

UNIDAD XOCHIMILCO
DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

No quiero esto para mí.
Análisis psicosocial de las resignificaciones de la violencia en el noviazgo.
Un acercamiento a las estrategias emocionales de las mujeres jóvenes

TRABAJO TERMINAL
QUE PARA OBTENER EL GRADO DE:
LICENCIADAS EN PSICOLOGÍA
PRESENTAN:

Ibáñez Becerril Tania
López Cruz Paola Jaqueline
Vázquez Álvarez Julieta

ASESORA:
Dra. Edith Flores Pérez

LECTORA:
Dra. Ana María Guadalupe Amuchástegui Herrera

Resumen	3
INTRODUCCIÓN	4
Preguntas de Investigación:	8
Objetivos de la investigación:.....	8
MARCO CONCEPTUAL.....	9
Violencia en el noviazgo.....	9
Perspectiva de género para comprender la estructura de la desigualdad social.....	11
Amor romántico	13
Resignificación de la violencia en el noviazgo.....	15
Estrategias emocionales.....	16
Redes de apoyo	19
FUNDAMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA METODOLÓGICA.....	19
Método Biográfico	20
Construcción de la elaboración y guía de entrevista	21
Elección de la participación de las mujeres	25
Encuadre de la elaboración del trabajo de campo	26
Participantes de la investigación	28
PRINCIPALES HALLAZGOS	36
Narrativas de la violencia en el noviazgo: los dilemas emocionales y las dificultades contextuales a las que se enfrentan las mujeres	36
Capítulo I.....	36
1. Formas de control e indicios de violencia en el noviazgo	36
1.1 Formas de manipulación emocional.....	37
1.1.1 Me sentí obligada.....	37
1.1.2 Me sentía culpable.....	41
1.1.3 Me daba miedo	46
1.2 Celos como estrategia de dominación	48
Capítulo II.....	52
2. La construcción sociocultural de las normas del amor y su relación con la violencia en el noviazgo	52
2.1 Qué tal si me necesita: Los estereotipos de género reproducen violencia.....	53
2.2 Según estábamos bien: La sociedad promueve el mantenimiento del noviazgo violento desde el fundamento del amor romántico.....	56

2.3 <i>Príncipe azul: Los mitos del amor romántico</i>	59
2.4 <i>Pasamos buenos momentos: No se romantiza la violencia, sino los momentos de placer y disfrute de la relación</i>	63
Capítulo III	65
3. Estrategias emocionales ante la violencia en el noviazgo: la perspectiva de las mujeres	65
3.1 Estrategias emocionales de las mujeres centradas en el yo.....	66
3.1.1 <i>No era feliz: Reconocimiento de los malestares emocionales</i>	66
3.1.2 <i>Lejos de ti: Tomar distancia física</i>	69
3.1.3 <i>Lo borraré de redes: Distancia en las redes sociales</i>	71
3.1.4 <i>Pensar en mí: Retomar actividades o proyectos personales</i>	73
3.1.5 <i>Empecé a tomar terapia: Buscar apoyo profesional</i>	75
3.2 Estrategias emocionales centradas en los otros: redes de apoyo	78
3.2.1 <i>Ya déjalo: Las redes de apoyo visibilizan la violencia</i>	79
3.2.2 <i>Me lo hubieras dicho: Las “redes de apoyo” que silencian la violencia</i>	82
3.2.3 <i>Buscar y reforzar las redes de apoyo para enfrentar la violencia en el noviazgo</i>	84
3.2.4 <i>Yo te apoyo en todo lo que tú hagas: La familia y las amistades como fuente de confianza</i>	86
3.2.5 <i>Fue tu culpa: Respuesta negativa de las “redes de apoyo”</i>	88
Capítulo IV	92
4. Resignificaciones de las mujeres y nuevas narrativas del amor	92
4.1 <i>No identificaba que estaba sufriendo violencia: Resignificación de las prácticas violentas de los novios</i>	93
4.2 <i>Calmar las expectativas, poner límites y ensayar otras formas de noviazgo</i> ..	96
4.3 <i>Ahora se habla más de esos temas: Expresión de ideas en contra de la violencia de género</i>	99
Cierre de análisis	102
Consideraciones finales	105
Bibliografía.....	107
Anexos	114

Resumen

En el presente trabajo se analiza la experiencia de las mujeres jóvenes que han cuestionado la violencia en el noviazgo, a partir de estrategias emocionales a las que recurrieron, con el fin de elaborar sus emociones en torno a la violencia reproducida en el noviazgo y a los sentimientos de amor por la idealización del noviazgo, lo que les permitió cuestionar, enfrentar y resistir la violencia. El proceso al que se enfrentaron las mujeres fue complejo, debido al contexto social que permeó la experiencia de los noviazgos violentos, como lo fueron las consecuencias emocionales provocadas por la violencia vivida, la presencia de discursos de amor romántico y el papel de las redes de apoyo en las estrategias emocionales a las que recurrieron para enfrentar a la violencia.

En la experiencia de los noviazgos de las jóvenes estuvieron presentes distintos tipos de violencia, como la violencia física, sexual, digital y psicológica. Dichas violencias produjeron en las mujeres malestares emocionales entre los cuales se manifestaron sentimientos de culpa, ansiedad, vergüenza, tristeza, enojo, miedo. Especialmente la violencia psicológica, así como los mitos del amor romántico dificultaron para las mujeres la identificación de las prácticas violentas, dado que, tanto la manipulación emocional, como los discursos de amor romántico en relación con los estereotipos de género, contribuyeron en la legitimación, reproducción y normalización de la violencia contra la mujer en el noviazgo y, por ende, en la permanencia del noviazgo violento.

Finalmente, las estrategias emocionales de las mujeres se observaron desde prácticas individuales que realizaron para elaborar emocionalmente sus vivencias acerca de la violencia en el noviazgo, como la autoreflexión, tomar distancia del entorno violento, retomar actividades y proyectos personales e ir a terapia psicológica, las cuales les permitieron reconocer, cuestionar y resignificar las experiencias del noviazgo violento. Asimismo, la resignificación de la violencia se llevó a cabo en contraste con las estrategias emocionales centradas en los otros, las cuales se manifestaron desde el apoyo que recibieron de sus amistades y familiares, ya que les permitieron tener un acercamiento a perspectivas alternas acerca de las prácticas violentas de sus parejas. Sin embargo, en algunos casos también contribuyeron en la invisibilización de la violencia, lo que dificultó la identificación y el cuestionamiento de la violencia.

Palabras claves: violencia en el noviazgo, amor romántico, elaboración emocional, redes de apoyo, resignificaciones.

Introducción

El problema central de esta investigación es la violencia que se presenta en el noviazgo, la cual se entiende como: “todo acto, omisión, actitud o expresión que genere, o tenga el potencial de generar daño emocional, físico o sexual a la pareja afectiva con la que comparte una relación íntima sin convivencia ni vínculo marital”. (Castro y Casique, 2010, pág.22).

Dicha violencia es un problema social que se presenta desde las primeras experiencias de noviazgo, generalmente en edades tempranas, como en la adolescencia. El hecho de que se experimenten dinámicas violentas en las primeras relaciones puede contribuir a que las conductas de abuso continúen en etapas posteriores a la relación (Bowen, 2014). Es así que, en la presente investigación nos interesamos por estudiar la violencia en el noviazgo desde la perspectiva de mujeres jóvenes.

El tema es relevante ya que, de acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Violencia en el Noviazgo (como se citó en SPINNA, 2019), en México el 76% de los adolescentes de entre 15 y 17 años han sufrido violencia psicológica, el 17% ha sufrido violencia sexual y el 15% violencia física. Por su parte, la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH, 2016), mostró que el 40.3% de las mujeres adolescentes y jóvenes de entre 15 y 24 años han tenido incidentes de violencia de pareja a lo largo de la relación.

En el caso de la Ciudad de México, se ha explorado la situación de violencia en el noviazgo desde los espacios universitarios y se muestra que existe una prevalencia de la reproducción de este tipo de violencia entre la población universitaria. En un estudio realizado en la Escuela Nacional de Trabajo Social UNAM, se mostró que, de las estudiantes encuestadas, más del 70% respondieron haber vivido por lo menos un episodio de violencia de género en sus relaciones de noviazgo. De igual manera, uno de los hallazgos más importantes fue que la violencia emocional afectó a más de la mitad de las jóvenes universitarias, y como resultado se vio disminuida su confianza en sí mismas. (Flores y Barreto, 2018).

