionó que, cada una de estas etapas tienen una duración, ésta es diferente para cada pareja y para cada individuo, pero es recomendable que se recorra este proceso, ya que el no hacerlo puede influir en el nuevo sistema familiar.

SESIÓN 8. Noviazgo como sistema y subsistema

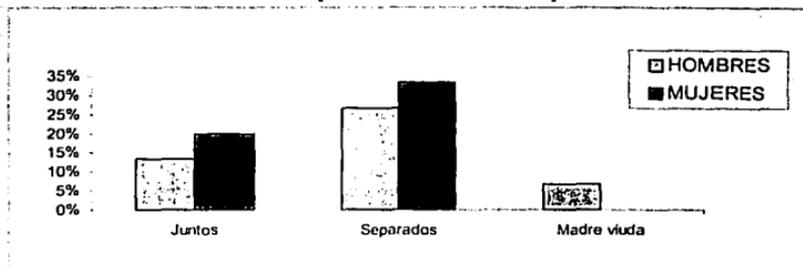
En la constelación de cada uno de los participantes se represento a su familia, sólo que para fines de analizar estos datos se dividieron en diferentes rubros: 1. No. De hijo, 2. relación entre los padres, 3. tipo de relación, 4. relación con el padre, 5. Relación con la madre, 6. Relación con los hermanos y 7. Creencias. Los resultados se presentan a continuación:

GRÁFICA 18. Lugar que ocupa el participante entre sus hermanos.



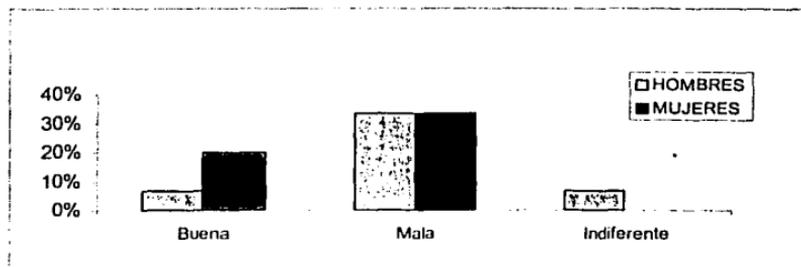
Se puede observar en la GRÁFICA 18, que el 53.28% de los participantes son hijos mayores en sus familias, por lo que se puede suponer que al ser el mayor están en más contacto con los padres y con las situaciones que pueden causar conflictos entre los miembros de la familia y entre la pareja de sus padres.

GRÁFICA 19. Tipo de relación entre sus padres.



En la GRÁFICA 19 se observa que del 100% de los padres el 59.96% esta juntos y el 33.33% viven separados. De este 100%, el 73.26% de los participantes mencionaron que sus padres vive una relación destructiva, incluyendo a los que están separados y el 26.64% vive una relación constructiva. Por lo que se puede identificar, que los participantes tienen un modelo de pareja destructivo, ya que aunque sus padres estén separados continúan observando conflictos, motivo por el cual se han estructurado creencias poco positivas entorno a la relación de pareja.

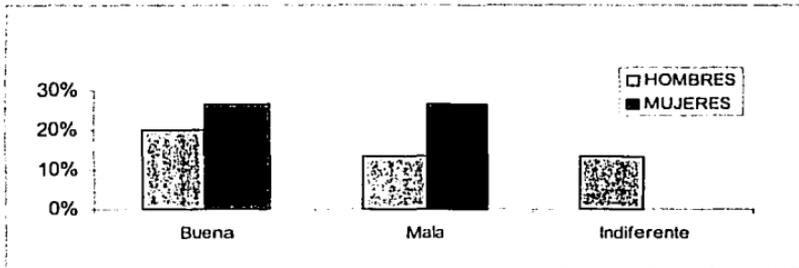
GRAFICA 20. Relación del participante con su padre.



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

En la GRÁFICA 20 se puede apreciar que los que mencionaron que la relación con su padres era buena es porque: el padre es sincero, poco expresivo, servicial y cariñoso. Los que contestaron que la relación con el padre es mala es porque: él es poco expresivo, es alcohólico, posesivo, autoritario, infiel, desconfiado, machista, buena honda, abnegado y por no saber nada de él. Y los que mencionaron que la relación con su padre es indiferente es porque, el padre tomaba, es reservado y poco expresivo.

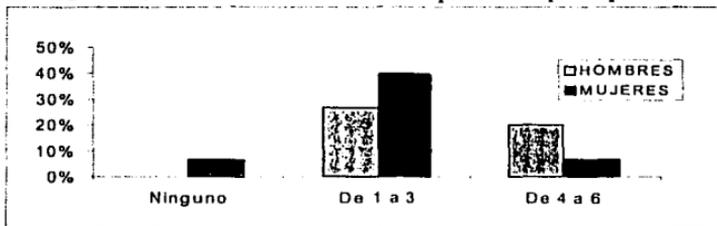
GRÁFICA 21. Relación del participante con su madre.



La relación con su madre se presenta en la GRÁFICA 21 en la que se observa que el 46.62% de los participantes tiene una buena relación con la madre, ya que la describen como sumisa, enojona, cariñosa, amable, exigente, anulaba al padre, comunicativa, fuerte, buena honda, abierta, trabajadora, activa y autoritaria.

Los que tienen una mala relación con la madre es porque: ella es nerviosa, celosa, posesiva, autoritaria, abnegada, extremista, enfermiza, tiene creencias negativas sobre el hombre, servicial y buena honda. Y los que mencionaron que la relación con su madre es indiferente es porque: es exigente, fuerte, sentimental, callada, reservada, y manipuladora.

GRÁFICA 22. Número de hermanos que tiene el participante.



Se observa que el 66.6% de los participantes tiene de 1 a 3 hermanos (Ver GRÁFICA 22) y que la relación que llevan con ellos, para el 46.64% es buena, sólo el 6.66% refirió tener una relación mala y un 6.66% de los participantes mencionó no tener hermanos.

TABLA II.3. Algunas de la creencia de los participantes sobre el Hombre y la Mujer.

	HOMBRE	MUJER
Creencias o valores		
El hombre es infiel	0%	13.32%
Los hombres abandonan	0%	6.66%
Los hombres son aprovechados	19.98%	0%
El hombre debe mandar	13.32%	6.66%
No creer en los hombres	6.66%	0%
La mujer no se debe dejar	6.66%	6.66%
Las mujeres son dependientes	6.66%	6.66%
Las mujeres son fuertes	6.66%	13.32%
La mujer es posesiva	6.66%	0%
Deber ser buen estudiante	6.66%	0%
No tener relaciones sexuales antes del matrimonio	0%	6.66%

Como se puede ver, las creencias en las que coinciden hombres y mujeres son que: el hombre debe mandar, la mujer no se debe dejar, es fuerte y dependiente. Los hombres consideran de ellos mismos que son aprovechados y que no se debe de creer en ellos, y de las mujeres que son posesivas y deben ser buenas estudiantes. Mientras que las mujeres piensan de ellas mismas que no deberían tener relaciones sexuales antes del matrimonio, y de los hombres que son infieles y que abandonan. El hecho de que las mujeres y los hombres expresen creencias en relación a su mismo género, puede ser indicador de que los modelos de identificación con su mismo sexo no han sido muy positivos, ya que las creencias se originan en la familia y los modelos de donde se toman es de los padres.

Así, en esta sesión el objetivo de que los participantes reconocieran de que manera el proceso del noviazgo formaba parte del sistema y subsistema de la familia se cumplió.

SESIÓN 9. Elección destructiva.

Se les pidió a los participantes que mencionaran algunas de las características de una relación destructiva, y entre los elementos que mencionaron fueron:

- ☒ Celos.
- ☒ No se comunican.
- ☒ No hay compromiso.
- ☒ Infidelidad.
- ☒ Dependencia.
- ☒ No se respetan.
- ☒ Un miembro de la pareja controla.

Una vez que ellos mencionaron las características anteriores, la explicación de los principales elementos que influyen en una relación destructiva fueron las siguiente:

- › Falta de confianza en sí mismos.
- › Autoestima baja.
- › Influye su historia de vida.
- › Incomunicación de deseos, sentimientos y necesidades.
- › Miedo a establecer relaciones.

Como se puede observar las respuestas de los participantes, se encuentran dentro de los elementos que se les explicaron. Por lo tanto se puede afirmar que identifican algunas características específicas de una relación destructiva a partir de su experiencia, ya sea personal o de lo que observan en su vida diaria.

Posteriormente se realizó la técnica "El sobre" (Ver anexo 10), y "Lo que pienso de ti" (Ver anexo 10), la cuales tuvieron por objetivo que los participantes identifiquen cuales eran sus características negativas. De las respuestas negativas de los participantes se identifico que se referían a cuatro áreas diferentes:

1. Intelectuales.
2. De actitudes.
3. Afectiva.
4. Adicciones.

TABLA II.4. Características negativas de los participantes.

AREA	CARACTERISTICAS	PORCENTAJE
INTELLECTUAL	No explota su inteligencia.	6.66%
ACTITUD	Inseguro, necio, irrespetuoso y egoísta.	46.62%
	Flojo, griton, posesivo y desorganizado.	26.64%
	Voluble, crítico, vengativo, tímido, burlón, distraído, impuntual, deshonesto, dependiente y melindroso.	13.32%
	Asume las responsabilidades de otros, desesperado, poco comunicativo y perfeccionista.	6.66%
AFECTIVO	Indeciso, y enojón	26.64%
	Insensible, muy sensible, vulnerable, llorón, frágil, obsesivo, rencoroso y orgulloso.	13.32%
	Caprichoso, rebelde, aliivo y triste.	6.66%
ADICCIONES	Toma Alcohol	6.66%

Se puede observar en la TABLA II.4, que de las características negativas que mencionaron de ellos, sus padres, hermanos y amigos se refieren más al área de actitudes y a la afectiva; y en las que menos hicieron mención fue a la intelectual y adicciones.

En cuanto al área de actitudes se puede observar que hicieron mención a como se relacionan con las personas que los rodean y las conductas que tienen frecuentemente. Mientras que en lo afectivo se refirieron a las reacciones emocionales negativas y al manejo inadecuado de sus sentimientos.

Los participantes comentaron estar sorprendidos porque pensaban que las personas que los rodeaban no se daban cuenta de sus características negativas y sin embargo los únicos que no se daban cuenta de cómo se estaban comportando o cómo los captaban los demás, eran ellos mismos. Comprendieron que tenían una baja autoestima, que no confiaban en ellos mismos, a algunos les costaba trabajo comunicar sus emociones o no lo hacían de forma adecuada y no comunicaban en ocasiones lo que pensaban.

Al hablar de las características negativas que se llevan a la relación, se les pidió que recordaran alguna de las relaciones donde hubieran estado presentes elementos destructivos e identificaran, qué fue lo que influyó para que se mantuviera o se terminara la relación, y fueron:

1. Carácter.
2. Diferencias de opinión.
3. Miedo a querer a alguien.
4. Controlarse mutuamente.
5. Se estancaron y ya no cambio la relación.
6. Falta de comunicación.
7. No expresar sus sentimientos y pensamientos.

En general todos mencionaron como principales elementos que influyen en a su familia, su historia de vida y su concepto de hombre y mujer. Ya que en algunos de los caso su padres fueron infieles con sus madres y otros las abandonaron, mientras que algunas otras madres se comportan todo el tiempo controladoras, manipuladoras y se hacen cargo de organizar a la familia y por lo tanto no toman en cuenta a sus padres.

Por lo que se puede ver que el objetivo de la sesión se alcanzó, ya que los participantes identificaron en su vida personal algunos de los elementos que han influido en sus elecciones de pareja, esto a partir del autoconocimiento.

SESIÓN 10. Elección constructiva

En esta sesión se les pidió a los participantes que mencionaran las características que creían tenía una elección constructiva y mencionaron lo siguiente:

- ✦ Comunicación.
- ✦ Respeto.
- ✦ Confianza.
- ✦ Libertad.

- ✦ Aceptación.
- ✦ Fidelidad.
- ✦ Compromiso.

Posteriormente se hizo de su conocimiento las características de una relación constructiva, de acuerdo a la teoría:

- ✦ Reconocimiento e interés por el otro.
- ✦ Responsabilidad y respeto.
- ✦ Tienen la libertad de crear, confiar y compartir.
- ✦ Compromiso.
- ✦ Libertad.
- ✦ Comunicación asertiva.
- ✦ Aceptación.
- ✦ Crecen a pesar de sus diferencias.
- ✦ Autenticidad.
- ✦ Dar libremente sin demanda.

A partir de la experiencia compartida y de los puntos teóricos que se expusieron, se puede apreciar que los participantes identifican los aspectos positivos que pueden apoyar a que se de una relación constructiva, aunque al mismo tiempo de acuerdo a su compartir es muy difícil que se presenten en una relación. Por lo que concluimos que en sus relaciones han existido más elementos destructivos que constructivos.

Después se reconocieron los aspectos positivos de cada uno de los participantes, aplicando la técnicas "Lo que pienso de tí" y "El sobre" (Ver anexo 10). De las características positivas de los participantes se identificó que se referían a cuatro áreas diferentes:

1. Intelectuales.
2. De actitudes.
3. Afectiva.
4. Pasatiempos.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Las características positivas de los participantes, de acuerdo a sus padres, hermanos y amigos se presentan en la TABLA II.5, en donde las características se agruparon por área y de acuerdo a aquellas que tenían el mismo porcentaje.

TABLA II.5 Características positivas de los participantes.

AREA	CARACTERÍSTICAS	PORCENTAJE
INTELLECTUAL	Inteligente y estudioso.	33.39%
	Trabajador.	13.32%
	Aprende fácilmente, ser creativo y elocuente.	6.66%
ACTITUD	Perseverante, amigo y responsable.	73.26%
	Comprensivo, avuda y escucha.	46.62%
	Da buenos consejos, buen hijo, sociable, respetuoso, juguetón y activo.	26.64%
	Amable, se comunica, paciente y detallista.	13.32%
	Soñador, buena conducta y buen hermano.	6.66%
AFECTIVO	Sincero y alegre.	59.94%
	Amoroso.	39.96%
	Carñoso, tierno, agradable y sensible.	26.64%
	Noble y sentimental.	6.66%
PASATIEMPOS	Deportista, bailarín y le gusta divertirse.	6.66%

De acuerdo a los resultados, se puede observar que el área con un mayor porcentaje de características positivas de los participantes fue la de las actitudes; posteriormente con menos características y con porcentajes más bajos la área afectiva, intelectual y la de pasatiempos.