Estas estadísticas nos permiten observar que la violencia en el noviazgo, especialmente hacia las mujeres, tiene un lugar importante en la sociedad actual y que no sólo está presente en las relaciones matrimoniales o conyugales entre los adultos, sino que tiene una fuerte presencia desde las relaciones de noviazgo que se forman en edades tempranas, es decir, entre adolescentes y jóvenes.

Sin embargo, la descripción del fenómeno social, en términos estadísticos, no es suficiente para comprender el problema de la violencia en el noviazgo, debido a que no muestra la complejidad que atraviesa las experiencias subjetivas y emocionales de las mujeres que han vivido violencia en el noviazgo. Los datos estadísticos, si bien son importantes porque nos muestran la incidencia de los casos, no nos muestran información sobre el contexto social en el que se desarrollan las relaciones de noviazgo, así como las situaciones específicas en las que se expresa la violencia y las diversas consecuencias o problemas que desencadenan los diferentes tipos de violencia manifestados en la relación de acuerdo con la persona que lo vive y su contexto.

Socialmente suele pensarse que las relaciones de pareja pertenecen al ámbito privado, del mismo modo, se piensa que las problemáticas relacionadas con la violencia, las nociones acerca del amor, los roles que se cumplen en la pareja, la aceptación, la decepción, la felicidad o el sufrimiento que se presentan en el noviazgo, se reducen solamente a la responsabilidad de las dos personas implicadas en la relación (Illouz, 2008). No obstante, la problemática va más allá de un problema individual o que sólo se desarrolla en la esfera privada, ya que se trata de un problema social, histórico, contextual y del ámbito público. En este sentido, la mirada de la psicología social nos permitirá abordar las experiencias de las mujeres jóvenes acerca de sus noviazgos violentos, y sus estrategias emocionales para enfrentar estas violencias, desde una perspectiva que coloca los fenómenos sociales en el marco de sus condiciones sociales de producción para comprenderlos en su contexto.

La violencia en el noviazgo es un problema de la esfera pública, porque deriva de un contexto donde predomina la cultura patriarcal¹ entendida como un sistema en el que participamos todos y todas, en el que se reproducen ideas machistas², es decir, ideas que se fundamentan en el predominio de la idea de superioridad del hombre sobre la mujer. A partir de las ideas machistas, en la cultura patriarcal se reproducen un conjunto de creencias, actitudes y

¹ Osborne, R. (2009). Apuntes sobre violencia de género. Barcelona, España: Bellaterra.

Facio A. y Fries L. (2005), Feminismo, género y patriarcado. *Revista sobre enseñanza sobre el derecho de Buenos Aires*. Núm. 6, p. 1

² Juárez, Pineda J.(2019). Cambio en la percepción del machismo en la Ciudad de México. En generación millennial y generación X. Memorias del XXI CONCURSO LASALLISTA DE INVESTIGACIÓN, DESARROLLO, DESARROLLO E INNOVACIÓN CLIDi. Consultado en: <https://repositorio.lasalle.mx/bitstream/handle/lasalle/2124/Cambio%20en%20la%20percepci%C3%B3n%20del%20machismo%20en%20la%20Ciudad%20de%20M%C3%A9xico.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

conductas que promueven desigualdad de género, estereotipos de género, discriminación, violencia física, sexual y verbal; en las que se posiciona a la mujer en un lugar de subordinación.

Como parte de la violencia de género, consecuencia de la cultura patriarcal, ha habido un incremento en la tasa de feminicidios en el país, de acuerdo con esto, el Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (SESNSP, 2021), registró en 2019 y 2020 las cifras más altas con 945 y 948 muertes por feminicidio. Cabe mencionar que las mexicanas comparten un sentimiento de indignación frente a las diversas formas de violencia, debido a la carente o nula atención institucional y la revictimización a la que son expuestas por las mismas autoridades. Desafortunadamente son muchos los casos donde una mujer denuncia por violencia a su pareja y al no ser protegida por las autoridades terminan sin vida.

Derivado de esa percepción colectiva se tiene como resultado la toma de conciencia sobre la necesidad de protestar; siendo éste el germen de la acción colectiva feminista hoy en día en el país (Cerva, 2021). Se puede observar que, aunque predomina una estructura de discurso hegemónico en la sociedad, donde se legitima la desigualdad de género, se manifiestan a su vez procesos de resistencia³ en las mujeres que cuestionan las normas, ideologías y acciones que establecen la dominación patriarcal.

Entre los constructos sociales que refuerzan la dominación patriarcal y que modelan las relaciones de noviazgo, se encuentra el amor romántico, los cuales fungen un papel importante en la reproducción de la violencia, en este caso, según sea la base ideológica que sostiene la noción del amor. Es importante mencionar que, de acuerdo con Esteban (2005), el estudio del amor permite conocer el funcionamiento del sistema de género, en el cual están implicados los estereotipos de género y las desigualdades que promueve entre hombres y mujeres.

Asimismo, en esta problemática no solo se manifiesta un posicionamiento de sumisión en las mujeres, sino también procesos de resistencias. Velázquez (2003) señala que, las mujeres no solo se posicionan como víctimas pasivas de las violencias físicas, psicológicas y sexuales, sino que despliegan muchas veces de manera consciente o inconsciente una serie de acciones antes o durante las agresiones que les permite enfrentar las situaciones de violencia. Las

³ Una de las manifestaciones de resistencia que ha sido relevante en consecuencia de esta problemática relacionada con los modelos de género, las desigualdades y la violencia de género, son los discursos y manifestaciones feministas, ya que, de acuerdo con diversas fuentes, como De Dios Mendoza, (2016) y Cerva (2020), destacan que los movimientos feministas han ayudado a visibilizar los problemas de género que transgreden los derechos de las mujeres, producto del sistema patriarcal; además de que las movilizaciones directa e indirectamente realizan una confrontación política.

estrategias que utilizan las mujeres son diversas acciones o comportamientos que tienen como objetivos reducir las tensiones provocadas por los actos de violencia.

Al describir el fenómeno social de la violencia en el noviazgo hemos observado que la problemática se ha estudiado desde cómo se vive la violencia, los tipos de violencias que se pueden reproducir en el noviazgo y los efectos que tienen en las personas que forman parte de esas dinámicas relacionales. Sin embargo, también pudimos observar que las investigaciones tienden a enfocar el problema de la violencia de pareja en las relaciones especialmente conyugales o maritales que se desenvuelven en el entorno doméstico⁴, como si la violencia comenzara a manifestarse sólo cuando la pareja empieza a vivir en el mismo hogar y la violencia en las relaciones jóvenes fuera poco frecuente, pero a lo largo de la descripción del fenómeno hemos observado que no es así y que la violencia en las parejas jóvenes es mucho más frecuente de lo que uno esperaría.

Por otra parte, también nos dimos cuenta de que es limitada la información sobre la importancia que tienen las redes de apoyo en mujeres que viven o que han pasado por relaciones de noviazgo⁵ donde hay violencia y el papel que cumplen esas redes en la complejidad de esos procesos, si consideramos que las redes de apoyo pueden tener respuestas negativas o propiciar para mejorar la calidad de vida de quien lo vive; además de que también dependerá de si la persona decide o no acercarse a las redes de apoyo que tenga a su disposición. Es por estas divergencias sociales⁶ que nos interesa conocer el papel de las redes de apoyo en sus particularidades y complejidades dentro de las experiencias de mujeres que viven violencia en el noviazgo.

De tal manera que, para esta investigación buscamos encarar el fenómeno de la violencia en el noviazgo a partir del posicionamiento de las mujeres ante esas violencias. Es decir, estudiaremos la problemática de la relación del noviazgo violento desde la perspectiva de los

⁴ La violencia en el noviazgo es un tema que había sido poco estudiado dentro de las investigaciones sociales, debido a que se le daba mayor prioridad al tema de la violencia doméstica. (Follingstad, 1991).

⁵ Los estudios que hablan sobre la importancia del apoyo social en temas de violencia en el noviazgo y sus consecuencias son escasos, pero las investigaciones que se han realizado sobre este tema apuntan a que el apoyo social tiene un papel moderador. (Rodríguez, 2018).