En el área de las actitudes, las características tienen que ver con las conductas que se adquieren o se toman ante las diferentes situaciones y a cómo se relacionan con las personas que los rodean. Así, el área afectiva hace referencia a cómo manejan sus emociones o sentimientos constructivos y que agradan a las personas con las que conviven. Mientras que el área intelectual la enfocaron más a su desempeño como estudiantes y en función del trabajo que realizan. Finalmente el área de pasatiempos hace referencia a aquellas actividades que les gusta realizar y que han sido constructivas para ellos.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Una vez que se concluyeron las técnicas de "La carta" y "Lo que pienso de ti", se les indicó a los participantes, que compartieran ¿cuál había sido su vivencia? y ¿Qué les había dejado la dinámica?, a lo que ellos contestaron:

- ⊙ Hay aspectos positivos de los que ellos no se habían dado cuenta.
- ⊙ Fue más fácil dejar que los demás se dieran cuenta y escucharan sus características positivas que las negativas.
- ⊙ Les ayuda a crecer más las características negativas que las positivas.
- ⊙ Fue bueno escuchar lo que pensaban de ellos las personas a las que quieren.

Los aspectos positivos en una relación que identificaron se habían dado en relaciones anteriores fueron:

- ⊙ Momentos agradables.
- ⊙ En ocasiones se decían lo que no les gustaba uno del otro.
- ⊙ Cada quien tenía sus actividades.
- ⊙ Compartían momentos y actividades.
- ⊙ Se preocupaban uno por el otro.

Consideraron que los elementos que habían influido en la relación de forma constructiva fueron la familia, sus amigos, su concepto de hombre y mujer y su concepto de pareja. Sin embargo habían llegado a la separación porque habían predominado los aspectos negativos.

Por otra parte, haciendo una comparación entre las características positivas y negativas de los participantes (TABLA II.4) con la sesión anterior (Sesión 9) y la TABLA II.5, se puede apreciar lo siguiente:

- ⊙ Se mencionaron más características positivas que negativas.
- ⊙ Los porcentajes de las características positivas también fueron mayores que las características negativas.



- ⊙ Hubo el mismo número de áreas, sólo que en las características negativas se encontró el área de adicciones y a diferencia de las positivas esta desapareció y se incluyó la de pasatiempos.
- ⊙ A los participantes les agrado más saber sus características negativas que positivas, debido a que según ellos así se daban cuenta de lo que no estaban haciendo bien.

En esta sesión el objetivo se cumplió debido a que los participantes identificaron las características de una elección de pareja constructiva, pero además de esto identificaron todos aquellos aspectos positivos que tenían en su persona y que podían seguir desarrollando para contribuir a una elección constructiva.

SESIÓN 11. Importancia de la elección de pareja.

Los participantes mencionaron que la importancia de la elección de pareja estaba en:

- Que es importante porque las relaciones de noviazgo son un camino para la formación de una familia.
- Porque el tiempo de conocerse, la relación, las actividades que se realizan permite aumentar la probabilidad de que la relación si funcione.
- De la elección de la pareja dependerá el bien o el mal estar de un individuo.

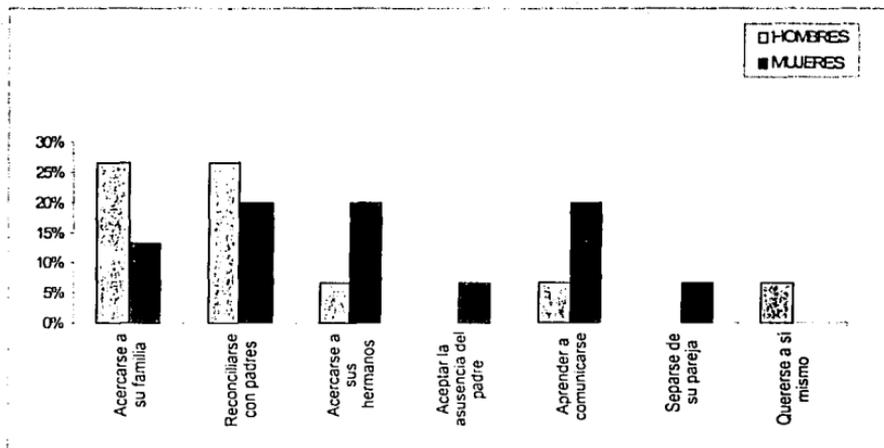
Se comentó que una actividad que puede aumentar la probabilidad de tener una pareja constructiva es, plantearse metas sobre lo que se quiere a nivel pareja y lo que se quiere a nivel individual, esto dará claridad para conseguir lo que se quiere.

Los datos reportados en la técnica "Proyecto de vida y de pareja" (Ver anexo 12) se dividió en siete áreas:

- Familiar.
- La académica.
- Laboral.
- Individual.

- ✓ Sexual.
- ✓ Social.
- ✓ Otras.

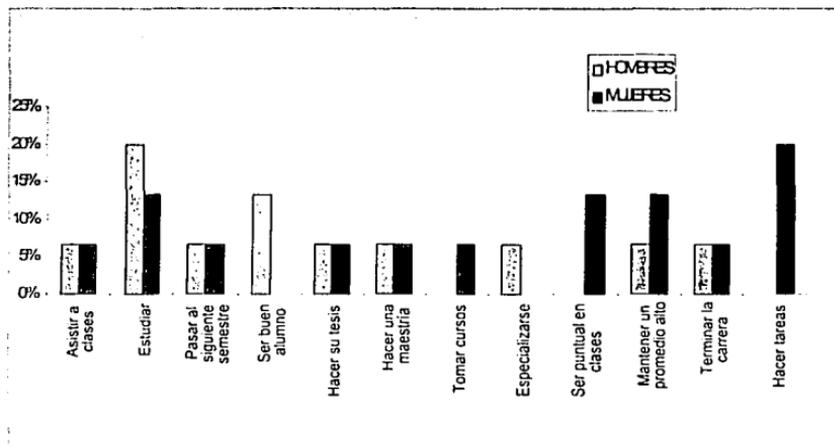
GRÁFICA 23. Metas en el área familiar.



En el área familiar, se observa que el 46.62% de los participantes consideran que una prioridad en el proyecto de vida, es reconciliarse con sus padres y expresarles que los quieren, le siguen los objetivos relacionados al acercamiento con los miembros de la familia, lo que sugiere que al inicio del taller las relaciones entre los miembros de la familia eran distanciadas y a través del taller identificaron que es un requerimiento para la alcanzar el equilibrio en el sistema. Las categorías que menor porcentaje presentaron son separarme de mi pareja, aceptar la ausencia de mi padre y quererme a mi mismo, las tres con un 6.66%, se refiere a la solución de problemas que ocasionaban inquietud en los participantes, los plantean como metas en su proyecto.

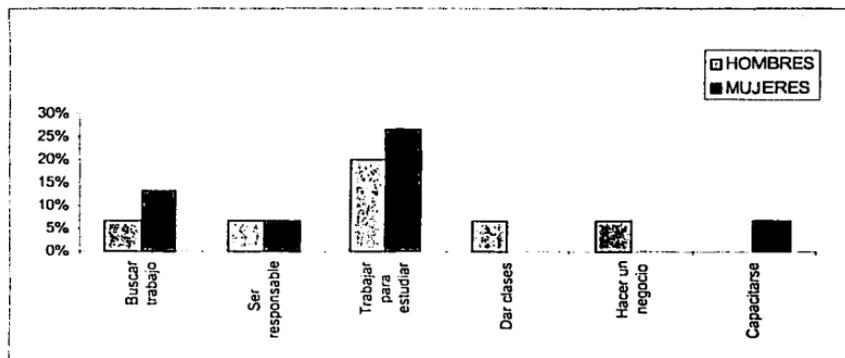
TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

GRÁFICA 24. Metas en el área académica.



En lo que respecta a el área académica las metas que se plantearon se refieren a estudiar, pero siguiendo diferentes estrategias (Ver GRÁFICA 24).

GRÁFICA 25. Metas en el área laboral.

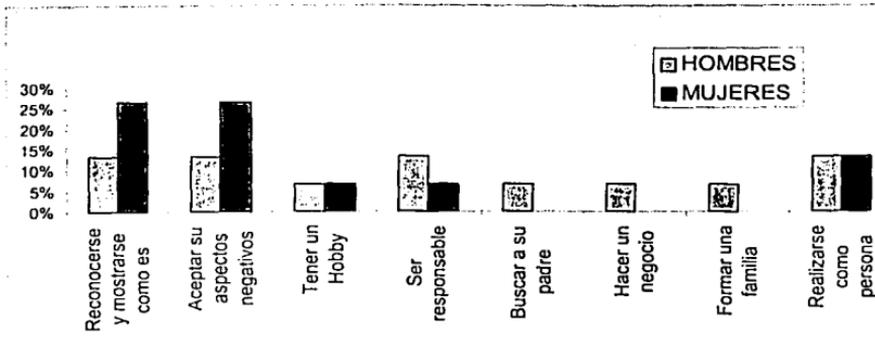


TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

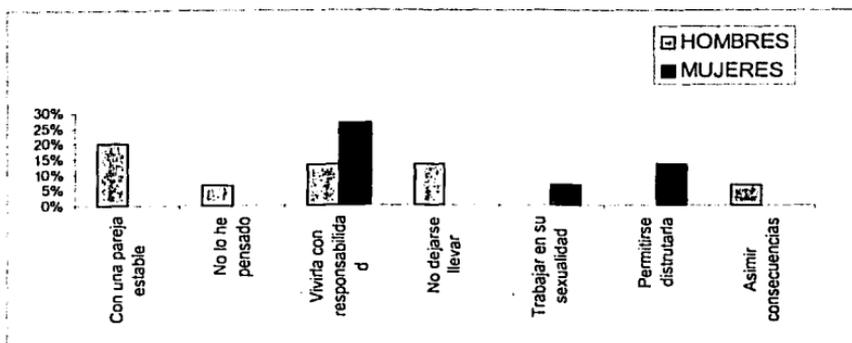
En la GRÁFICA 25 se puede observar que lo que proyectan en el área laboral tanto hombres como mujeres es buscar trabajo, ser responsables y trabajar para estudiar. Las mujeres, además de lo anterior buscan capacitarse y los hombres dar clases y establecer un negocio. Por lo que se puede decir que tanto los hombres como las mujeres buscan un desarrollo profesional y desempeñarse en un trabajo.

GRÁFICA 26. Metas en el área individual.



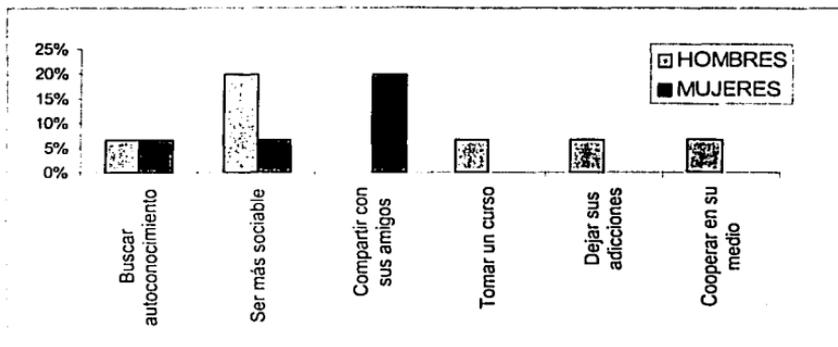
Las metas que se proponen en el área individual principalmente son reconocerse y mostrarse como son, aceptar sus aspectos negativos y trabajarlos (Ver GRÁFICA 26), Ésto sugiere que a través del taller identificaron estos elementos y quieren solucionarlos. Con respecto a los valores más bajos, se observan que algunos de ellos ya contemplan proyectos a largo plazo como el establecimiento de un negocio y el formar una familia.

GRÁFICA 27. Metas en el área sexual.



En el área sexual, mencionan que su prioridad es vivirla con responsabilidad y con una pareja estable, sólo el 6.66% mencionó que es trabajar esta área, y este es el valor más bajo (Ver GRÁFICA 27).

GRÁFICA 28. Metas en el área social.



En el área social, GRÁFICA 28, su prioridad se encuentra en ser más sociable y buscar y compartir con su amigos.

La última área que se presentó fue la de otros, ahí los participantes mencionaron que las áreas que quieren trabajar además de las anteriores son: el área religiosa y la de imagen. Dentro del área religiosa sus prioridades son acercarse a Dios (13.32%), meditar (6.66%) y mostrar y defender sus ideas (6.66%). En el área de Imagen, se encuentran: Hacer ejercicio (6.66%) y comer sanamente (6.66%).

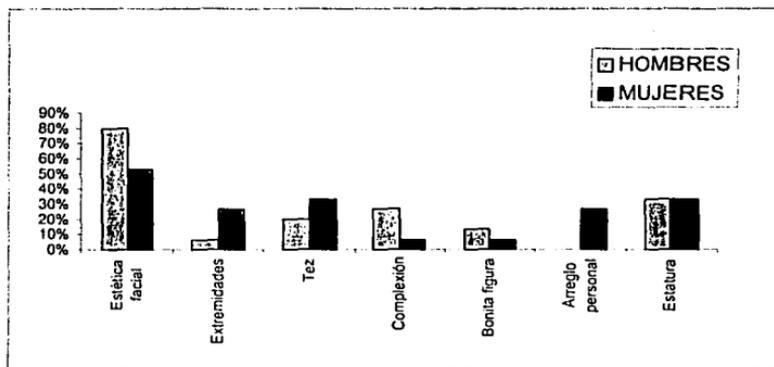
El mayor número de categorías y valores se encuentran en las áreas de familia y escuela, lo que muestra que las áreas que más les preocupa en este momento es la familia y su situación académica, esto corresponde con que el 93.24% de los participantes viven con sus padres y el 100% de ellos estudian o realizan actividades académicas. Sobre las área que ellos anexaron llama la atención el área religiosa, puesto que los temas que en el taller se abordaron no contenían información de este tipo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Con lo que respecta el proyecto de pareja, las áreas que se presentaron son:

- Características físicas.
- Características emocionales.
- Características intelectuales.
- Características individuales.
- Aspecto sexual.
- Características sociales.

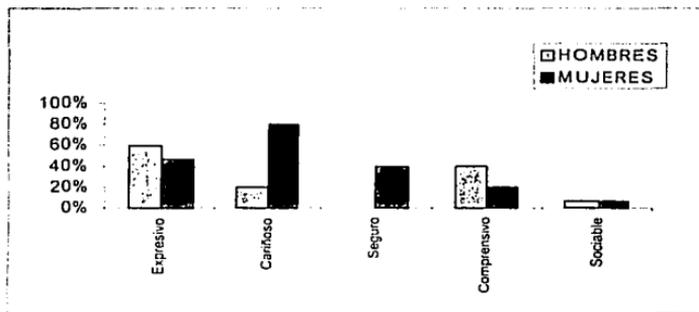
GRÁFICA 29. Características físicas que quieren los participantes en un futura pareja.



Con respecto a las características físicas, en la GRÁFICA 29, se puede observar que tanto para los hombres como para las mujeres, la característica más importante es la estética facial, aunque en el caso de la mujer en menor porcentaje; para la mujer son más importantes las extremidades o el arreglo personal, mientras que para el hombre lo es la compleción y con el mismo porcentaje para hombres y mujeres es la tez y la estatura.

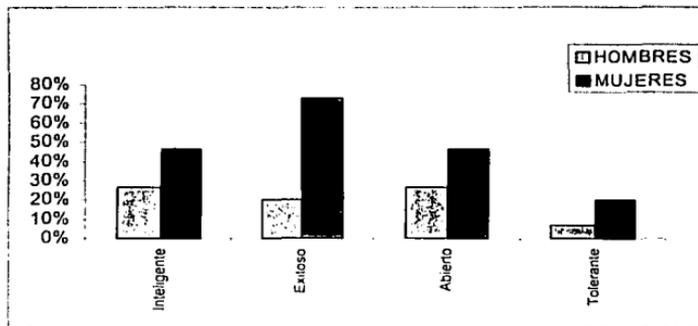
TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

GRÁFICA 30. Características emocionales que quieren los participantes en una futura pareja.



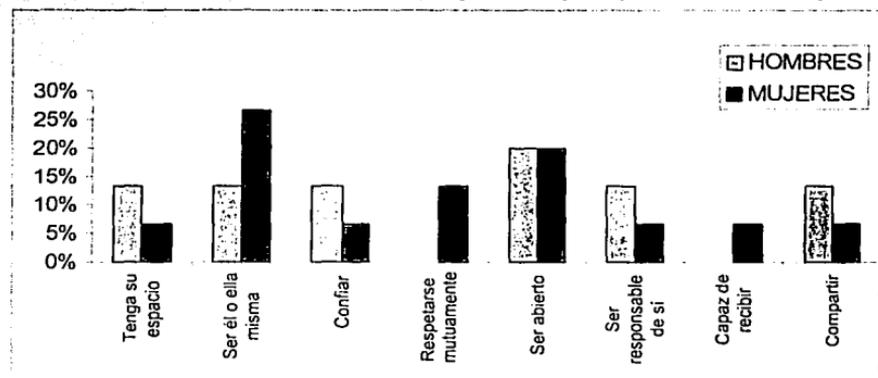
En el área emocional se observa en la GRÁFICA 30, que el requerimiento por parte de la mujer hacia el hombre es que sea cariñoso (79.92%). Mientras que el hombre requiere de la mujer que sean expresiva (59.94%). Además se puede observar que en esta área en general la mujer tiene puntajes mayores, lo que sugiere que para la mujer esta área es una de las importantes.

GRAFICA 31. Características intelectuales que quieren los participantes en una futura pareja.



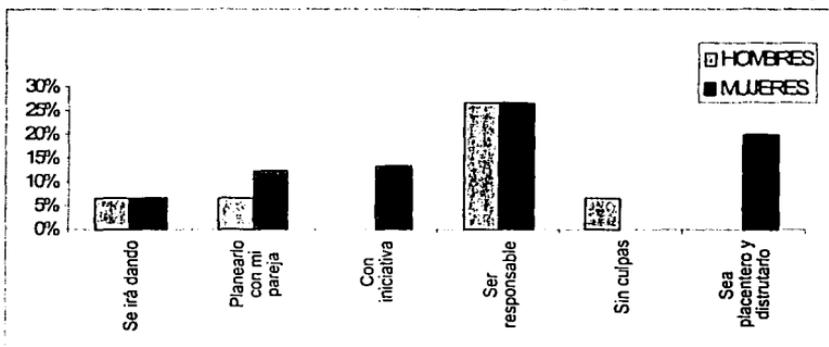
Se puede observar que el área intelectual los mayores requerimientos son por parte de la mujer hacia el hombre, solicitan que sea exitoso (73.26%), inteligente (46.62%) y abierto (46.62%), en comparación con el hombre los valores más altos son del 21.64% y los requerimientos para la mujer es que sea inteligente y abierta (Ver GRÁFICA 31).

GRÁFICA 32. Características individuales que quieren los participantes de una futura pareja.



La GRÁFICA 32 muestra que las características que solicitan las mujeres en la pareja en el área individual es que sea él mismo, es decir que sea honesto. Por su parte los hombres piden que su pareja sea abierta principalmente.

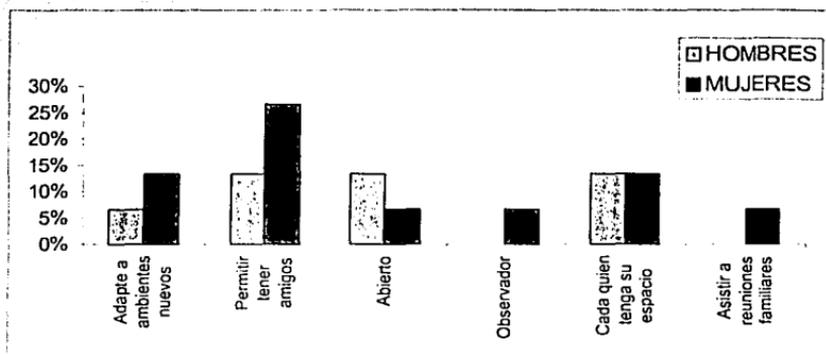
GRÁFICA 33. Como quieren vivir su sexualidad los participantes con una futura pareja.



En el área sexual, tanto para los hombres, como para las mujeres ejercer su sexualidad implica hacerlo con responsabilidad y para la mujer además, que sea placentero y que lo pueda disfrutar. En esta área la mujer es la que requiere más características del hombre (Ver GRÁFICA 33).

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

GRÁFICA 34. Características sociales que quieren los participantes de una futura pareja.



Por otra parte, en el área social (Ver GRÁFICA 34), se observa que la mujer pide que su pareja le permita tener amigos, que es la categoría con mayor porcentaje (26.64%), para el hombre y la mujer, es importante que cada quien tenga su espacio.

En las seis áreas se puede observar que la mujer requiere del hombre más características afectivas, intelectuales, sexuales y sociales y en las otras áreas (física e individual) el número de frecuencias es el mismo. El hombre por su parte, pide menos elementos en una relación de pareja a la mujer. Esto puede deberse a que social y culturalmente, la mujer está más dispuesta a dar que a recibir, lo que hace que el hombre de antemano pida menos.

Para finalizar esta sesión se realizó la técnica del "El camino chueco" (Ver anexo 12).

SESIÓN 12. Evaluación y cierre de taller

En lo referente a cuál fue su experiencia, algunos de los participantes comentaron que fue de:

- ✓ Aprendizaje
- ✓ Crecimiento

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

- ✓ Conocimiento
- ✓ Compartir
- ✓ Reconocer
- ✓ De comprender

Sobre lo que les dejó el taller mencionaron que :

- ✓ El taller proporcionó elementos para reconocer la relación que había entre sus padres.
- ✓ La importancia que tienen los padres en la vida de los participantes.
- ✓ Un participante mencionó que para él había sido importante reconocer que si le importaría conocer a su padre biológico y que era algo más para su proyecto de vida.
- ✓ El taller les permitió reconocer que para poder relacionarte con una pareja de manera constructiva es importante, primero conocerte a ti mismo, conocer tus orígenes, cuáles son tus interpretaciones y qué es lo que esperas de una relación.

En cuanto a la "Evaluación del taller" (Ver anexo 13) contestaron lo siguiente:

1.- Sobre si les pareció importante el tema de elección de pareja, el 100% de los participantes mencionó que si, porque:

- ✓ Es un problema común y no se le da la importancia adecuada 19.98%.
- ✓ Por las repercusiones que tienen la vida futura 53.28%.
- ✓ Por que da la oportunidad de conocerse 26.64%.

2.- Las cosas que refieren que cambiaran son:

- ✓ Más tiempo (59.94%), ya que permitiría aclarar dudas y en algunas sesiones faltó profundizar.
- ✓ El 33.3% de los participantes contesto que nada, porque que el contenido es conciso y objetivo, las dinámicas hacen pensar y autoconocerse, porque es dinámico.

3.- Las técnicas que más les gustaron fueron:

- * Constelación familiar y naranja (73.26%).
- * Lazarillo, las técnica se integración, de confianza, la de la máscara (53.28%).
- * Las técnicas de relajación, camino chueco e historias de vida (39.96%).
- * La carta y el rally (33.3%).

Los participantes mencionaron que estas técnicas les gustaron más porque vez la relación entre los miembros de la familia, en otras reflexas lo que tienes escondido, otras permiten conocerte y aceptarte y otras permiten reflexionar.

4.- Los beneficios que obtuvieron al asistir al taller, según los participantes son:

- ✓ Conocerse y aceptarse (86.58%).
- ✓ Entender actitudes de sus padres (13.32%).
- ✓ Identificar como se construyen algunos conceptos y miedos (39.96%).
- ✓ Saber cómo y por donde empezar (39.96%).

Para finalizar el taller se agradeció a los participantes su asistencias y se clausuró el taller. Por lo que el objetivo de esta última sesión cumplió, ya que se realizó una evaluación general a los participantes y se clausuro el taller.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La familia de cada uno de los participantes esta compuesta por varias personas, en donde cada una de ellas tiene una función determinada como el ser: papá, mamá, hijo o hermano, como lo afirman Westermarck y Valdez (1984), González (1993) y Dallos (1996) la familia es un sistema que tiene unidades ligadas entre sí por reglas de comportamiento y de acuerdo a estas reglas se tiene una función dentro de un sistema y esta función permite el equilibrio.

Como se pudo observar no en todas las familias se encontraban presentes todos los elementos, ya que faltaba el papá o hermanos, por lo que al salir del sistema o faltar ocasionaron una crisis en el mismo y se perdió el equilibrio; esta pérdida de equilibrio se ha dado también por eventos o por la no realización de la función y se llega a una familia conflictiva y poco nutritiva, ya que se encuentran características en ellas como las que describen Rabazzola (1997) y Satir (1990) sobre la estructura de una familia conflictiva o no nutritiva en la que existe: una atmósfera de tensión, actitudes poco amistosas entre los miembros, no se sienten alegres, los miembros parecen estar unidos por el deber y sus integrantes apenas se toleran.

En relación a la comunicación las respuestas de los participantes indican que los principales problemas que se dan en su familia, son causados por las fallas en las estrategias de comunicación, por lo que la consideran un elemento importante y ésto se ve sustentado en lo que afirma Lamaire (1992), en cuanto a que el grupo familiar es un sistema que pone acento fundamental en los procesos de comunicación, en donde la información que se maneja desempeña un papel preponderante en los intercambios así como en las contradicciones de los diversos modos de comunicación. Así, el problema dentro de la familia no es la comunicación sino las fallas para transmitir el mensaje, los mensajes dobles, omisiones y las interpretaciones que se dan al mismo.

La familia para los participantes y al igual que Blasdefer (1975), ha sido la principal transmisora de los valores, normas y actitudes, que han condicionado y orientado la conducta individual y social de sus miembros. En el caso de los participantes ha influido sus creencias, en la identificación con alguno de sus padres, en particular para los hombres identifican que ha influido en la relación intrafamiliar y para las mujeres en la toma de decisiones.

Thibault (1972) propone algunas ideas sobre la pareja, como: el que la pareja sea vista como un fin de la soltería o a la soledad de cualquier individuo, como un medio de la satisfacción de las necesidades sexuales o afectivas o el de tener algún derecho sobre algún otro. A diferencia de este autor, los participantes mencionan que dentro de su propio concepto de pareja, es importante que haya amor entre dos personas, al cual lo relacionan con compromiso y comunicación. En particular para los hombres su concepto de pareja esta basado en el compartir, el control, en la importancia o en la dificultad para permanecer con la misma; mientras que para la mujer consiste en compartir, preocuparse por el otro o en la dificultad de permanecer en la relación. Por otra parte los datos proporcionados muestran que el concepto de pareja de los participantes tiende a ser ideal.

El concepto que se tiene del hombre y de la mujer al igual que el de elaboración del concepto de pareja es individual, ya que las interpretaciones, las experiencias y las circunstancias lo van formando, pero los datos aportados por los participantes mencionan que se puede abordar este concepto desde dos visiones, la primera es desde una descripción del hombre o de la mujer y la segunda desde sus funciones. Desde las descripción los participantes mencionaron que el hombre es responsable y protector, sensible y sincero, mientras que a la mujer la describen como sensible y sincera, además de fuerte y capaz. Desde la función al hombre se le describe como proveedor y a la mujer como apoyo; y esto concuerda con algunos elementos que describen Bovet (1960) y Bustamante (1990). A diferencia de los autores, los participantes mencionan que el hombre es hipócrita, aprovechado, malo, abandona, es débil, comprensivo, servicial, sumiso e ignora; mientras que consideran a la mujer fuerte, débil, degradada, recibe, controla, tolera, es capaz, amorosa y activa.

Por otra parte, tanto para el hombre, como para la mujer, es más importante los aspectos emocionales, y difieren en que, para la mujer es más importante el área físicas y posteriormente la intelectual, y para el hombre es a la inversa. Lo cual no concuerda con lo que proponen Souza y Machorro (1996), puesto que él menciona que la mujer, designa menor peso a las características físicas, dando prioridad a los aspectos reproductivos y de supervivencia; sobre el hombre menciona que le da más peso a las características físicas.

La historia de vida la conforman las creencias aprendidas, la relación establecida entre los padres, la forma como han aprendido a expresar sus sentimientos, la relación que tienen con sus padres, el estado emocional y los modelos de pareja; observándose que todos los aspectos antes mencionados tienen su origen en el seno familiar. Aunque todos estos elementos se retoman dentro de otros apartados o de forma más independiente, es necesario resaltar, que el hecho de contar su historia de vida, los participantes identificaron que el modelo de pareja de sus padres ha sido un factor que ha influido en la elección de las parejas que han tenido, concordando con lo que Orlandinni (1998), Souza y Machorro (1996) mencionan en cuanto a que la elección de la pareja, esta íntimamente ligado con la relación que el individuo ha tenido con sus padres.

Así mismo, las historias de vida permitieron que los participantes identificaran algunas interpretaciones sobre la pareja, algunas de ellas fueron: el hombre abandona, es infiel, aprovechado, es el que debe mandar, no se les debe de creer nada; en cuanto a la mujer es que son fuertes, no se debe dejar, son dependientes y es posesiva, tanto el hombre como la mujer deben de ser buenos estudiantes.