⁶ En términos generales, el concepto de divergencia social se refiere a un proceso dinámico de interacción entre líneas de acción social que mantienen una relación dialéctica, las cuales generan un campo de separación al distinguirse por las diferencias sobre intereses, actitudes o ideologías existentes entre sus agentes, lo que puede provocar un conflicto y representa una situación de diversidad. (Silva-García, 2012).

intentos de separación de la violencia que realizan las mujeres a través de sus estrategias emocionales y sus redes de apoyo.

Nos acercamos al estudio de la violencia en el noviazgo desde el punto de vista de las mujeres que resignifican los noviazgos violentos. Si bien podemos estudiar esta problemática sólo desde la descripción de la experiencia de la violencia como lo han hecho varios estudios, consideramos que podemos profundizar la comprensión del problema si analizamos la experiencia de aquellas mujeres jóvenes que han cuestionado los noviazgos violentos y han intentado más de una vez, y no sin tropiezos, salir, terminar o alejarse de esas relaciones violentas. Consideramos que estas experiencias en tensión entre la norma social y sus procesos de elaboración emocional dan cuenta de posibles rutas para transformar la idea de que se deben quedar en una relación de noviazgo que lejos de hacerlas sentir bien, las hace sentir mal.

Preguntas de Investigación:

¿Cómo son las experiencias de las mujeres jóvenes que se han cuestionado la violencia en el noviazgo? ¿Cuáles son las estrategias emocionales de las mujeres jóvenes ante la violencia en el noviazgo? ¿Cuál es el papel que juegan las redes de apoyo de las mujeres jóvenes que viven violencia en el noviazgo?

Objetivos de la investigación:

- Conocer las experiencias de las mujeres jóvenes que se han cuestionado la violencia en el noviazgo.
- Identificar y describir las emociones de las jóvenes en una relación de noviazgo violenta.
- Identificar y analizar las estrategias emocionales de las jóvenes ante la violencia en el noviazgo.
- Analizar las resignificaciones de las mujeres de sus noviazgos violentos.
- Identificar y analizar el papel que han jugado las redes de apoyo de las jóvenes ante la violencia en el noviazgo.
- Describir y analizar los estereotipos de género y los discursos del amor romántico que estructuran las narrativas de la violencia en el noviazgo de las jóvenes.

Marco Conceptual

Violencia en el noviazgo

La violencia en la que nos enfocamos es la violencia en el noviazgo. Elegimos estudiar a la violencia desde el concepto de noviazgo, debido a que las mujeres, a lo largo de sus narrativas nombran de esa manera a los hombres con los que entablaron una relación de noviazgo. Ellas se referían a sus parejas como: “mi novio”, “terminamos siendo novios”, “mi noviazgo”, “tengo un novio”, “cuando tuve a mi otro novio”. En este sentido, para este estudio nos referimos al noviazgo como una relación afectiva e íntima entre dos personas, sin vínculo matrimonial, donde se pretende encontrar exclusividad. En varias ocasiones se tiende a relacionar directamente al noviazgo con el amor entre dos personas, sin embargo, el amor no siempre es una característica central en un noviazgo, ni es siempre aquel que propicia el vínculo creado entre dos personas que deciden comprometerse en una relación de noviazgo⁷.

La violencia en el noviazgo se entiende cómo: “todo acto, omisión, actitud o expresión que genere, o tenga el potencial de generar daño emocional, físico o sexual a la pareja afectiva con la que comparte una relación íntima sin convivencia ni vínculo marital”. (Castro y Casique, 2010, pág. 22).

Es importante mencionar que, la violencia en el noviazgo es un tema que había sido poco estudiado dentro de las investigaciones sociales, debido a que se le daba mayor prioridad al tema de la violencia doméstica. Fue hasta hace algunas décadas que se empezó a explorar el tema desde el noviazgo para analizar los diferentes elementos que caracteriza este tipo de relaciones violentas (Follingstad, 1991).

La violencia en el noviazgo presenta diversas situaciones de riesgo, ya que son varios los tipos de violencia que pueden llegar a manifestarse. Cabe mencionar que los tipos de violencia pueden desglosarse de forma ligeramente distinta de acuerdo con la fuente revisada, ya que en algunos casos se dividen de acuerdo con características muy específicas, pero al mismo tiempo este tipo de violencia se relacionan con categorías más generales.

⁷ La construcción de esta definición está basada en las distintas definiciones que se mencionan en el texto “Violencia en el noviazgo entre los jóvenes mexicanos” de Roberto Castro e Irene Casique, (2010).

Por ejemplo, la violencia social, que refiere específicamente a las formas de control y vigilancia sobre las relaciones sociales de la pareja, privándola de apoyo social al alejarla de sus círculos sociales, como la familia y amigos; no obstante, este tipo de violencia por sus repercusiones se relaciona también con la violencia psicológica, una categoría más amplia, en la que no sólo se incluye la violencia social, sino también la emocional, la física, sexual, entre otras.

Es así que, con base en la investigación, mencionaremos los tipos de violencia que se presentaron en los noviazgos de las mujeres entrevistadas.

Violencia psicológica: De acuerdo con Castillero (2021), la violencia psicológica sí está presente cuando hay violencia física, no obstante, la violencia psicológica también se manifiesta sin existir agresión física, ya que también se manifiesta a través de la intimidación, humillaciones, desvalorizaciones, hacer que la persona se sienta indefensa, que se sienta dependiente del agresor, hacer que se sienta culpable de la situación de abuso y que piense que merece el maltrato.

Estas consecuencias de la violencia tienden a ejercerse por medio de agresiones verbales, coacciones, amenazas con hacerse daño así mismo o hacerle daño a ella o a familiares y amigos. Asimismo, una característica importante de la violencia psicológica es que muchas veces quien lo vive no es consciente de estar siendo maltratado y no emprenden acciones contra el agresor. Es por esta razón que resistir a la violencia vivida en el noviazgo no suele ser un proceso sencillo ni inmediato.

Violencia emocional: De acuerdo con la Oficina para la Salud de la Mujer (OAS, 2018), la violencia emocional incluye formas de control y vigilancia de los lazos sociales que se entablan tanto en el entorno físico, como en el digital (redes sociales). Este tipo de violencia suele manifestarse por medio de comportamientos controladores, como querer saber lo que la otra persona está haciendo todo el tiempo, decidir con quién puede o no hablar, transgredir la privacidad al exigir las contraseñas de los dispositivos y redes sociales, revisar conversaciones, manifestar celos injustificados, impedir o desanimar para reunirse con amigos o familiares, como una forma manipulación para propiciar el aislamiento social.

De esta manera colocamos la violencia social como una extensión de la violencia emocional, dado que, de acuerdo con Castillero (2021), “la violencia social se basa en la limitación, control y la inducción al aislamiento social de la persona” (párr. 21), además de las formas de control

antes mencionadas, también se llega a inducir al aislamiento a partir de producir conflicto entre la persona agredida y su entorno social, para que uno u otro decida alejarse.

Violencia física: De acuerdo con Castellero (2021), la violencia física consiste en causar o intentar causar daño temporal o permanente por medio de la transgresión al cuerpo, denegar atención médica u obligarla a consumir alcohol o drogas, así como emplear cualquier otro tipo de fuerza física contra ella, que incluso puede llevar a la muerte.

Violencia sexual: La violencia sexual refiere a la obligación o coerción de una persona para llevar a cabo cualquier práctica de índole sexual sin su consentimiento (WomensLaw, 2019). De acuerdo con ONU MUJERES (s.f), dentro de la violencia sexual también se incluyen otros tipos de acoso que no necesariamente implican el contacto físico, como: “comentarios sexuales sobre el cuerpo o aspecto de una persona, acecho o exhibición de órganos sexuales” (párr. 15).

Violencia digital: Es cualquier acto de violencia contra las mujeres realizado a través de los medios de comunicación digitales, como el teléfono, Internet, las redes sociales, entre otros. Por medio de estas tecnologías se reproducen diversas formas de violencia, como el acoso, hostigamiento, mensajes de odio, así como la exposición, distribución, difusión, exhibición, reproducción, comercialización e intercambio de imágenes, audios o videos de contenido íntimo sexual de una persona sin su consentimiento (Procuraduría Federal del Consumidor, 2021).