En cuanto al autoconcepto se pudo observar que les es más difícil compartir aspectos negativos en lo afectivo y lo que observan las personas que los rodean son principalmente sus actitudes positivas o negativas relacionadas a los aspectos sociales, pero al mismo tiempo quisieran ser más seguros de ellos mismo y honestos. Por lo tanto se puede afirmar que su autoconcepto sí esta conformado por lo que los participantes creen de sí mismos, el ideal o lo que se deberían hacer, los si mismos públicos, las formas como quisieran ser percibidos y lo que la persona es en realidad, tal y como lo afirman Wertermark y Valdez (1984), además de que éste lo llevan a la relación de pareja. En cuanto a su autoestima, se puede considerar

que en el momento en el que aportaron los datos no era muy alta, ya que afirmaron querer tener seguridad, sentirse inseguros, con miedo, se consideran poco sociables y al mismo tiempo fuertes y capaces para que no los lastimen. Así que como lo afirma Branden (citado en Rage 1997), los participantes requieren trabajar su confianza para enfrentarse a los desafíos básicos su vida y la mismo tiempo reconocer su derecho a triunfar y ser felices. Además de que los padres no han estado muy conscientes de el papel que juegan como educadores y formadores para la independencia de sus hijos.

Los participantes identificaron que los amigos influyen a en la relación de pareja, en la toma de decisiones, sugiriendo el comportamiento que debería tener la pareja, condicionando un prototipo de pareja en el grupo para poder pertenecer al mismo, reafirman las creencias que se tienen hacia la pareja, en sus opiniones o comentarios y en que en algunos momentos motivan, y como menciona Cásares y Escudero (1994), los amigos han tenido importantes repercusiones en el desarrollo y solución de los problemas de la pareja de forma positiva o negativa, además de que los amigos pueden tomar partido ante los problemas de la pareja en conflicto.

El medio el que se desenvuelven influye a nivel individual en el comportamiento, en sus decisiones, en su aprendizaje, las creencias y costumbres; mientras que a nivel de pareja influyen en el desarrollo de la misma, en la convivencia que se da, en las reglas y normas que se establecen, en los modelos que aporta y con los que se identifican.

La educación influye a nivel individual en la formación de patrones conductuales; mientras que a nivel de pareja la educación influye en la adquisición de creencias, en las reglas que se establecen, las expectativas que se forman de una pareja, el conocimiento y aceptación que pueda haber en la misma, además de que sirve como guía en la relación.

Los participantes consideran que la sexualidad es la expresión de caricias y coito, conocer su cuerpo y el de la otra persona, las diferencias biológicas entre cada sexo, la interacción entre dos personas, es algo individual, lo que son y es el amor. Corey (citado en Rage, 1997) plantea que los individuos pueden y deben decidir por sí mismos que prácticas sexuales son aceptables y tomar en cuenta sus valores en las decisiones que toman, más no

dejarse llevar por sus impulsos. Se puede observar que los participantes manifiestan en sus respuestas sus valores y su toma de decisión al considerar que la sexualidad con la pareja es una expresión, que no son malas, que es una decisión, hay que asumir las consecuencias, es mejor evitarlas para no comprometerse y que es mejor que se den dentro del matrimonio; sin embargo la sexualidad influyen en la pareja en el conocimiento de si mismo y del otro, se considera un elementos esencial, rompen la relación, aumentan la intimidad e influyen en la historia de vida; por lo tanto también la sexualidad puede usarse para disminuirse a si mismos o a la pareja o como parte de una intimidad y conocerse como lo afirma Rage.

De acuerdo a la muestra del estudio, a los 21.6 años de edad han tenido de 1 a 3 relaciones de noviazgo, en las que han vivido la etapa de inicio o formación y conocimientos, sólo una participante ha llegado a la etapa de proyección. En relación a la primera etapa del noviazgo, distinguieron que la forma en la que eligen una pareja es porque les agrada, les caen bien o porque tienen aspectos en común o comparten ciertos gustos, así mismo en esta etapa el conocer a la persona que les atrae la hace diferente de las demás, su conocimiento se da a través de todos los sentidos y se elige también a partir de experiencias previas. Por lo tanto en esta etapa se puede comprobar que sí se da una relación de aminoviazgo de la que habla Auping (1996), en donde hay cierta frecuencia de contacto y cierto compromiso de cumplir las citas acordadas, y al mismo tiempo la importancia de tener placer y la búsqueda de satisfacción a la que hacen referencia Souza y Machorro (1996).

En la etapa de formación distinguieron que conforme la pareja se va conociendo se van formando expectativas, de las cuales algunas se cumplen y otras no, la comunicación va siendo más profunda, van existiendo momentos de crecimiento en la relación y al mismo tiempo la no expresión de sentimientos o incomodidades puede ocasionar el rompimiento de la relación. Por las respuestas de los participantes no concuerdan con lo que Souza y Machorro (1996), proponen sobre que el individuo no cuenta con una seguridad interior y colabora con el mismo o con otro para superar y solucionar todos aquellos sectores en los que se encuentran mayores debilidades. Al mismo tiempo en las relaciones de los participantes no se presentan acuerdos en el tiempo que va a durar su relación, no se habla de un compromiso y mucho menos de su miedo al mismo, además de que no se conocen en todos los ámbitos de su vida.

La importancia de la relación de pareja radica, principalmente, en las repercusiones que se tienen, es decir en el tipo de elección que se realice. Para lo cual los participantes mencionan el noviazgo en un camino para la formación de una familia, ya que provee de el tiempo para conocerse y aumentar la probabilidad de que la relación sí funcione; mencionan además que las consecuencias a nivel individual pueden influir en el crecimiento y en la historia de vida; a nivel familiar, en el establecimiento de las relaciones entre los mismos integrantes.

De acuerdo a los participantes, las relaciones destructivas se generan por la incomunicación, las agresiones, la falta de límites establecidos, la falta de conocimiento individual y de la pareja, demás de la historia de vida, datos que se relacionan con lo propuesto por Aguilar (2000) y Lamaire (1992). Mencionando además, que donde han visto éstos modelos es principalmente en su familia nuclear, es decir con su padres o alguno de sus hermanos, los cuales tienen las siguientes características: el control que ejerce algunos de los miembros, la necesidad de tener al lado una persona para sentirse bien y la lucha de poder, elementos que influyen en la estructura familiar, según Ravazzola (1997).

Las relaciones se pueden generar, según los participantes, por el aprendizaje de los modelos (en este caso los padres), formando elementos conceptuales que moldean la manera de relacionarse con la pareja, confirmando lo planteado Laing (1994), en relación a que la familia enseña de una forma muy sutil la manera en que debemos comportarnos, sentir, enfrentarnos a los problemas y concebir la relación de pareja.

Más de la mitad de los padres de los participantes se encuentran viviendo juntos, sólo que una gran parte de ellos viven una relación destructiva y en el caso de los que están separados se debió a fallas en la comunicación, infidelidad y maltrato psicológico. Por lo que la relación que han tenido sus padres ha influido en sus relaciones de pareja; ya que los participantes han tenido parejas con características parecidas a una de las dos figuras paternas, principalmente con el que tienen mayor conflicto o con características similares a la relación que hay entre los padres.

Los elementos que conforman las relaciones constructivas, de acuerdo a los datos aportados por los participantes son la comunicación, individualidad, compromiso y la identificación con la pareja, mencionando además que estos modelos los observan en la familia extensa con mayor frecuencia que en la nuclear, esto porque dentro de una relación constructiva se fomenta la comunicación más profunda, la aceptación y conocimiento, la eliminación de máscaras y la valorización interna (Rogers, 1993) y algunos de estos elementos no se encuentran en la realidad más próxima a los participantes.

En los dos tipos de relaciones, los participantes, mencionan que un elemento importante es la comunicación, las maneras de comunicar y a las interpretaciones que se le da al mensaje recibido, concordando con lo que presentan algunos autores como Satir (1990) y Alvarez (1996), sobre que la comunicación es un elemento importante en la pareja para que formen familias nutridoras o conflictivas, según sea el caso.

Otro elemento importante dentro de las relaciones constructivas y destructivas son la construcción de creencias, algunas de ellas elaboradas por el modelo educativo. Ravazzola (1997), menciona que uno de los componentes presentes en la violencia intrafamiliar son las ideas y las creencias de los actores del circuito familiar. Pocos autores hablan de la importancia de elaborar creencias positivas en torno a la relación de pareja. En el caso de los participantes, mencionan que la pareja permite más de lo que limita, beneficia y elevan la autoestima y que se requiere disponibilidad y autoconocimiento para tenerla y estos comentarios manifiestan que estas creencias tienden a ser más reales que ideales, ya que mencionaron que, para aumentar la probabilidad de tener una pareja constructiva, implica plantearse metas sobre lo que se quiere de una relación y lo que se está dispuesto a aportar a la misma.

Apartir de las aportaciones, se puede ver que la familia está sumergida en una cultura y como lo afirma Dallos (1996), la familia no existe en un vacío social y la estructura de cualquiera de ellas está parcialmente determinada por la cultura específica en que se mueve. Las normas sociales que han determinado durante años el papel del hombre y la mujer han fijado legalmente la forma de matrimonio y la familia, han conducido la vida sexual por

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

distintos caminos influenciadas por las creencias adquiridas y al mismo tiempo siempre se busca ser parte de un lugar en donde concuerde todo lo que somos, con lo que existe en el medio. Así, al no referirse a la cultura como un elemento independiente es porque fue necesario enfatizar, que los elementos antes mencionados son parte o tienen su sustento en la cultura. Por esto es, que los participantes también afirman la cultura es un elemento que ha influido principalmente en su estilo de vida, en la formación y mantenimiento de sus creencias, las elecciones que realizan y el rol del hombre y la mujer.

Por lo que se puede concluir que el objetivo se cumplió, en relación a que los participantes adquirieron herramientas a través del autoconocimiento que les permitió distinguir cuales son los elementos que influyen en la elección de pareja, aumentando así la probabilidad de prevenir la desintegración familiar. Así, la hipótesis se comprobó ya que a partir de su autoconocimiento, distinguieron de qué manera inflúan los diez elementos en sus elecciones de pareja.

Sobre la pregunta de investigación ¿Puede ser la elección de pareja un medio para prevenir la desintegración familiar?, si puede ser uno entre varios medios para prevenir la desintegración ya que para elegir una pareja, de manera definitiva o con la que se formen expectativas para vivir por un periodo largo de tiempo, debe de haber un proceso de conocimiento individual y de la pareja; ya que aportara algunos elementos para decidir si es o no conveniente elegir a esa persona. Aún cuando se pueda decir que "nunca se termina de conocer a las personas" o que "el tiempo de conocer a la persona, no determina la efectividad de la elección", pero si es cierto que, si una persona se conoce primero a si misma, tendrá los elementos más claros, para discernir de forma consciente, qué es lo que quiere y qué es lo que esta dispuesto a dar, permitiéndose relacionar con otra persona que también este dispuesta a compartirse y así llegar a una relación funcional.

Las actividades realizadas con cada uno de los elementos propuestos en éste estudio, como factores que influyen en la elección de pareja, confirman que influyen en la vida cotidiana y a su vez en la elección de pareja; resaltando que la familia y la cultura son uno de los elementos más significativos y determinantes para la formación del concepto de pareja, de concepto de hombre-mujer y de su sexualidad. Estos conceptos se forman por las creencias,

las cuales se transmiten de generación en generación, dato que ha permitido comprobar la historia y lleva a repetir los patrones aprendidos.

Es importante mencionar que la formación de algunas creencias de uno mismo, en relación a la familia y a la pareja, se dan por las interpretaciones que se hacen sobre eventos, situaciones o comentarios en la niñez, que se van repitiendo, lo que permite reafirmarlas. Para poder identificar las creencias se requiere tener un proceso de autoconocimiento y orientado a la elección de la pareja, permitiendo a los individuos decidir de una manera más consciente y aumentar la posibilidad de llevar una vida más plena, asumiendo las consecuencia de la elección.

Se requiere que cada persona, que aspira a tener una pareja y posteriormente formar una familia distinga de qué manera las creencias, conceptos e interpretaciones con las que cuenta le garantizan que puede tener una familia funcional o le pueden prevenir para trabajar aquellos factores de su persona o su entorno que lo llevarían a formar una familia no nutridora con consecuencia como la desintegración familiar.

En el caso de los padres con hijos mayores los conflictos, estructura familiar y su sistema de creencias son más complejas y acentuadas, educando a sus hijos de una manera similar a los que ellos recibieron. Mientras que en los matrimonio jóvenes aún cuando ya hubo una elección de pareja, su sistema se esta comenzando a formar y las redes pueden no estar tan sólidas, como para no poderlas modificar y fortalecer, para dotar a los hijos de elementos más constructivos sobre una relación de pareja. Por último las parejas en potencia (todas aquellas personas que se encuentran en una relación de noviazgo o que están en búsqueda de una pareja), son los mediadores entre un sistema ya establecido en la familia y al mismo tiempo el pilar para la formación de una nueva estructura familiar, se ofrece como un terreno fértil para la prevención de la desintegración familiar.

Por otra parte el modelo Sistémico, permite sustentar esta idea, ya que plantea que la familia esta formada por unidades que influyen unas en otras de manera reciproca que están en una constante búsqueda de equilibrio y que su canal primordial para manejar información es la comunicación. De acuerdo a esto se plantea la pregunta sobre si la separación viene a

equilibrar el sistema, y la respuesta es que sí, sólo que para volver a equilibrar se requiere de otro evento, pero la repetición del mismo patrón no resuelve el origen, y a ese origen se llega a través del autoconocimiento.

Es necesario concluir, que dentro del sistema familiar siempre hay un orden, en el que cada uno de sus miembros ocupa un lugar y de acuerdo a éste desempeña una función; sólo que en las familias se tiende a dar una apropiación de funciones que no corresponde al lugar que ocupa en el sistema, como el que alguno de los hijos quiera ocupar el papel de padre o de la madre por su ausencia o por considerar que no puede desempeñar esta función, llevándolos a desgaste, a una culpa y aun sufrimiento, por ocupar el papel de otro miembro de su familia y no cumplir su función dentro del sistema, situaciones que llevan a su relación de pareja.

La comunicación es una vía por la cual se transmiten mensajes, y como se sabe, ésta se puede dar de forma escrita, a través del lenguaje y la expresión corporal. Hay mensajes que aunque no se hablen o identifiquen conscientemente, estos están presentes dentro del sistema y todos sus elementos se subordinan para poder pertenecer al sistema y encontrar un equilibrio, aunque no se garantice un bienestar.

Los jóvenes al distinguir que su elección de pareja no surge al azar o por agentes externos a ellos, les permitió darse cuenta de que a través del autoconocimiento pueden distinguir qué elementos de ellos mismos están influyendo para tener una relación constructiva o destructiva, según sea el caso, pudiendo responsabilizarse de sus decisiones y al mismo tiempo proponer estrategias para solucionar conflictos internos e irlos retomando y en caso de presentarse en sus relaciones y poder identificar dónde se origina. Tal vez el taller no dio solución a todos sus conflictos, pero sí los condujo a reconocer con que herramientas contaban y distinguir aquellas que estaban potencialmente ocultas para ellos mismos. Por lo que se puede decir que este taller, sí puede funcionar como un medio para la prevención primaria de la desintegración familiar.

Así, se puede decir que las personas van evolucionando y cambiando de una etapa de desarrollo a otra y al mismo tiempo enfrentan situaciones y experiencias diferentes, por lo

que día con día se dan cambios, surgiendo la necesidad de que el autoconocimiento sea constante y permanente.

Por otra parte, el papel del psicólogo es fundamental como agente preventivo, ya que de este dependen la detección, planeación, desarrollo, investigación y evaluación de todos aquellos programas o intervenciones que puede realizar para el desarrollo de los sistemas familiares o como un profesionalista que esta al servicio de proponer otras opciones de vida y generar una nueva visión dentro de la familia.

Los datos aportados por este estudio, permiten distinguir otras necesidades que requieren solucionarse dentro de los sistemas familiares, para lo que se propone:

- Realización de talleres que proporcionen elementos para mejorar la relación dentro de los miembros de una familia y la relación hacia fuera del sistema, ya que se identifico que un problema frecuente dentro de las familias son las fallas en la comunicación.
- También es importante que se generen medios o espacios donde se pueda tener contacto con los padres y matrimonios jóvenes y se le informe sobre la responsabilidad que tiene sobre los hijos, siendo ellos modelos y principales formadores de las interpretaciones de los hijo.
- Es importante mencionar que se requiere seguir trabajando en los temas relacionados al genero, donde se determinen los papeles del hombre y la mujer, con la orientación de reconocer que tanto el hombre como la mujer son diferentes y no solo en características físicas y de reproducción, sino que son diferentes dentro de un sistema que tiene orden.
- Serfa conveniente ver como el joven esta viviendo su sexualidad. Aunque desafortunadamente en este taller no se realizó un análisis profundo sobre este tema, sí se identifica que es un tema de gran interés y que requiere ser trabajado desde la

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

interpretaciones individuales y sus consecuencias sobre los individuos y sus relaciones de pareja.

Finalmente, se puede decir que la pareja, es un organismo que por su estructura y su origen, tiene elementos que la hacen ser compleja y que al mismo tiempo ofrece un lugar y espacio rico y vasto en que los seres humanos pueden crecer y madurar a nivel individual y a nivel de grupo, ofreciendo posibilidades de desarrollarse y aprender continuamente.

Además de que la pareja es una estructura de la humanidad que ha estado presente y continuara así, por lo que si se trabaja con ella y por ella, abriría la posibilidad de que las familias fueran mejores y por consiguiente la sociedad también.

BIBLIOGRAFIA

- Achartl, A. L. y Galeano, M. J. (1995). "La soledad, un problema de nuestro tiempo". Subjetividad y cultura. No.5. Octubre.
- Aguilar, K. E. (1995). Domina la selección: Comunicación y relación de pareja. Ed. El árbol. México.
- Aguilar, K. E. (2000). Cómo elegir bien a tu pareja. Ed. Pax México.
- Alvarez, J. L. Jurgenson (1996). Sexualidad en la pareja. Manual moderno. México.
- Arroni, S. M. (1988). Las mujeres de la ciudad de México. Ed. Siglo XXI. México.
- Auping, J. B. (1996). Jóvenes construyendo su matrimonio. Ed. Promexa. México.
- Barragán, (1976). Interacciones entre desarrollo individual y desarrollo familiar. Revista mexicana de psiquiatría infantil. Vol.1
- Bensadon, N. (2001) Los derechos de la mujer. Ed. Fondo de Cultura Económica, México.
- Blastefer, G. (1975). Situación de la mujer en México. Ed. Beltrán Impresores. México.
- Bonilli, M. T. (1994). La teoría general de los sistemas y el origen olvidado de una psicología sistémica. Ed. Lumen. Argentina.
- Bovet, T. (1960). El matrimonio, manual para esposos y consejeros. Ed. Ateneo. Buenos Aires.

- Buber, M. (1994). Tu y yo. Ed. Nueva Visión. Buenos Aires.
- Bustamante, P. R. (1990). Pistas psicodinámicas de orientación matrimonial. Cursos de orientación familiar. México.
- Cáseres, C. J. y Escudero, C. V. (1994). Relaciones de pareja en jóvenes y embarazos no deseados. Ed. Pirámide S.A. Madrid.
- Centro de estudios sociológicos (1990). México en el umbral del milenio. Ed. Colegio de México. México.
- D'araujo, F.C. (1981). El noviazgo. Ed. Vida. Florida.
- Dallos R. (1996). Sistema de creencias familiares. Ed. Paidós. España.
- De la Peña, G., Duran, J.M., Escobar, A. y García, A.J. (1990) Crisis, conflicto y sobrevivencia, estudios de la sociedad urbana en México. Ed. CIESAS. México.
- Gonzalez, M. C. (1993). Una aproximación sistemática al estudio de la familia. ENEP-I/ UNAM. Mecanografía.
- Haley (1994). Terapia no convencional. Ed. Amorrortu. Buenos Aires.
- Hernández, S.F., Fernández, C. C., Baptista, L. P. (1997). Metodología de la investigación. Ed. Mc.Graw-Hill. México.
- INEGI (1994, 1999 Y 2000). Estadísticas de matrimonios y divorcios. México.
- Laing, R. (1994). El cuestionamiento de la familia. Ed. Paidós. México.

- Lamaire, J.G. (1992). La pareja humana: su vida y su muerte. Ed. Fondo de cultura económica. México.
- Leveton (1999). El adolescente en crisis, Orientación con terapia familiar. Pax. México.
- Massolo A. (1992). Mujeres y ciudades. Participación social, vivienda y vida cotidiana. Ed. Colegio de México. México.
- Orlandini, A. (1998). El enamoramiento y el mal de amores. Ed. Fondo de Cultura Económica. México.
- Rage, A. E. (1997) Ciclo vital de la pareja y la familia. Ed. Plaza y Valadez. México.
- Ravazzola, M. C. (1997). Historias infames: los maltratos en las relaciones. Ed. Paidós. Argentina.
- Revel, J. (1980) Familia y sexualidad en la Nueva España. Ed. Fondo de Cultura Económica. México.
- Rogers C. R. (1993). El proceso de convertirse en persona, mi técnica terapéutica. Ed. Paidós. México.
- Sánchez, C.C. (1997). Juventud en éxtasis 2. Ed. Selectas diamante. México.
- Santamaría A. (1995). La pareja desde el punto de vista de la psicología psicoanalítica del self. Psicología iberoamericana. México. Vol.3, No. 1, Marzo.
- Satir, V. (1990). Relaciones humanas en el núcleo familiar. Ed. Pax. México.
- Soustelle (1996). La historia cotidiana de los Aztecas, en vísperas de la conquista. Ed. Fondo de cultura económica. México.

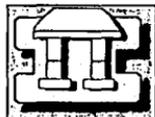
- Souza y Machorro (1996). *Dinámica y evolución de la vida en pareja*. Ed. Manual moderno. México.
- Thibault, O. (1972) *La pareja*. Ed. Guadarrama, Madrid.
- Trotsky, L. (1974). *La mujer y la familia*. Ed. Juan Pablos. México.
- Valdés, C. M. (1995). *Historia de los pueblos indígenas de México*. Ed. Centro de investigaciones y estudios superiores en antropología social. México.
- Vargas, F. J., Ibañes, R.J. y Torres V.L.(1998). *Análisis de las interacciones en pareja. Un estudio descriptivo*. Psicología iberoamericana. Vol. 6. No.2.
- Warren, H.C. (1993). *Diccionario de psicología*. Ed. Fondo de cultura económica. México.
- Westermarck y Valdez, (1984). *Historia del matrimonio*. Ed. Laertes. Barcelona.
- Willi, J. (1993). *La pareja humana: relación y conflicto*. Ed. Morata. Madrid.

ANEXOS

ANEXO 1



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA



CUESTIONARIO "ELECCIÓN DE PAREJA"

El presente cuestionario tiene como propósito conocer tu opinión acerca de la elección de pareja, por lo tanto te pedimos que contestes de forma veraz, ya que los datos que tu nos proporciones serán confidenciales.

Lee con atención cada una de las siguientes preguntas y contesta según se requiera en cada una de las mismas:

1. Subrayando los incisos (puedes elegir más de uno, si es necesario)
2. Complementando la oración, ó
3. Contesta lo que se te pide.

Nombre: _____

Edad: _____

Ocupación: _____

1 ¿Con quién vives actualmente?

a) Mamá

b) Papá

c) Hermanos

d) Otros. _____

2 ¿Hay problemas en tu familia?

a) Nunca

b) Casi nunca

3 ¿Qué tipo de problemas son los más frecuentes?

4 ¿Cómo resuelven estos problemas?

5 ¿En tu familia se han presentado casos de separación o divorcio?

a) No

b) Si

¿Quiénes? _____

6 ¿Algún miembro de tu familia presenta un tipo de adicción?

a) No b) Si ¿Cuál? _____ ¿Quiénes? _____

7 ¿Cuáles son las causas por las que la familia se separa?

8 ¿Piensas que el amor es?

a) Eterno b) Fugaz c) Constante cecania d) Exclusivo e) Enamoramiento

f) Otro: _____

9 ¿Qué entiendes por pareja?

10 Es necesario tener una pareja porque _____

11 Tengo una pareja porque _____

12 Una pareja me permite _____

13 Una pareja no me permite _____

14 La finalidad de una pareja es _____

15 El hombre es _____

16 La mujer es _____

17 ¿Cuál es el rol de la mujer en una relación de pareja?

18 ¿Cuál es el rol del hombre en una relación de pareja?

19 ¿Cómo es la relación con tu papá?

20 ¿Cómo es la relación con tu mamá?

21 ¿Cómo es la relación entre tus papás?

22 ¿Qué te gusta de la relación de tus papás?

23 ¿Qué te desagrada de la relación de tus papás?

24 Yo soy _____

25 Los demás creen que soy _____

26 Yo quisiera ser _____

27 ¿Cómo influyen los amigos en la relación de pareja?

28 ¿En qué puede influir el medio en que te desenvuelves en una relación de pareja?

29 ¿Consideras que la educación que has recibido en tu familia influye o a influido en tus relaciones de pareja?

a) No

b) Sí

¿Por qué?

30 ¿Cuándo crees tú que sea el momento indicado para elegir una pareja?

¿Por qué?

31 Para ti ¿Qué es la sexualidad?

32 ¿Cómo influye la sexualidad en una relación de pareja?

33 ¿Cómo es una relación destructiva?

34 ¿Conoces a alguien que ha vivido una relación destructiva?

a) No

b) Sí

¿Quién?

¿Qué características tiene o tenía la relación?

35 ¿Que piensas de las relaciones destructivas?

36 ¿Por qué se puede generar una relación destructiva?

37 ¿Cómo es una relación constructiva?

38 ¿Conoces a alguien que ha vivido una relación constructiva?

a) No

b) Sí

¿Quién?

¿Qué características tiene o tenía la relación?

39 ¿Que piensas de las relaciones constructivas?

40 ¿Por qué se puede generar una relación constructiva?

41 ¿Haz tenido relaciones de pareja?

a) No

b) Sí

¿Cómo han sido?

42 ¿Cuántas parejas haz tenido?

43 ¿Cuánto ha sido el tiempo máximo que haz durado con una pareja?

44 ¿Cuál ha sido el tiempo mínimo que haz durado con una pareja?

45 consideras importante la elección de la pareja?

a) No

b) Si

¿Por qué?

"Las lanchas"

Objetivo: Animación

Materiales: No se necesita material.

Tiempo aproximado de duración: 10 min.

Se les indica a los participantes que cuando escuchen la instrucción "el lancharo pide una lancha de ... personas", se junten en grupos del número que indiqué el animador.

Por ejemplo: "El lancharo pide una lancha de 4 personas", forman un equipo de cuatro personas. Cuando se forma el equipo de colocan de rodillas y mueven las manos como si estuvieran remando. El número de personas para formar las lanchas puede variar y se acopla de acuerdo al número de participantes. Los participantes que queden fuera pierden.

ANEXO 2

"El Gáfete"

Objetivo: Presentación e integración

Materiales: Plumones, gaffétes, lápices, seguros.

Tiempo aproximado de duración: 10 min.

Se le entrega a los participantes una tarjeta y se indica, que escriban en el gáfete su nombre En la parte posterior de la tarjeta, que escriban tres cosas que les gustan y tres que les disgustan. Una vez que hayan terminado se les indicará que escojan a una pareja con quien compartir lo que escribieron en su gáfete. Se les dará un tiempo (5 minutos) para que los dos platiquen. Una vez que hayan terminado se les pedirá que compartan lo que platicaron y que presenten ante todo el grupo al compañero con el que compartieron y describa las características que escribió en la tarjeta.

"Conejos y Conejeras"

Objetivo: Animación

Materiales: No se necesita.

Tiempo aproximado de duración: 5 min.

Se les indica a los participantes que formen equipos de tres personas: dos se tomaran de las manos parados frente a frente simulando una "conejera" y la tercera persona permanecerá parado en medio de los dos simulando ser un "conejo". Uno de los animadores dará las siguientes indicaciones:

1. Cuando se mencione la palabra "Conejos", sólo los que están dentro de la conejera se moverán.
2. Cuando se mencione la palabra "Conejera", sólo los que están tomados de las manos se moverán, sin soltarse, los que simulan ser "Conejos" se quedan quietos.
3. Cuando se mencione "Conejos y conejeras", todos se cambian de posición y se puede colocar como conejos o ser parte de una conejera con diferentes personas a las que estaban. Sólo que no se vale quedarse de forma permanente en el mismo lugar ni con la misma gente.

La persona que da las indicaciones buscara ser "Conejo" o ser parte de una conejera y si no lo logra perderá y nuevamente dará las indicaciones, pero si logra hacerlo entonces perderá la persona que no alcance a ingresar a una conejera o que no se integre a ninguna conejera.

ANEXO 3

"Cóctel de Frutas"

Objetivo: Integración

Materiales: Tarjetas con el nombre de las frutas, seguros.

Tiempo aproximado de duración: 5min.