Perspectiva de género para comprender la estructura de la desigualdad social

Esta perspectiva es amplia y compleja para estudiar, ya que abarca categorías de hipótesis, interpretaciones y conocimientos que se han producido y construido en el fenómeno histórico en cuestión al sexo (Lagarde, 1996). Particularmente para los fines de esta investigación, nos guiamos de esta perspectiva, debido a que se puede comprender cómo la construcción social del género produce desigualdades, y al mismo tiempo opresión de género. De manera que, nos permitirá una aproximación hacia la vinculación con el fenómeno social de las manifestaciones de violencia que se dan a partir de las relaciones sociales.

En ese sentido, la sociedad crea mecanismos y consensos sobre el deber de ser “mujer” y el deber ser “hombre”, por lo que las personas deben aceptar y asumir estas normas como válidas. Asimismo, estos mecanismos son al mismo tiempo formas de coerción social, que se manifiestan en distintas instituciones. Estos mecanismos son denominados mandatos sociales

y crean sistemas explicativos acerca de la naturalidad del mundo. De tal manera, que cada sujeto busca cumplir sus deberes de género para corresponder con los estereotipos de identidad (Lagarde, 1996). Sin embargo, a lo largo de esta investigación observaremos los matices sobre cómo se manifiestan estos mandatos, ya que los sujetos también cuestionan la norma social.

Con respecto al concepto de estereotipo, se le denomina sistema de creencias acerca de las características que comparte un determinado grupo (Barberá, 1998). En este aspecto, existen estereotipos que retratan lo femenino y lo masculino. Con respecto al primero, se atribuye al conjunto de características que constituyen los comportamientos y personalidad de lo femenino, que tienen como eje central la inferioridad con relación a lo masculino, así como se considera que las mujeres están destinadas a la vida privada, lo cual implica cumplir con un rol de cuidado y maternidad dentro de la institución familiar. Esto se fundamenta desde la familia patriarcal que pone como autoridad a lo masculino (Bosch, 2006). En el segundo, como se mencionó, se determina a la masculinidad desde una posición de privilegios por lo que se le atribuyen características que constituyen comportamientos de dominación, fuerza, racionalidad, falta de emotividad entre otras propiedades que se le atribuyen desde el sistema de creencias (Williams y Bennett, 1975).

Como podemos observar, dentro de los estereotipos de género se reproducen desigualdades y estos se fundamentan desde la cultura patriarcal. Al respecto, Lagarde (1996) menciona que, el patriarcado es el orden social de poder que tiene como base a la dominación cuyo modelo es el hombre. Dicho orden asegura la superioridad de los hombres sobre las mujeres y, en consecuencia de ese establecimiento social las mujeres son sometidas a la opresión y los hombres quedan como dirigentes de las formaciones sociales.

Lo anterior nos permite observar que, al regirse la sociedad en las bases de desigualdad de género, se reproduce la violencia y muchas veces es normalizada. De acuerdo con Bourdieu (1998), en consecuencia de la sumisión como producto de los procesos sociales se manifiesta lo que él denomina violencia simbólica, dicha violencia se caracteriza por ser amortiguada, insensible e invisibilizada para sus propias víctimas. En ese sentido, lo simbólico tiene el papel de minimizar a la violencia y esto es producto de la asimilación de los sujetos que han naturalizado los mandatos sociales.

Amor romántico

Para el estudio de la violencia en el noviazgo, el amor es un tema fundamental para reflexionar, ya que, si bien no en todas las relaciones de noviazgo están implicados los sentimientos de amor, el amor ha jugado un papel importante en el mantenimiento y legitimación de la desigualdad y la violencia contra las mujeres, dado que en la construcción del amor se construyen formas de amar a la pareja que son normalizadas y que, de acuerdo con Esteban (2005), el estudio del amor, permite conocer el funcionamiento del sistema género, en la cual están implicadas las emociones, el deseo, la sexualidad y el cuerpo; esto influye sobre cómo se desenvuelve, no sólo cada persona, sino cada hombre o mujer en la dinámica del noviazgo.

Autores como Martín Gaité (2001) y Lagarde (2001) coinciden en que el amor o la noción del amor y el ideal sobre él, son una construcción sociocultural que responde a un tiempo y espacio histórico, de esta manera, la construcción de la noción del amor está influida por el contexto social como la edad, la cultura, la clase social e incluso el género. Las nociones sobre el amor son transmitidas a través de agentes socializadores, como los medios de comunicación, la escuela, la familia a partir de los cuales aprendemos comportamientos, actitudes, formas de sentir, ideales sobre el amor que tiene que ver con cómo nos vemos a nosotras mismas y a los otros. Es decir, cumplir con ciertas normativas e ideales emocionales con respecto al amor y a las relaciones interpersonales como lo es el noviazgo, el valor de la belleza física, cómo esperamos e idealizamos que debe de ser nuestra pareja, las aspiraciones de un amor incondicional, entre otras.

El problema con los constructos sociales sobre el amor en el noviazgo es cuando parten de la ideología patriarcal, porque coloca al hombre y a la mujer en posiciones desiguales que promueven especialmente la subordinación de la mujer y el poder del hombre sobre la mujer. Es así que tanto hombres como mujeres aprendemos a amar de diferente manera. En el caso de las mujeres, el amor es una característica que se ha atribuido como fundamental de nuestra identidad, por ejemplo, hacer amor en nuestros actos, el amor como meta y el amor como el sentido de la vida. Entendido desde Lagarde (2001), bajo el velo patriarcal, las mujeres al servicio de los demás tienen que priorizar a los demás antes que a sí mismas: el egoísmo para las mujeres es reprochable.

El amor romántico y el papel que la mujer debe cumplir en él “la mujer al servicio de los demás o para los demás”, como el hecho de considerar que la mujer depende o debe depender del hombre, que el hombre es el proveedor económico, que la mujer debe ocuparse de él al

procurarlo sensiblemente y debe procurar sus necesidades básicas, como hacer y darle de comer, apoyarlo en sus metas y dificultades; el problema es que se hace a partir de ignorar las propias, tanto por la pareja, como por ella misma; así que la realización personal, las metas y deseos personales quedan en segundo plano y la realización personal del otro se convierte en la realización de sí misma.

De acuerdo con Bosch y Ferrer (2013), hay construcciones sociales sobre el amor en las que se considera que la violencia y el amor son compatibles o que ciertos comportamientos violentos son una prueba del amor, por ejemplo, los celos, la posesión, las prácticas de control por parte de la pareja sobre la socialización de la mujer, sobre su cuerpo, su sexualidad, entre otras; todos estos comportamientos considerados como muestras de amor.

Este tipo de modelo acerca de cómo debemos manifestarnos afecta de forma importante en cómo respondemos tanto hombres como mujeres a la violencia en el noviazgo, ya que este tipo de nociones normalizan la violencia en el noviazgo, así que pueden contribuir en aceptar y tolerar los comportamientos violentos e incluso en pensar que merecen recibir dichos tratos, dado que trasladan la responsabilidad de la violencia recibida a la mujer, por no ajustarse o no cumplir con determinadas demandas. Por lo tanto, se legitima el poder masculino y la posición social de desventaja en la que el patriarcado coloca a la mujer a través de los discursos del amor romántico.

Finalmente, el hecho de que la mujer conciba al amor como el sentido de su vida⁸ implica, en una relación de noviazgo que, la mujer coloque a la pareja en un ideal amoroso, por lo tanto, la pareja se vuelve entonces el centro de su propia vida, por lo que es más difícil para la mujer dar fin a la relación. Este sentido del amor y, por ende, de su pareja, en una relación de noviazgo donde hay violencia, puede dificultar el proceso para buscar ayuda o cuestionar la relación y otras estrategias que procuren su bienestar. Priorizar el amor bajo cualquier circunstancia, posibilita mantener la esperanza de superar cualquier dificultad en la relación o de que su pareja cambie aun cuando esas dificultades traten de diversas manifestaciones de violencia.

⁸Ferrer Pérez, Victoria, y Bosch Fiol, Esperanza (2013). Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado, 17(1),105-122 ISSN: 1138-414X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56726350008>.
Lagarde M. (2001). *Claves feministas para la negociación en el amor*. Puntos de encuentro.

Resignificación de la violencia en el noviazgo

Para el presente estudio, el concepto de resignificación se comprende desde los procesos de cambio por los cuales pasan las mujeres a lo largo de sus experiencias en un noviazgo violento, especialmente cuando hay una reelaboración de significados acerca de determinados sucesos. Es decir, que en un momento de su experiencia determinados sucesos son considerados de una manera, pero que después de haber pasado por una serie de cambios sustanciales, el significado y, por ende, la percepción sobre dicho suceso también cambia y produce a la vez cambios en la forma de manifestarse ante dichos sucesos.