Se le entrega a cada uno de los participantes un gafete que contenga el nombre de una fruta; el nombre de las frutas que se escogerán son:

❖ Piña
❖ Mango

❖ Sandía
❖ Papaya

❖ Melón
❖ Fresa

Cuando todos los participantes tengan su tarjeta se darán las siguientes instrucciones:

1. Cada uno de ustedes tiene el nombre de una fruta, éstos se repiten, por lo que hay varias personas que tienen la misma fruta que otra.
2. Las frutas que hay son: piña sandía, melón, mango, papaya y fresa.
3. Habrá una persona parada en el centro del círculo, la cual le dará la indicación al grupo, está indicación puede ser de dos formas según desee el participante.
 - a) "Quiero un cóctel de frutas con" y podrá mencionar las frutas que quiera, mientras tanto, participantes que tengan el nombre de esa fruta, se cambiarán de lugar,
 - b) Cuando el que esta en el centro quiere que todos se cambien de lugar puede decir: "Quiero un cóctel con todas las frutas".

La persona que quede de pie y no alcance lugar perderá y le corresponderá dar la indicación de cómo quiere su cóctel.

"Collage"

Objetivo: Identificación de características

Materiales: Cartulinas, pegamento, revisar para recortar, tijeras, rotafolios.

Tiempo aproximado de duración: 40 min.

Se forman equipos de 4 a 6 personas (puede variar), se les entrega el material y se les indicará que en el equipo comenten sobre las características de las pareja y que posteriormente representen de manera gráfica las conclusiones a las que llegaron. Cuando terminen de realizar el collage, se les indicará que escojan dos representantes del equipo, los cuales presentaran el trabajo ante el grupo.

"Doble Circulo"

Objetivo: Identificación de características

Materiales: No se necesita material.

Tiempo aproximado de duración: 15 min.

El grupo se divide en dos equipos, por lo que se les indica que se enumeren en uno y dos:

- a) Los unos se juntarán con los uno y
- b) Los dos con los dos.

A los unos se les pedirá que hagan un círculo viendo hacia fuera del mismo y a los dos que hagan un círculo alrededor del círculo uno viendo hacia adentro, de tal forma que van a quedar en parejas viéndose frente a frente.

Una vez que se encuentran frente a frente se les indicará que el círculo que esta dentro girará hacia su lado derecho y el círculo que esta fuera girará hacia su lado izquierdo, al ritmo de las palmas, cuando las palmas se detengan, también los participantes se detendrán y se les pedirá que compartan con la persona que tienen en frente las características físicas que les gustaría que tuviera su pareja y porqué (se les dará 2 minutos a cada uno de los participantes). Pasados 4 minutos se les pedirá que comiencen nuevamente a girar. Se detendrán dos ocasiones más, en la primera platicarán sobre las características intelectuales y en la última, las emocionales.

"El Cien pies"

Objetivo: Integración

Materiales: o se necesita material.

Tiempo aproximado de duración: 5 min.

Se les indicará a los participantes que formen un círculo, que se junten lo más que puedan uniendo hombro con hombro, posteriormente todos girarán hacia su lado derecho, de tal forma, que quedaran formados uno tras otro. Se les menciona que el pie izquierdo se coloca hacia el frente uniendo la punta con el talón del compañero de enfrente. Al mismo tiempo bajaran todos doblando las rodillas, tratando sentarse en las piernas del compañero que tienen en la parte de atrás. Al bajar tendrán que formar un círculo sentados.

Ya que estén sentados se les indicará que caminaran todos, iniciando con el pie derecho y cantando la siguiente canción:

"El cien pies, es un bicho muy raro,
parecen muchos bichos atados,
yo los miro y cuento otra vez,
y siempre cuento del uno hasta el cien"

ANEXO 4

"Se Murió Chicho"

Objetivo: Animación

Materiales: Bote y papelitos con las expresiones.

Tiempo aproximado de duración: 5 min.

En esta técnica a todos los participantes se les dará un bote del cual tienen que sacar un papelito (previamente preparado), que contiene el nombre de una expresión. Ya que todos tengan su papel se les indicara lo siguiente:

1. Nadie habrá su papel hasta que se les indique.
2. Cada uno de sus papeles contiene una expresión, con la cual deberán dar la noticia de que "se murió Chicho" a su compañero que esta a la izquierda.
3. Abren su papelito.
4. Se comenzara por la persona que lo quiera hacer o se escogerá al azar en caso de que nadie quiera participar.

Las expresiones:

❖ Tristeza
❖ Enojo

❖ Alegría
❖ Miedo

❖ Sorpresa
❖ Burla

"Relajación: Visualizarme como soy"

Objetivo: Identificación de características individuales

Materiales: Grabadora y música instrumental.

Tiempo aproximado de duración: 20 min.

Se les dirá a los participantes que se coloquen en una posición cómoda y que escuchen al instructor:

1. Cierra tus ojos, respira profundamente y saca el aire con fuerza. (tres veces)
2. Comienza a sentir tus pies y relájalos (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacia abajo: los dedos de tus pies, las pantorrillas, las rodillas, las piernas, los glúteos, la cadera, el estomago)
3. Ahora comienza a relajar tu pecho, suéltalo (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacia arriba: espalda, hombros, brazos, manos, cuello cara y cuero cabelludo)
4. Ya que estas en ese estado de relajación te voy a pedir que ahora te imagines en un cuarto en donde estas acostada en tu cama, ahora de vas a levantar y vas a ver un espejo

en frente de ti, ¿Qué ves en ese espejo?, ¿Te gusta lo que ves?, muy bien esa persona que ves eres tú. Ahora comienza a ver tu cara, obsérvate. ¿Te gusta la expresión que tienes?, ¿Te gustas a ti mismo?,..... etc.

Ya que se ha trabajado esta parte entonces sí se comienza a inducir en la relajación a que visualice aquellas partes que todos saben de ella:

5. Ahora te voy a pedir que sigas observando y que te digas a ti misma que cosas saben todos de ti, ¿Te gusta lo que todos saben?, ¿Esas cosas que saben se relacionan?, con el trabajo, la escuela, la familia, los amigos o tus sentimientos y pensamientos.

Después se comenzara a llevar al participante en aquellas cosas que sólo unos cuantos saben.

6. Ahora te voy a pedir que te detengas y que te quedes con aquellas cosas que te son difíciles de decir de ti, pero que sólo algunos saben. ¿Qué es lo que sólo algunos saben?, ¿Qué te impide compartirlo con los demás?....etc.

Por último se le pedirá que piense en aquellas cosas que a nadie se le ha dicho

7. Ahora ve aquellas cosas que no le has dicho a nadie. ¿Qué es lo que nadie sabe de ti?, ¿Qué te impide compartirlo?, ¿Qué pasaría si lo compartes?....etc
8. Esta bien, ahora te voy a pedir que te veas por última vez, que te tomes de la cara, abrázate, no hay problema esa eres tú, esta bien como estas. Ahora recuéstate en la cama cierra los ojos,

Para finalizar, se les pedirá que vuelvan a sentir cada parte de su cuerpo, que están sentados y después que vuelvan a moverse.

"El Iceberg"

Objetivo: Identificación de características individuales.

Materiales: Hojas con el iceberg impreso, lápices.

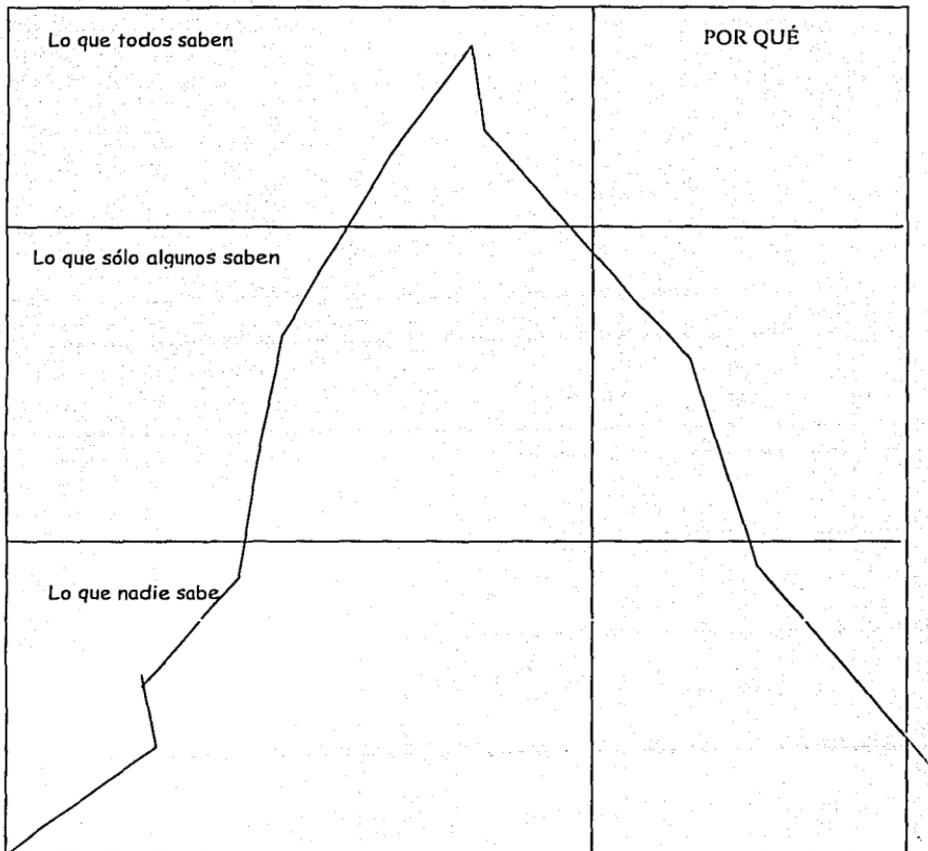
Tiempo aproximado de duración: 15 min, cada Iceberg

A cada uno de los participantes se les entrega una hoja con la siguiente figura en la que se les pide que escriban lo que se les solicita.

Nota: esta hoja se relaciona con la técnica "La relajación de conocimiento"

ICEBERG PERSONAL

Escribe lo que se te solicita.



Posterior a la hoja de Iceberg individual se les entrega una hoja con el Iceberg de pareja., y se les pide que escriban lo que se les solicita.

ICEBERG DE LA PAREJA

Escribe lo que se te indique, recordando a tu pareja actual, la última o la que fue significativa para ti.

Lo que todos sabían del el o ella	POR QUÉ
Lo que tu sabías de él o ella	
Lo que nadie sabía de él o ella y tú si	

The diagram is a large rectangle divided into three horizontal sections by two lines. A jagged line representing an iceberg's surface is drawn across the sections. The top section is the smallest, the middle is the largest, and the bottom is the largest. The line starts low on the left, rises to a peak in the top section, dips slightly, rises again to a second peak in the middle section, dips, rises to a third peak in the bottom section, and finally descends to the bottom right corner. The text labels are placed in the left column of each section.

" 100 formas de caminar"

Objetivo: Animación e identificación de posibilidades.

Materiales: No se necesita material.

Tiempo aproximado de duración: 10 min.

Se le indicará al grupo que se coloque en el extremo derecho del salón. La instrucción es "Necesitas llegar hasta el otro extremo caminando, puedes pasar como quieras pero será de uno modo diferente que el compañero que paso antes que tu". Los modos de caminar no deben repetirse. Los participantes podrán pasar:

- | | | |
|--------------|--------------|------------------------------|
| ❖ Modelando | ❖ Con un pie | ❖ Alzando mucho el pie |
| ❖ Con saltos | ❖ Bailando | ❖ Con las manos en la cabeza |
| ❖ Agachados | ❖ De puntas | ❖ etc. |

Una vez que todos hayan pasado se les indica que ahora deben regresar a al lugar de donde salieron, con una manera diferente de caminar.

ANEXO 5

" El Cartero "

Objetivo: Animación

Materiales: No se necesita material

Tiempo aproximado de duración: 10 min.

En esta técnica se le pide a los participantes que se sienten en sillas formando un círculo, posteriormente el instructor pasa al centro y se les indica que él dirá la siguiente frase: " Traigo una carta para todos aquellos que traen... zapatos", la última parte de la frase es una característica que tienen algunos de los participantes y que puede ser modificada cada vez que se mencione la frase.

La mecánica es la siguiente, al momento de decir la frase, todas las personas que tienen esa característica deberán cambiarse de lugar y la persona que estaba en el centro, de pié, ocupará uno de los lugares, por lo que faltará un asiento, la persona que quede de pié tendrá que mencionar la frase de "Traigo una carta para todos los que tengan" y deberán agregar una característica diferente a la que se había mencionado. Otra regla del juego es que, si alguna de las personas que pierden su lugar, quiere que todos los participantes se cambien de lugar deberá decir la siguiente frase "Se cerró el buzón".

"Relajación 2"

Objetivo: Relajación

Materiales: Grabadora y música instrumental.

Tiempo aproximado de duración: 10 min.

Se les pedirá a los participantes que se dispongan a relajarse, que se sienten en una posición cómoda y se les irá guiando de la siguiente manera:

1. Cierra tus ojos, respira profundamente y saca el aire con fuerza. (tres veces)
2. Comienza a sentir tus pies y relájalos (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacia abajo: los dedos de tus pies, las pantorrillas, las rodillas, las piernas, los glúteos, la cadera, el estomago)
3. Ahora comienza a relajar tu pecho, suéltalo (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacia arriba: espalda, hombros, brazos, manos, cuello cara y cuero cabelludo)
4. Ya que estas en ese estado de relajación te voy a pedir que ahora te imagines un lugar que te guste mucho, que observes como es, que únicamente te sientes a contemplarlo y siente como todo esta bien.

Después de un periodo de tiempo de permanecer en ese estado, se les pedirá lo siguiente:

5. Ahora observa por última vez como es ese lugar y despédete de él como tu quieras recuéstate y cierra los ojos.
6. Ahora comienza a sentir cada parte de tu cuerpo, respira profundo y puedes comenzar a moverte.

ANEXO 6

"Romper Globos"

Objetivo: Animación

Materiales: Globos, e hilo, dulces.

Tiempo aproximado de duración: 15 min.

Se les dará a cada uno de los participantes un globo con un hilo y se les indicó que se lo amarren en su pié izquierdo, posteriormente que formen dos equipos y se les indica lo siguiente:

1. Cuando el coordinador haga una seña todos intentarán romper los globos del equipo contrario y cuidarán que no rompan los de ustedes.
2. Si rompen tu globo ya no podrás seguir rompiendo el de los demás compañeros, por lo tanto te quedarás fuera del juego.
3. El equipo que tenga más globos sin romperse será el ganador, por lo tanto debes cuidar tus globos y también cuidar no romper los de tus compañeros.
4. El premio que se entregue serán dulces, para cada uno de los participantes.

"Figura Humana"

Objetivo: Identificar que factores de cada elemento influyen en la elección

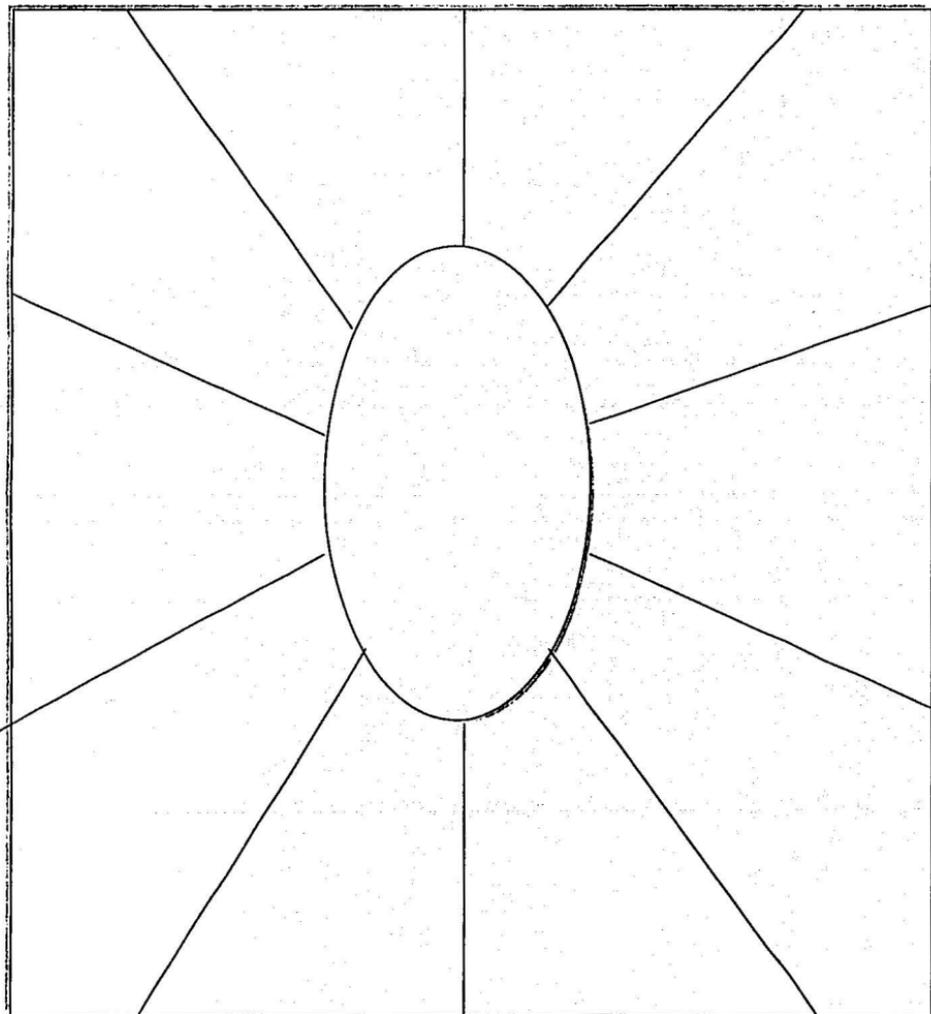
Materiales: Hoja impresa con el diamante

Tiempo aproximado de duración: 15 min cada lado.

Se entregará a cada uno de los participantes una hoja con una figura ovalada y 8 líneas, como la que a continuación se presenta y se le darán las siguientes instrucciones:

1. En el centro del ovalo, realiza un dibujo de ti mismo.
2. Escribe de qué forma cada uno de los factores o elementos ya explicados ha influido en tu elección de pareja.
3. Antes de comenzar a describir cada factor, escribe su nombre del que harás referencia.
4. Cada uno de los espacios es para que describa un solo factor

FIGURA HUMANA



"Canción de las vocales"

Objetivo: Relajación

Materiales: No se necesita material

Tiempo aproximado de duración: 5 min.

Se les indicará a los participantes lo siguiente:

1. Respira profundo, por la nariz
2. Exhala el aire por la boca, sin hacer esfuerzo con la boca

Se realizará 3 veces, posteriormente:

1. Se entonarán las vocales A, E, I, O, U.
2. Se hará con la mano una seña, para elevar o disminuir el tono o la velocidad.

Al finalizar todos darán un aplauso.

ANEXO 7

"El péndulo"

Objetivo: Integración grupal

Materiales: No se necesita material

Tiempo aproximado de duración: 15 min.

Se forman dos equipos, esto depende del número de participantes, se les pide a los participantes que se acomoden formando un círculo, deberán estar alineados hombro con hombro, para impedir que alguien entre o salga de su círculo, posteriormente se le pedirá a un voluntario que pase al centro del círculo. En esta técnica es muy importante remarcarle a los participantes que, es un ejercicio de confianza y que por lo tanto deberán confiar en el equipo al que pertenecen. A la persona que esta en el centro se le indicará que deberá cerrar los ojos y se dejará caer suavemente hacia atrás o hacia los lados según el mismo equipo la valla dirigiendo. A los integrantes del equipo se les deberá decir que en ningún momento se deberá dejar caer a su compañero, al momento que su compañero se deja caer los miembros del equipo deberán empujarlo hacia el centro de una manera suave, sin hacer daño y sin permitirle caer. Una vez que pase el primero de los participantes, los demás deberán pasar por un lapso aproximadamente de un minuto.

"Caída libre"

Objetivo: Integración grupal y confianza.

Materiales: una silla.

Tiempo aproximado: 10 minutos.

Se les indica las participantes que se enumeren, hasta que todos tengan un número asignado. Posteriormente se les menciona que pasara de uno en uno, hasta que todos pasen.

A los participantes que no pasen en ese momento se les indica que deberán tomarse de las manos formando una cama, para poder sostener al participante que caerá de espalda.

Al participante que se dejará caer se le mencionará que deberá subir a la silla para que se coloque de espalda al resto de los participantes y que se deje caer hacia atrás.

Es importante recordarles que deben tomarse bien de las manos para evitar que alguno de los participantes caiga y pueda ser lastimado.

“Relajación del perdón”

Objetivo: Vivenciar el proceso del perdón.

Materiales: Música de fondo, grabadora, espejo.

Tiempo aproximado de duración: 30 min.

Se les pedirá a los participantes que se dispongan a relajarse, que se sienten en una posición cómoda y se les irá guiando de la siguiente manera:

1. Cierra tus ojos, respira profundamente y saca el aire con fuerza (tres veces).
2. Comienza a sentir tus pies y relájalos (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacia abajo: los dedos de tus pies, las pantorrillas, las rodillas, las piernas, los glúteos, la cadera, el estómago).
3. Ahora comienza a relajar tu pecho, suéltalo (esto se hará con cada una de las partes del tronco hacia arriba: espalda, hombros, brazos, manos, cuello cara y cuero cabelludo).
4. Ya que estas en ese estado de relajación te voy a pedir que ahora te imagines que estás de pie y frente a ti hay un camino, comienza a caminar y mira lo que está a tu alrededor ¿Qué hay?, ¿Te gusta lo que ves?, muy bien ahora a lo lejos, al final del camino veras una puerta, acércate a ella.
5. Muy bien, ahora abre la puerta y al entrar encuentras una habitación, esa habitación esta oscura, no puedes ver nada, lo único que alcanzar a ver a lo lejos es otra puerta con una gran luz luminosa acércate a ella.
6. Muy bien ahora ya que estas frente a ella, te voy a pedir que entres y observes lo que hay, es un gran lugar, el mejor de los lugares, ¿Qué hay, árboles, flores, pasto, agua, animales, etc?.

Ya que se ha trabajado esta parte entonces sí se comienza a inducir en la relajación a que se visualicen de niños y trabajar el perdón con ellos mismos:

7. Ahora te voy a pedir que sigas observando y ahora observa a lo lejos, observa que alguien se viene acercando hacia ti. Es una niña (o) esa niña eres tú, vela, obsérvala, ¿cómo esta vestida?, ¿Tiene pantalón, vestido, etc?. ¿Esta triste?, ¿Alegre? ¿Contenta? ¿Enojada? ¿Tiene miedo?, ahora escúchala, algo te quiere decir, te quiere decir la perdones, qué no sabía lo que hacía, era sólo una niña. Ahora abrázala y dile que la perdonas y todo esta bien y que esta segura contigo. Ahora despédete de ella y dile que es hora de que sigas tu camino.
8. Muy bien. Continúa caminando y sigue observando tu camino.

Después de trabajar el perdón con su niño interior, ahora se comenzara a trabajar el perdón con el padre.

9. Ahora te voy a pedir que sigas observando y ahora observa a lo lejos, observa que alguien se viene acercando hacia tí. Es una persona, esa persona es tu padre. Míralo, obsérvalo, ¿Cómo esta? ¿Esta triste?, ¿Alegre!, ¿Contento?, ¿Enojado?, ¿Tiene miedo!,

ahora escúchalo, algo te quiere decir, te quiere decir que lo perdones, que ha hecho lo mejor que a podido y a creído. Ahora es momento de decirle lo que tu sientes, hazle saber que lo necesitas y cuanto lo amas. Y escucha lo que te dice. Pídele perdón sí es necesario. Abrazalo y dile lo perdonas, que todo esta bien, que en él reconoces a todos los hombres y que siempre tendrá un lugar en tu corazón. Ahora despídete de él y dile que es hora de que sigas tu camino.

10. Muy bien. Continua caminando y sigue observando tu camino.

Después de trabajar el perdón con su padre, ahora se comenzara a trabajar el perdón con su madre.

11. Ahora te voy a pedir que sigas observando y ahora observa a lo lejos, observa que alguien se viene acercando hacia ti. Es una persona, esa persona es tu madre. Mírala, obsérvala, ¿Cómo ésta?, ¿Ésta triste?, ¿Alegre?, ¿Contenta?, ¿Enojada?, ¿Tiene miedo?, ahora escúchala, algo te quiere decir, te quiere decir que la perdones, que ha hecho lo mejor que a podido y a creído. Ahora es momento de decirle lo que tu sientes, hazle saber que lo necesitas y cuanto le amas. Y escucha lo que te dice. Pídele perdón sí es necesario. Abrazala y dile que la perdonas, que todo ésta bien, que en ella reconoces a todas las mujeres y que siempre tendrá un lugar en tu corazón. Ahora despídete de ella y dile que es hora de que sigas tu camino.

12. Muy bien. Continua caminando y sigue observando tu camino.

Por último se trabajara el perdón y la reconciliación con ellos mismos en el momento actual.

13. Ahora a lo lejos ves una puerta. acércate a ella, ábrela, es una habitación oscura no se ve nada, es una habitación oscura, sólo a lo lejos ves una luz muy brillante. Camina hacia la luz. Ahora atravesaras esa luz y ahora te encuentras con unas escaleras, sube. Ahora haz llegado hasta arriba, se encuentra un salón y en medio de ese salón se encuentra una silla, siéntate y cierra los ojos.

14. Ahora te voy a pedir que abras lo ojos realmente, tomes el espejo que esta a tu lado y te observes, ¿Cómo esta tu cara?, ¿Cuántas cosas te has guardado? ¿Cuántas máscaras te has puesto? y ¿Cuánto no has sido honesto contigo y con los demás?.

15. Ahora te voy a pedir que visualices la mascara de tu vida.

Después de que la visualicen, realizaran la máscara (Ver anexo 13), y regresaran a la silla donde estaban sentados

16. Esta bien, ahora te voy a pedir que te veas por última vez, que te tomes de la cara, y que observes en que ha cambiado tu expresión. abrázate, no hay problema, esa eres tú, esta bien como estas. Y permanece contigo un momento.

17. Para finalizar, se le indica al participante que respire por la nariz y saque el aire lentamente, por la boca.

"La máscara"

Objetivo: Identificación personal

Materiales: Vendas de yeso, pinceles, acuarelas, agua, marcadores, gises aceite de bebe, papel higiénico, jabón, crema.

Tiempo aproximado de duración: 30 min.

Esta técnica, se divide en tres etapas.

La primera etapa, es la preparación de la máscara, se realiza en parejas y se les indica lo siguiente a los participantes que harán la máscara en la cara del compañero:

1. Se colocan aceite de bebe en la cara, hasta el nacimiento del pelo.
2. Las vendas precortadas, se humedecen en un balde de agua fría y se colocan una a una en la cara, reforzando la nariz y a los lados de la boca, para evitar que se rompa.
3. Después de 15 minutos se retira la máscara cuidadosamente.
4. La persona a la que le hicieron su máscara se lava la cara y se pone crema si lo desea.

Posteriormente los papeles se invierten.

La segunda etapa, consiste en poner color a su máscara, para la realización de esta parte se hace primero la técnica de "Relajación de perdón" y se les indica que:

1. Se acerquen hacia las pinturas y pinceles que están en el centro y pinten su máscara como ustedes la vieron, hace un momento,
2. Por favor realicenlo en total silencio, pensando en los colores que cada uno aplica a su máscara.

La tercera parte de la Técnica, puede ser una parte muy importante, se les dirá a que vean su máscara, que se la coloquen de nuevo y vean a los demás, se les preguntará cómo se sienten con esa máscara, que la reconozcan y que la acepten con su aspecto y con lo que representa.

El instructor deberá dirigir la conclusión de esta técnica y retomaran aspectos de la técnica de "Relajación de perdón".

"El color café"

Objetivo: Animación.

Materiales: Pizarrón o rotafolio, gises.

Tiempo aproximado de duración: 10 min

Esta técnica es una lluvia de ideas, previo a la pregunta, en el pizarrón o rotafolios se trazan tres líneas divisorias en la primera se escribe lo que ellos entienden por Muro, en la segunda los que entienden por Mar y en la tercera lo que entienden por Café, se puede sugerir también que mencionen lo que para ellos significan cada una de las palabras.

Después de que estén completadas la columnas y posteriormente a que todos hayan participado se les dirá que ahora verán el significado de cada una de las frases.

- a) El Muro esta relacionado con lo que entendemos sobre la vida.
- b) El Mar lo que para cada quien significa el futuro.
- c) El Café lo que para cada uno de nosotros puede significar el sexo.

Al finalizar se les menciona que es una actividad que permite relajarnos y hacernos reflexionar sobre los significados que tenemos hacia la vida, el futuro y la sexualidad, pero no quiere decir que es el significado real, ni que tampoco es una relación directa entre la frase y su significado

ANEXO 8

"El Rally"

Objetivo: Integración

Materiales: Listón, sobres, gises, globos, servilletas, dulces, cigarros, refrescos o dulces (como premios)

Tiempo aproximado de duración: 30 min.