Las resignificaciones que se muestran en este estudio se presentan en las narrativas de las mujeres que compartieron sus experiencias de noviazgo violento, por lo tanto, nos aproximamos a la comprensión de la resignificación a partir de las resignificaciones sobre la violencia en el noviazgo que salen a la luz en las narrativas. Al respecto, Sarbin (1986) señala que, la función de la narrativa permite la autocomprensión, desarrollo humano y bienestar personal.

Por otra parte, Gergen (2007) plantea que, las narrativas tienen un sentido significativo para los sujetos, debido a que permite comprender al yo, a través de sus historias que manifiesta dentro de un comienzo, un punto intermedio, un clímax, un final y así sucesivamente. De esta manera, al narrar sus historias los sujetos van significando y resignificando acontecimientos fundamentales, en el caso de este estudio, las mujeres al narrar sus historias reelaboran sus experiencias.

Dicho lo anterior, Giddens (1997) señala que, existe la capacidad propia en cada individuo para interrogarse o autoobservarse ante ciertas circunstancias, esto lo denomina como *reflexividad del yo*. Dicha reflexividad se fundamenta desde la perspectiva de que el yo es un “sistema de acción” y no una “entidad pasiva”. En ese sentido, es importante mostrar que esta perspectiva nos guía a entender que las resignificaciones de las narrativas de las mujeres giran en torno a las acciones para generar cambios y no desde un posicionamiento de pasividad.

Por otra parte, las resignificaciones de las narrativas de las mujeres pueden generar cambios en cuanto a las nociones que son inculcadas socialmente, por ejemplo, en cuestión a la cultura de género, esta podría generar nuevas formas en las prácticas de los sujetos y así romper con las nociones sociales en cuanto a las relaciones de dominación como parte del posicionamiento de la base de una normativa social (Casado, 2003). De modo que, las resignificaciones pueden

generar nuevos cambios con respecto a la violencia de género que, particularmente desde este enfoque se reproduce a través de la violencia en el noviazgo

Como menciona Molina (2013), la resignificación puede surgir siempre y cuando se presenten discursos y acciones alternativos que sean diferentes a los ya manifestados o establecidos. En las relaciones de noviazgo, la resignificación puede tener un papel importante para enfrentar la violencia, ya que la resignificación puede producir transformaciones que cuestionan los discursos que legitiman la violencia, como los discursos patriarcales de género acerca del amor romántico o acerca de los estereotipos de género. El cuestionamiento de dichas normativas da pauta para transformar la realidad de las mujeres que viven violencia en el noviazgo.

La transformación de significados sobre su relación, sobre su pareja, sobre la violencia, incluso sobre su propio comportamiento, es una condición de posibilidad que puede dificultar o facilitar la búsqueda de redes de apoyo, el uso de estrategias emocionales y otras herramientas que procuren el mejoramiento de su calidad de vida.

Estrategias emocionales

El estudio de las emociones en esta investigación es importante, ya que la sensibilización del tema permite explorar las experiencias subjetivas en torno a la realidad social en la que se desenvuelve la violencia en el noviazgo. Permiten observar la relación compleja de la experiencia individual y la estructura social, es decir, el estudio de las emociones nos da acceso a cómo se sienten las mujeres a lo largo de sus experiencias, la relación que forman con sus novios, con la violencia experimentada, con sus lazos familiares y de amistad. Pero también nos permite acceder a otras múltiples conexiones (afectivas) sobre cómo el entorno social influye en ellas y funge como un potencial transformador de esas experiencias de violencia, por ejemplo: las construcciones sociales acerca del significado del amor o acerca de cómo se supone que son los noviazgos, lo que es socialmente aceptable en estas relaciones según el género; de acuerdo con las normativas sociales.

Al respecto, Lara (2013) plantea que el giro afectivo, entendido como la “emocionalización de la esfera académica” permite la reflexión del lugar que tiene la violencia de género en el noviazgo en el mundo, en relación con las dinámicas sociales.

Para comprender las emociones de las mujeres desde el contexto cultural que las atraviesa, Arlie Hochschild (2008), propone tres enfoques sociológicos de las emociones, para los fines

de este estudio solo se mencionarán dos, los cuales iremos describiendo para comprender su vinculación con nuestra propuesta teórica con respecto al *trabajo emocional* que manifiestan las mujeres para resistir a la violencia en el noviazgo.

El primero, se constituye desde un vínculo entre el contexto social y la reflexión de las emociones; estudia el cómo y el qué pensamos en relación con la emoción, así como con el sentimiento. Dicho acercamiento permite analizar las ideas de los actores acerca de la causa de su conducta. Esto lo podríamos observar en las acciones sociales que manifiestan los sujetos en determinado contexto social.

Por ejemplo: los roles de género, una mujer de una clase social media que se encontraba en la década de los sesenta, podía dejar con naturalidad los estudios por su pareja, pero esto no ocurría con su equivalente masculino. Ahora una mujer que compartiera la misma situación generaría críticas y cuestionamiento sobre lo que había mencionado y lo mismo sucedería con un hombre. Este ejemplo que nos presenta la autora da cuenta que el contexto social nos traspasa e influye en cómo están construidas las normas sociales y cómo estas se reproducen en las acciones de los sujetos, que implican emociones y sentimientos, los cuales llevamos a cabo a lo largo de nuestras vidas.

El segundo enfoque, se basa en la *imagen del yo sensible*, este consiste en la consciencia de los sentimientos, es decir, la capacidad de sentir y reflexionar acerca de lo que se está sintiendo en sí mismo, por ejemplo, cuando expresamos “hoy me siento ansioso”. En ese sentido, existe un *vocabulario emocional* que permite expresar ciertas etiquetas del sentir como, la tensión, malestar, ansiedad entre otras. Estas etiquetas son aprendidas socialmente y las aplicamos dependiendo de lo que el yo manifiesta.

El enfoque de la *imagen del yo* es relevante para nuestra investigación, debido a que permite relacionar los sentimientos hacia una exhaustiva comprensión cultural de estos. Por lo que, para el estudio de las emociones permitirá comprender cómo se manifiestan dentro del contexto en donde nos encontramos actualmente y que se rige en gran parte por la violencia de género.

De tal manera, desde esta perspectiva los sentimientos tienen un significado que se posiciona en un tiempo y lugar específico. En este sentido, los sentimientos están influidos o se estructuran en torno a normativas propias de un contexto que define si lo que pensamos es adecuado o inadecuado -estos son los juicios-. Las estructuras sociales se rigen desde las reglas del sentimiento, es decir, de lo que se induce socialmente acerca de lo que se debe manifestar

respecto a los sentimientos. Por ejemplo, cuando manifestamos “cierta situación me pone contenta, pero no debería me debería sentir tan contenta”.

Otro factor importante es la relación que existe entre los sentimientos de una persona y la comprensión que tienen otros individuos acerca de esos sentimientos, así como su reacción ante ellos. Esto tiene que ver con el problema en torno a la comunicación, en donde nos enfrentamos con lo que se infiere acerca de los sentimientos, cuando son reconocidos o invalidados en las dinámicas sociales.

Para comprender el trabajo emocional que las mujeres realizan para enfrentar la violencia vivida en el noviazgo, desarrollamos el concepto de estrategias emocionales entendidas como las acciones que realizan para procurar su propio bienestar emocional.

Para ello, proponemos el concepto de *elaboración emocional* de Arlie Hochschild (2008), quien plantea que dicho concepto es sinónimo de la expresión del *manejo de las emociones* y de la *actuación profunda* para generar cambios en los individuos. Es importante señalar que, la elaboración emocional no se posiciona desde el control o supresión de las emociones que manifiestan las personas, sino que esta elaboración se da a partir de la evocación del sentimiento deseado, este proceso se da a partir de que, en el principio el sentimiento deseado está ausente, y la supresión se dirige a un sentimiento no deseado que en un principio se encuentra presente.