Se les indica a los participantes que elijan a una persona con la cual trabajaran en esa técnica. Se les entregará un listón de 50 cm., y un sobre con diez actividades diferentes, las instrucciones serán las siguientes: Realizaran las actividades que se les indica en el sobre y ganará la pareja que termine primero.

Las actividades a realizar son.

1. Dibujar entre los dos sin hablar, en el pizarrón.
2. Tronar dos globos.
3. Llenar un globo con agua.
4. Gritar "Estoy ganando"
5. Cantar una canción, en voz alta.
6. Desamarrar las agujetas del compañero con el que se realiza la actividad.
7. Poner un moño con una servilleta, en la cabeza del compañero.
8. Cambia de lugar el bote de basura.
9. Cómete un dulce.
10. Enciende un cigarro.

Para la realización de las actividades asignadas, es conveniente que el material sea colocado en lugares estratégicos, pero que no estén al alcance, tan fácilmente, de los participantes, de esa manera se desarrolla la búsqueda e integración.

Al finalizar se le entregará el premio a la pareja que termine primero.

"La Naranja"

Objetivo: Autoconocimiento

Materiales: Naranjas, papel higiénico.

Tiempo aproximado de duración: 30 min.

Primero se le ofrece a cada uno de los participantes una bolsa llena de naranjas y se dice que tomen una, pero se le menciona que no es para que se la coman. Posteriormente se

les dice que se pongan en una posición cómoda que les permita estar relajados. Se les dice que cierren los ojos, respiren profundo tres veces y sientan como el aire entra por sus fosas nasales, entra a sus pulmones, como estos se expanden y se comprimen permitiendo salir el aire, mientras respiran se les dice que se hagan conscientes de los sonidos, de todo lo que pasa a su alrededor, que escuchen la voz del instructor.

Una vez que estén relajados se les dice que toquen su naranja, que toquen su textura, el tamaño, que traten de identificar su peso e inclusive perciban su olor, para esto se les da un tiempo aproximado de dos minutos y se les pregunta si serían capaces de identificarla de entre más naranjas, se les invita a que la conozcan.

Posteriormente se les dice que uno de los instructores pasará a recoger su naranja, las naranjas se colocan todas juntas sobre la mesa o en una superficie visible a todos los participantes. Se les pide a los participantes que lentamente abran los ojos y que tomen su naranja del lugar donde estén, deberán pasar uno por uno de los participantes.

Si el tiempo no es limitado se puede realizar esta parte, pero si ya no hay tiempo se puede omitir esta parte y retomarla al final. Ya que todos los participantes tengan su naranja, se les pregunta que si están seguros de que sea su naranja, si no lo están pueden revisar la naranjas de los demás participantes, hasta que estén seguros de que sea esa su naranja.

Durante la siguiente parte se les volverá a pedir que cierren los ojos, que nuevamente respiren profundo sintiendo el aire y que nuevamente sientan su naranja y comiencen a pelarla lentamente, que sientan como sus dedos desprenden poco a poco la cascara, que sientan el zumo, que la huelan, pero que todavía no la prueben, que imaginen su sabor, que sea lento que se den su tiempo. Casi al finalizar la técnica que dividan en dos partes su naranja y tomen de ella un gajo, que saboreen su sabor, se les pregunta que si es o no como se lo imaginaron, qué cambios hubo. Se les dirá que respiren profundo, que sientan su respiración y que abran sus ojos lentamente. Una vez abiertos se les dice que si quieren pueden compartir su naranja.

Una vez terminada la técnica se les pregunta que cómo es el conocimiento que tiene de ellos mismos y qué tanto puede influir para conocer al otro; de qué manera conoces o haz conocido a tus parejas, lentamente o al instante.

"Periodicazo"

Objetivo: Animación

Materiales: Periódico para doblar

Tiempo aproximado de duración: 10 min.

Se les indica a los participantes que se pongan de pie formando un círculo, que se pongan cómodos y respiren profundo. Posteriormente se le entrega a cada uno de los participantes una hoja de periódico y se les indica que sigan las siguiente instrucciones:

1. Toma el periódico y lo doblas por el lado más largo, debes hacerlo con cuidado
2. Realizan un dobles más, en la misma dirección.
3. Realiza un dobles más, revisa que todos los lados están ordenados.
4. Pon atención en la siguiente instrucción, porque ahora con el periódico le das un leve golpe al compañero para que despierte.

ANEXO 9

"El Rey Pide"

Objetivo: Animación

Materiales: Se solicitan a los participantes

Tiempo aproximado de duración: 10 min.

Para esta Técnica se dividirá al grupo como ellos quieran, al azar o por numeración. Se colocara un equipo del lado derecho y otro del lado izquierdo. Una vez que ya están los equipos se les pide que pongan atención a las instrucciones:

1. Cuando yo diga el rey pide por ejemplo un tenis, el primer equipo que me lo traiga es el que va a ganar.
2. Al finalizar se sumarán todas las puntuaciones y el equipo que me haya traído más objetos será el ganador definitivo.

El rey puede pedir lo siguiente:

- | | | |
|-------------|----------------|----------------|
| 1. Un reloj | 3. Un zapato | 5. Un cinturón |
| 2. Un arete | 4. Un calcetín | 6. Una pluma |

"Teléfono descompuesto"

Objetivo: Animación

Materiales: Tarjetas con frases diferentes.

Tiempo aproximado de duración: 5min.

Se pondrá a los participantes en círculo ya sea parados o sentados, según se prefiera, se indicará que se va a dar un mensaje comenzando con la persona que este del lado derecho del coordinador y que se tendrá que ir pasando de uno en uno, solo que para estos es importante varias cosas:

1. Poner atención al mensaje y decirlo tal cual
2. Se podrá repetir sólo una vez

3. No se vale hablar en voz alta el mensaje, a menos que sea el último participante que es el que comunicará el mensaje, para comparar si realmente se es igual a la frase inicial.

La frase será la siguiente:

"La elección de pareja esta determinado por mis valores, creencias y educación, por eso es importante darme cuenta de ellas".

ANEXO 10

“Quítale la cola al compañero”

Objetivo: Animación

Materiales: Pañuelos de dos colores diferentes

Tiempo aproximado de duración: 10 min.

Se le entregará un pañuelo a cada uno de los participantes y se le indicará que lo coloquen en la bolsa trasera del pantalón, posteriormente se dividirá al grupo en dos equipos diferentes. Es importante que los participantes se identifiquen ya que el equipo ganador será aquel en que sus miembros conserven su pañuelo y que tengan el mayor número de pañuelos en la mano. La instrucción será la siguiente: “Tienen que quitar el pañuelo del equipo contrario, sin perder el tuyo, tienen 3 minutos, se detendrán cuando el animador lo indique”. Una vez que se de la anterior instrucción se les dará 3 minutos.

Nota: Puede ser amenizado con música.

“El sobre”

Objetivo: Autoconocimiento

Materiales: Dos hojas blancas y un sobre mediano.

Tiempo aproximado de duración: 15 min., en la lectura de cada hoja.

Se le entregará un sobre a cada participante, dentro llevará dos hojas, una con el siguiente título “¿Cuáles son los aspectos positivos que tengo?”; la segunda hoja llevará la siguiente pregunta “¿Cuáles son los aspectos negativos que observas en mí?”.

Se les dará la siguiente instrucción: “El sobre que llevan contiene dos hojas con preguntas, sobre como los ven los demás; las cuales deberán contestar las personas con las que conviven cotidianamente, de preferencia su padres, hermanos y amigos cercanos. Ustedes indiquen a quien conteste la hoja que no ponga su nombre, ni firma, y deber ser contestada con tinta negra. Por favor, ustedes no deberán ver las respuestas, hasta que regresemos la siguiente sesión. Ustedes deberán decorar el sobre como lo deseen.”

Durante la siguiente sesión, se les dirá a los participantes que intercambien los sobres. Después que todos tienen sobres diferentes, se les pedirá que cada uno de los participantes lea el contenido, en la primera sesión serán los aspectos positivos y en la segunda los aspectos negativos. Después se le regresa el sobre al dueño y les pedimos que compartan de manera voluntaria cómo se sintieron al escuchar lo que los demás piensan sobre cada uno. Se les pedirá que reflexionen sobre:

265

1. ¿Para qué me sirve esta información?
2. ¿Qué puedes genera a partir de esta información?

"Lo que pienso de ti"

Objetivo: Identificar los aspectos positivos
Materiales: No se necesita material
Tiempo aproximado de duración: 10 min.

Se le indica a los participantes que formen un círculo, y se sienten en el suelo. Posteriormente se le pide a un participante que pase al centro y tome asiento en una posición cómoda. Se les indicará:

- A la persona que esta sentada en el centro, escucha lo que los demás mencionan sobre ti.
- A las personas que están sentadas en círculo, se les indica que a partir de donde esta sentado un instructor, a mano izquierda, deberán mencionar algunas de la características positivas o negativas que tiene o perciben de la persona que esta en el centro.

Cuando hallan pasado todos los participantes se les pedirá que compartan como se sintieron al estar en el centro y al escuchar lo que los demás dicen de mi, qué tanto de lo que se mencionó es cierto. Esa técnica se apoyará con la técnica "la carta".

"Cuchicheo"

Objetivo: Análisis
Materiales: No se necesita material
Tiempo aproximado de duración: 5 min.

Se les indica a los participantes que platicuen con la persona que esta a su lado y que comente sobre lo que identificaron de si mismos y sus relaciones a partir del contenido de esta sesión. Posteriormente se realizará un plenario general, donde tres o cuatro participantes compartirán lo que identificaron y realizaran las conclusiones generales.

ANEXO 11

"Lazarillo"

Objetivo: Identificación de elementos positivos en la pareja

Materiales: vendas para cubrir los ojos.

Tiempo aproximado de duración: 15 min.

Se indicara a cada uno de los participantes que se dividan en dos equipos. Los que pertenecen al equipo uno serán los ciegos y los que sean del equipo 2 serán los guías. Se les darán las siguientes instrucciones: "Van a salir del salón y van a caminar, el que es el ciego cerrará los ojo y el guía lo conducirá para que no se lastime, por lo que deberá tomar su precauciones". Después de 5 minutos se intercambiaran los papeles" ¿Hay alguna duda?.

Al terminar el recorrido se les indicará que se sienten por parejas, y que compartan como se sintieron siendo guías y siendo ciegos, que sensaciones experimentaron, qué les agradó y qué les desagradó.

Al finalizar, las instructoras realizaran un análisis referente a la importancia de los aspectos positivos de la pareja.

ANEXO 12

"La víbora"

Objetivo: Animación

Materiales: No se necesita material

Tiempo aproximado de duración: 10 min.

Se le indica a los participantes que se dividan en dos grupos, al primero de los participantes se le indicara que corra a un extremo, previamente marcado. En la primera vuelta corre solo, en la segunda tomará al siguiente participante, en la tercera vuelta, tomara al siguiente y así sucesivamente hasta formar una fila y todos los participantes estén en el otro extremo. El equipo ganador será el que forme más rápido la fila.

"Proyecto de vida y pareja "

Objetivo: Elaboración de un proyecto

Materiales: Hoja, lápices

Tiempo aproximado de duración: 30 min.

Se les dará la indicación a los participantes, que piensen en lo que, en este momento están dispuestos a hacer en relación a su vida, retomando las diferentes áreas por las que se conforma, como son: la familiar, académica, laboral, individual, sexual y social.

Posteriormente se les pedirá que piensen en una relación de pareja y que retomen todo lo que se revisó en el taller, y así poder definir de como desean a su pareja en las siguientes áreas: físico, emocional, intelectual, individual, sexual y social.

Una vez que pensaron en lo que van a hacer a nivel personal y de pareja se les pedirá que lo escriban en su hoja de proyecto de vida y pareja, las cuales se presentan en las siguientes hojas.

PROYECTO DE VIDA

Nombre: _____ Edad _____

Periodo proyectado: _____

Áreas:

FAMILIAR	ACADÉMICA	LABORAL
INDIVIDUAL	SEXUAL	SOCIAL
OTRA, ESCRÍBELA		

269

PROYECTO DE PAREJA

Nombre: _____ Edad _____

Periodo proyectado: _____

Áreas:

ASPECTO FISICO	EMOCIONAL	INTELECTUAL
INDIVIDUAL	SEXUAL	SOCIAL
OTRA, ESCRÍBELA		

ANEXO 13

"El camino al pueblo"

Objetivo: Identificación de obstáculos

Materiales: Sillas

Tiempo aproximado de duración: 15 min.

Previo a la aplicación de esta técnica se colocaran diversos obstáculos, que pueden ser silla, cajas, o cualquier otro material al final del camino se pondrá un objeto, posteriormente se le pedirá a uno de los participantes que observe el camino, después se le vendarán los ojos y se le dirá que a partir del conocimiento previo del camino que trate de llegar sin tocar ni tirar ninguno de los obstáculos, mientras tanto el resto del grupo guarda silencio. En la segunda parte de la técnica se pedirá la participación de otro de los integrantes. Se le vendarán los ojos y se le dará la misma instrucción, solo que en esta ocasión se le pedirá al resto de los participantes que le indiquen como llegar hasta el objeto meta.

"Camino chueco"**Objetivo:** Animación**Materiales:** Vendas**Tiempo aproximado de duración:** 10 min.

Se le indica al grupo que se divida en dos equipos y que se formen casi en la misma distancia, posteriormente se les indicará que se formen uniendo sus hombros, cuando todo el grupo este formado se pedirá la participación de dos voluntarios. A uno de ellos se le vendarán los ojos y se le indicará que se dejará guiar por el otro. El otro participante deberá guiar a su compañero, sin que se golpee con alguien, hasta llegar al final del camino, cuando terminen se invertirán los papeles, y el que guiaba será guiado y viceversa, se le pedirá a dos parejas más. Posteriormente se realizará el plenario sobre lo que sintieron y como sintieron.

“EVALUACIÓN DEL TALLER”

Objetivo: Evaluación

Materiales: Hojas impresas y lápices

Tiempo aproximado de duración: 20 min.

Se les entregará a los participantes una hoja impresa con el presente formato y se les dará las siguientes instrucciones:

Contesta lo que se te indica, tus respuestas ayudarán a enriquecer los futuros talleres:

1. ¿Te pareció importante el tema de “Elección de pareja”?	¿Por qué?
2. ¿Qué te gustaría que se modificara en el contenido del taller?	
3. ¿Qué dinámicas te gustaron más?	
4. ¿Cuáles son los beneficios y/o conocimientos que adquiriste en el taller?	
5. De la escala del 1 al 10, ¿Cómo evaluarías el trabajo realizado por las coordinadoras?	
Comentarios:	