En ese sentido, la elaboración emocional tiene la finalidad que se lleve a cabo una actuación profunda la cual se presenta a partir de los esfuerzos de cada persona y dichos esfuerzos se manifiestan a partir de los actos de intentar determinadas acciones y estas pueden o no lograr su cometido, ya que no existen formulaciones ideales que guían estos intentos para evocar los sentimientos deseados. De manera que, la elaboración de las emociones se convierte en objeto de conciencia cuando los sentimientos del individuo no se ajustan con la situación que tienen presente.

El concepto antes descrito, permitirá comprender los posicionamientos emocionales frente a la violencia, esta elaboración emocional la traducimos como estrategias emocionales que producen las mujeres mediante acciones para intentar alejarse de las manifestaciones de violencia que generan emociones de malestar.

Redes de apoyo

Para este estudio, es importante abordar el concepto de redes de apoyo, debido que nos permitirá comprender el papel que funge la sociedad frente a la violencia en el noviazgo, a partir de la respuesta que brindan a las mujeres. Dentro del estudio de este concepto, hemos encontrado que varios autores refieren al concepto desde la denominación *apoyo social* o *redes de apoyo*, ambos conceptos son empleados en marco de análisis como sinónimos, por lo que a continuación mencionaremos cómo retomaremos los conceptos para el estudio de esta investigación.

En ese sentido, se entiende como apoyo social a la ayuda que reciben las personas ante las situaciones de adversidad (Gonzales y Restrepo, 2010). Es así que, para este estudio, conoceremos de qué manera se apoya a las mujeres ante las situaciones adversas de la violencia en el noviazgo.

Asimismo, existen dos tipos de acercamiento para brindar el apoyo a las personas. Al respecto, Conde-Sala (2005) menciona que, existen dos tipos de redes de apoyo social. El primero, es formal, y viene de la ayuda que se brinda desde el ámbito profesional, como lo son a partir de las instituciones o personas. El segundo es el apoyo informal, que viene de propiciar un contacto personal, ya que por lo general se da en personas cercanas, como los familiares, amistades entre otros. De modo que, para este estudio, se retomarán estos conceptos para distinguir los tipos de redes de apoyo que manifiestan las mujeres dentro de sus narrativas.

En cuanto a la relevancia del estudio del apoyo social, se ha encontrado que las personas que tienen un apoyo se encuentran en mejores condiciones psicológicas y físicas, asimismo es importante mencionar que las personas que tienen apoyo son quienes tienen un mayor número de interacciones o se encuentran integrados socialmente (Gracia y Herrero, 2006). En ese sentido, Matud Aznar et al. (2003) señalan que, dentro de la violencia, los agresores utilizan como estrategia de dominación el aislar de su núcleo social a la víctima, por lo que es imprescindible restablecer la vinculación social de la víctima, por lo que es esencial indagar sobre la manera en que se encuentra estructurado el apoyo social.

Fundamentación de la estrategia metodológica

En este apartado describiremos la estrategia metodológica que construimos para aproximarnos a las narrativas de las mujeres que han cuestionado sus noviazgos violentos. Se explicará el

método que utilizamos para conocer los relatos de las mujeres, la técnica y guía de entrevista; así como el proceso de contacto para la elección de la participación de las mujeres en este estudio y el encuadre de la elaboración del trabajo de campo.

Método Biográfico

Para el estudio de esta investigación se utilizó el método biográfico, debido a que este método permite tener un acercamiento al relato de vida, puesto que la persona da su testimonio para reconstruir su biografía, ya sea de forma oral o escrita el sujeto retoma su relato para interpretarlo y rehacerlo. Asimismo, este método no solo permite estudiar las transformaciones de un sujeto o grupo, sino que abre paso a conocer el entorno sociocultural inmediato. (Sanz, 2005).

Para nuestra investigación fue crucial el acercamiento desde este método, puesto que nos permitió conocer los relatos de vida de las mujeres focalizados en las experiencias de violencia en el noviazgo. Por lo que nos permite analizar e interpretar los hechos de vida particularmente de estas experiencias, conocer las relaciones de las mujeres a partir de su contexto, constructos sociales y las contradicciones que se manifestaban en torno a él.

De igual modo, esta perspectiva sobre el método biográfico permitió analizar la narrativa social que se integra en la vida de cada mujer. Particularmente, en esta investigación el problema estuvo enfocado en conocer en voz de las mujeres jóvenes las formas de resistencia que les permite dejar atrás el constructo social de forma “total” o parcial que las posiciona en desventaja y, al mismo tiempo conocer el papel fundamental de la sociedad, por medio de las redes de apoyo, para ayudar a las mujeres a cuestionar la violencia manifestada en la relación de noviazgo. Este problema se piensa a partir de las paradojas, dilemas y contradicciones que se manifiestan durante y después de vivir estas experiencias de violencia.

Por otra parte, dentro del método biográfico Bassi (2014) señala que, existen discontinuidades, diferencias, ignorancias mutuas, desfases temporales para construir un relato absoluto de sentido. Es por ello que no solo se tomó en cuenta los relatos de vida de las mujeres que narraron sus historias, sino también de nuestro papel de escucha para poder comprender los relatos.

Siguiendo este método realizamos entrevistas que nos permitieron conocer y profundizar en las historias de vida focalizadas en la experiencia de las mujeres que vivieron violencia en el

noviazgo. Ferrarotti (2011) plantea que, estas historias “permiten que se exprese y formule lo vivido cotidiano de las estructuras sociales, formales o informales”. Por otra parte, Fortunato (2006) y Ferrarotti (2011) mencionan que, el método biográfico permite al investigador relacionar una vida individual o familiar con múltiples contextos en torno a lo cultural, social, político, simbólico y religioso en donde transcurre la vida del sujeto, ya que existe una “reciprocidad condicionante entre individuo, cultura y momento o fase histórica”.

Dicho lo anterior, nos interesó conocer el contexto social de violencia en el cual se encontraban inmersas las mujeres dentro del noviazgo, ya que nuestros objetivos están enfocados en conocer las estrategias emocionales de las mujeres que les permitieron cuestionar las relaciones violentas en el noviazgo, el papel que han tenido las redes de apoyo durante y después de la relación de noviazgo y las resignificaciones que se pudieron haber construido después de haber vivido las violencias.

Cabe mencionar, que Garay (1997) plantea que, es precisamente a través de relatos de vida donde se observan presiones ideológicas desde un nivel individual. En ese sentido, desde los objetivos planteados de nuestra investigación nos interesó analizar cómo las mujeres son traspasadas por los estereotipos de género y el amor romántico que forman parte de la narrativa de la experiencia de la violencia en el noviazgo, pensadas desde una construcción social que reproduce la violencia.

Construcción de la elaboración y guía de entrevista

Respecto a la realización de la entrevista de historia de vida, Ritichie (1995) señala que, debe tener una estructura con una secuencia cronológica, es decir que, la historia de vida esté ligada a un evento particular, para el caso de nuestra investigación se enfocó en producir relatos de vida focalizados en las experiencias de mujeres que tuvieron una relación de noviazgo violento. En ese sentido, planteamos preguntas abiertas con el fin de que permitiera que las participantes tuvieran un espacio mayor al recuerdo de sus experiencias.

Con base a lo mencionado, realizamos entrevistas abiertas, puesto que esta técnica permitió construir de una mejor manera la historia de vida de las mujeres al tener una guía sin preguntas estructuradas, por lo que permitió escuchar a la entrevistada en sus idas y venidas que fueron construyendo a partir de su relato y en sus distintos contextos por donde transitaron para

conocer las esferas de actividades en donde ellas desenvuelven su vida. (Atkinson, 1998 y Miller, 2000).

Para la construcción de las historias de vida dentro de las entrevistas se tuvo apertura al conocer más sobre sus contextos en donde las mujeres interactuaban, puesto que no solo se habla de la relación, sino también de su entorno social como, la escuela, familia entre otras esferas sociales; “el imaginario cultural y social en el que se encuentra inmerso el sujeto, como a la perspectiva propia de la persona que da su relato” (Martínez y Montenegro, 2014).

Las entrevistas fueron realizadas de manera individual, de modo que el espacio personalizado les permitió contar sus experiencias desde sus particularidades, es decir, a partir de lo que fue más importante o significativo, las dificultades a las que se enfrentaron, en el orden que cada una decidió contarlos y profundizar en lo que a cada una le pareció pertinente, acorde a su experiencia personal. De igual manera, esta técnica nos permitió tener una guía que fuera flexible en cuanto a las particularidades de los discursos que se manifestaron durante la entrevista; de esa manera las preguntas no tuvieron una secuencia específica, sino que, en función de lo que se fue suscitando a lo largo de los discursos, sin perder el enfoque u objetivo de la investigación, las preguntas se fueron moldeando, de acuerdo con la narrativa que las mujeres les suscitó.

En la entrevista individual abierta debe quedar claro que fue llevada a cabo de manera en que las participantes se sintieran cómodas para poder expresar sus relatos. Como Fraser (1990) señala que, el investigador debe de imaginar la entrevista como un diálogo con alguien, y que le resulte fascinante lo que esté diciendo en su discurso para así revivir con los narradores su experiencia. Es así que procuramos que las entrevistas fueran amenas, es decir, como si fuera una casi conversación casual, con el fin de que las participantes se sintieran cómodas y pudieran narrar su historia libremente.

Asimismo, en nuestro rol de investigadoras, se tomó en cuenta ciertas cualidades para realizar la entrevista, como la escucha y comprensión del sujeto entrevistado. Al respecto, Bertaux (1997) señala que, debemos aprender a escuchar bien y repreguntar al entrevistado, así como comprender en el momento la palabra del otro, controlar las pulsiones de quien entrevista y realizar las preguntas justas en el momento adecuado.

Para poder realizar la entrevista, construimos una guía que nos permitió conocer las historias de vida de las mujeres. La guía de entrevista se centró en una pregunta inicial para focalizar su

historia a partir de la “*historia o historias de sus noviazgos más significativos y por qué fueron importantes o siguen siendo importantes para ellas*”, pero permaneció abierta, con el fin de que las participantes tuvieran la libertad de narrar su experiencia en el orden de sucesión y detalles que decidieron. Para conocer estas historias Fortunato (2006) señala que, el investigador debe construir una guía de estudio, en la cual se debe enfocar en el punto central de los actores para recoger los ejes relevantes en la entrevista. Es por ello que, dentro de la guía se tomó en cuenta los temas centrales que interesa estudiar.

Los ejes de la entrevista permitieron tener en cuenta lo que Ferrarotti (2011), destaca como *áreas problemáticas*, en las cuales a través de la historia de vida se pueden comprender las distintas esferas como la socialización primaria; en donde se encuentra la familia y escuela. Así como la esfera sexual, el trabajo y los vínculos que se crean en ellas. Al respecto, esto nos permitió aproximarnos a las problemáticas en torno a las experiencias de mujeres que vivieron una relación de noviazgo violenta. Tener en cuenta las áreas problemáticas en la narrativa de cada mujer, también nos permitió guiar y organizar el análisis de la investigación.

A continuación, se presenta la guía -dinámica-, que se construyó para la elaboración de las entrevistas. Cabe mencionar que esta guía se fue reformulando continuamente, puesto que a lo largo de escuchar distintas narrativas encontramos otros puntos o áreas problemáticas que eran importante destacar para profundizar en las entrevistas siguientes, ya que eso nos permitió tener otras miradas con respecto al estudio del tema.

Guía de entrevista:

Eje de reflexión temático de la entrevista: *Nos gustaría que nos cuentes la historia o historias de tus noviazgos más significativos y por qué fueron importantes o siguen siendo importantes para ti...y que nos cuentes si en alguna de tus relaciones has sentido que has vivido violencia, ¿nos puedes platicar acerca de ello? ¿Cómo te sentiste? ¿Cómo viviste esta experiencia?*

Temas a explorar:

➤ Violencia:

Formas de violencia

Tipos de problemas que vivían

Resolución de conflictos

➤ **Focos rojos para salir de las violencias**

Habías notado algún indicador de que fuera violento

➤ **Redes de apoyo:**

Características (Tipo de red de apoyo)

Formas de apoyo

Influencia o no para salir de las violencias

➤ **Relación familiar** (dependiendo del caso de la entrevista) *

Dinámica familiar

Prejuicios de la familia acerca del amor (discursos de la familia, cómo se producían los discursos)

➤ **Emociones y sentimientos frente a la violencia**

➤ **Estrategias para salir de la relación**

¿Cómo hiciste para salir de esta relación o relaciones?

➤ **Estereotipos de género y discursos sobre el amor romántico**

¿Antes de que fueran novios, cómo pensabas que iba a ser su relación?

➤ **Amor romántico**

¿Por qué seguías con él?

¿Qué opinas sobre el amor?

¿Cómo te sentías cuando estabas en esta relación?

¿Qué noción tenías sobre el amor dentro tu relación mientras estabas en ella?

¿Piensas o sientes que esa noción sobre el amor (romántico) ha cambiado a partir del término de esa relación? ¿De qué manera o ahora cómo piensas/vives el amor (romántico)?

¿Qué momentos/ cosas buenas te impedían terminar con la relación?

➤ **Resignificaciones sobre la violencia**

¿Notaste algún cambio en ti después de terminar la relación... y en tu siguiente relación si has tenido? (en tu forma de pensar, otras relaciones, proyectos personales a raíz de terminar esas relaciones de violencia)

Cierre de sesión

¿Qué les dirías a otras mujeres que se encuentren en una situación como la que has vivido tú?

Agradecimiento por compartir su experiencia y su tiempo.

Elección de la participación de las mujeres

Para los fines de esta investigación cualitativa, la elección de las participantes, más que buscar una representatividad estadística, se realizó una selección de participantes enfocada en criterios teóricos (Fortunato, 2006). De igual modo, se establecieron estos criterios a partir de nuestra reflexividad que nos suscitó para estudiar este tema.

En ese sentido, el universo de estudio se conformó por mujeres estudiantes de universidades de la CDMX; que se encontraran dentro de un rango de 19 a 22 años. Asimismo, nos interesó conocer las experiencias de dichas mujeres que hayan estado en una relación donde experimentaron violencia; en este caso el enfoque de las experiencias se delimitó a aquellas mujeres que salieron de dicha relación.

Decidimos delimitar nuestro enfoque de estudio en la violencia en el noviazgo desde la perspectiva de aquellas mujeres que intentan cuestionar, romper, salir, terminar o alejarse de esas relaciones violentas, porque desde nuestro punto de vista analítico significa que las mujeres están en tensión con la norma social, que están resignificando, elaborando y transformando por qué se deben quedar en una relación que lejos de hacerlas sentir bien las hace sentir en malestar.

De igual manera, decidimos delimitar la condición social de las mujeres, a partir del rango de edad, ya que la juventud nos permite conocer a través del proceso psicosocial la construcción de lo cotidiano en el contexto de las relaciones y prácticas sociales, por lo que dichos procesos se realizan en contextos sociales, culturales y socioeconómicos (Dávila, 2004). Asimismo, es significativo el estudio desde las juventudes, puesto que previamente buscamos los antecedentes del problema y se observó que, dentro de las estadísticas realizadas por la ENDIREH (2016), las mujeres mexicanas presentaron violencia dentro de su relación actual o última a partir de los 15 años en adelante.

En ese sentido, nos interesa conocer cómo en esta etapa temprana se desenvuelven las relaciones de las jóvenes, ya que queremos conocer cómo se construyen las primeras prácticas sociales, culturales y emocionales a partir de las construcciones sociales que se rigen desde las desigualdades de género, nociones de los estereotipos de género y construcciones sobre el amor romántico; los cuales influyen en la reproducción de la violencia en el noviazgo.

Encuadre de la elaboración del trabajo de campo

Para contactar a nuestras participantes se utilizó el método de bola de nieve, este consiste en la selección de participantes en cadena y su objetivo es comprender las realidades culturales o personales de los sujetos. Para lograr su fin se debe llegar a un caso perteneciente al grupo de estudio para llevar al siguiente y así sucesivamente (Quintana, 2006). Es así como, contactamos a nuestras amistades, quienes nos proporcionaron perfiles que concordaron con los criterios de selección de las participantes del estudio y así creamos una red de posibles participantes para las entrevistas.

Decidimos utilizar este procedimiento, puesto que consideramos que el hecho de que nuestro primer contacto o intermediario fuese una persona de confianza nos podría facilitar un *rapport* positivo para que las mujeres accedieran a comunicarse con nosotras. Por *rapport* positivo, nos referimos a que las mujeres tuviesen apertura y se sintiese con la confianza para compartir sus experiencias y, del mismo modo, nos permitiera acercarnos, en un principio, proporcionándonos su contacto para poder comunicarnos directamente con ellas y así explicarles directamente el propósito de la investigación, resolver sus dudas o inquietudes, además de llegar a un acuerdo para agendar la cita de la entrevista.

Para las entrevistas contactamos a nueve mujeres, con la finalidad de analizar sus narrativas a fin de conocer las experiencias sobre cómo han cuestionado y salido de un noviazgo violento;

las particularidades, pero también las posibles coincidencias entre las narrativas de esas experiencias.

Al inicio de las entrevistas se solicitó el consentimiento para audio grabar las entrevistas y se establecieron los acuerdos de respeto y anonimato de sus experiencias. Por otra parte, para el encuadre de la entrevista, en cuanto al tiempo, se pretendió que la duración fuera de una hora a hora y media, con la finalidad de tener tiempo suficiente para abordar las problemáticas planteadas y las que surgieron durante la narrativa, pero también considerando que no fuera demasiado extensa para no interferir con sus actividades y no afectara el resultado de la entrevista, así como el *rappport*, en el sentido de no perder la disposición de las participantes. De igual manera, al respecto de la duración Cornejo (2008) menciona que, esta duración le permite tanto al entrevistador como al participante mantener su capacidad de escucha. Aunque va a depender de las particularidades de la dinámica y relación que se construya con el narrador.

Con respecto al lugar donde se realizaron las entrevistas, debido a las condiciones de confinamiento por la contingencia sanitaria, las sesiones se llevaron a cabo de forma virtual; se realizaron por medio de la plataforma *Google Meet*, la cual nos pareció una herramienta pertinente ya que, por un lado, es de fácil acceso y el tiempo para realizar la reunión virtual es ilimitado. Por otro lado, nos permitió tener una comunicación audiovisual con las participantes, de modo que pudimos rescatar no sólo las narrativas, sino también elementos gestuales que están cargados de afectividad e intencionalidad. También nos permitió tomar en cuenta la tonalidad de la voz en complemento con la narrativa a lo largo del discurso, entre otros aspectos que enriquecieron más detalles de dichas narrativas y nos permitieron comprender mejor las problemáticas y cuestiones planteadas, ya que la comunicación audiovisual nos permitió observar emociones e intencionalidades, a partir de la tonalidad de la voz, ya fuese que se escuchó triste, enojada, que bajó o aumentó el tono de su voz, entre otras características.

Asimismo, para la entrevista se organizó una guía que fue elaborada a partir de una pregunta inicial para focalizar la historia de vida de las mujeres en las experiencias de noviazgos significativos. Posteriormente, con base en la narrativa de las participantes nosotras hicimos intervenciones guiándonos de los ejes centrales de la investigación. Por último, para el cierre de las entrevistas planteamos una pregunta con el fin de conocer las posibles resignificaciones de violencia habiendo cuestionado la relación de noviazgo.

Participantes de la investigación

Para esta investigación se entrevistaron a nueve mujeres que se encontraban en un rango de edad de 19 a 22 años. Las entrevistadas eran solteras y sólo una de ellas, se encontraba casada. También, una de ellas era madre de familia. Todas estudiaban una carrera universitaria en la Ciudad de México. Algunas jóvenes además de estudiar también contaban con un empleo. Asimismo, la mayoría de ellas vivía con su familia al momento de la entrevista y sólo una de ellas, vivía con su pareja. Las participantes narraron una o varias relaciones de noviazgo que fueron significativas a lo largo de sus vidas, estas relaciones estuvieron marcadas por eventos de violencia, pero también en algunos casos hubo afectos y emociones amorosas en la relación. Las entrevistas fueron realizadas durante el mes de mayo y principios de junio del año 2021.

A continuación, presentamos algunos datos sociodemográficos de cada una de las participantes del estudio tales como: edad, ocupación, nivel de estudios, con quién vivían al momento del estudio. Esta descripción también incluye el número de novios o parejas sentimentales que las participantes del estudio habían tenido hasta el momento de la entrevista.

LILA

Lila de 22 años, se encontraba en el último semestre de la carrera de Psicología en una universidad pública de la CDMX. Lila vivía con su mamá y labora también con ella en una fábrica de cajas y sobres. Lila nos compartió que su relación de noviazgo más significativa ha sido la que actualmente tenía con un joven de 23 años y cuya relación de noviazgo lleva tres años. A lo largo de la entrevista, Lila narró también la historia de otra relación que tuvo a principios de la universidad.

La narración de Lila se centró en la relación anterior a la significativa, en la cual experimentó diversos tipos de violencia, que ella denominó como violencia psicológica refiriéndose a la manipulación que recibía por parte de su exnovio. Asimismo, ella denominó como violencia física a diversas acciones que experimentó a través de “empujones”, “insultos”, “gritos”, “apretones” y “pellizcos” por parte de su novio.

Durante su relación de noviazgo ella narró que se alejó de sus amigas y la relación con su madre también se tornó distante y conflictiva; ella lo atribuía a que se sentía irritable todo el tiempo. Posteriormente, la relación de Lila concluyó cuando ella se percató de que su novio le decía mentiras, por lo cual ella decidió terminar su relación y no buscarlo más.

Asimismo, Lila consideraba que la relación “era perfecta”, ya que su exnovio era “caballeroso”, “detallista”, le compraba cosas y la llevaba a donde ella quería. En el marco de estas experiencias con su novio, Lila no se percataba que también había episodios de violencia. Cuando ella se dio cuenta de que él le mentía y la manipulaba, se sintió enojada con ella misma por no ver lo que sucedía, por permitir el maltrato y no valorarse, sin embargo, también se sintió liberada al terminar esa relación. Al terminar la relación Lila se sentía responsable y experimentaba sentimientos de culpa por haber permitido la violencia que vivió con su novio. Finalmente, Lila mencionó que, hasta la fecha, recordar esa relación de noviazgo la hace sentir nerviosa y le causa enojo.

CORAL

Coral de 22 años, concluyó sus estudios en la carrera de Negociación e Innovación en el área de Mercadotecnia. Ella se encontraba laborando en una institución pública y vivía con su pareja actual desde hace tres años.

La relación más significativa de Coral sucedió cuando ella tenía 18 años y su novio de ese momento tenía 16 años, dicha relación duró alrededor de un año. Cabe mencionar que cuando ella vivió su noviazgo significativo vivía con sus padres, estudiaba y trabajaba. Esta relación inició cuando conoció a su ahora exnovio en una fiesta. A partir de ese momento comenzaron a salir. Al principio, ella dudaba de iniciar la relación, no sólo porque antes había vivido una relación “tóxica”, sino además porque el joven aún no concluía otra relación en la que se encontraba. También nos refirió que desde el primer día en que formalizaron esa relación, su novio realizó su primera escena de celos.

Durante la relación, Coral narró que estuvieron presentes los celos por parte de su pareja que, posteriormente, se tornaron en violencia física y verbal como: gritos, insultos, jalones entre otras acciones de violencia. También, estuvo presente la violencia psicológica como: la desvalorización a su persona. Las acciones violentas de su pareja le generaron sentimientos de inseguridad.

Coral narró que para ella fue muy doloroso concluir su relación por los sentimientos de amor hacia su novio que se encontraban latentes. Sin embargo, la relación concluyó por los problemas que se habían generado a lo largo de la relación, dentro de los cuales hubo repercusiones en la convivencia con su propia familia. Para Coral la relación concluyó “de raíz” cuando se dio cuenta que su expareja se encontraba en otra relación.

ESMERALDA

Esmeralda de 19 años, se encontraba estudiando el cuarto semestre de la carrera de Química Farmacéutica Biológica en una universidad pública de la CDMX. Esmeralda se dedicaba únicamente a sus estudios y vivía con sus padres. En su narración señaló haber vivido dos relaciones significativas; una la adjetivó como “tóxica” y la otra como “bonita”.

La primera relación inició cuando ella era una adolescente de 13 años de edad. Conoció a su novio en una secundaria privada, siendo él mayor que ella por dos años. Esmeralda narró que, cuando comenzó la relación existían diferencias entre los dos con respecto a la manera de pensar y actuar. Por un lado, ella aún se identificaba con un pensamiento “infantil” que asoció a “las princesas”, como representación de la fantasía e inexperiencia que tenía sobre las relaciones afectivas con los hombres. Por otro lado, su novio tenía más experiencia sobre algunos temas, se refirió, por ejemplo, a que él bebía alcohol y asistía con frecuencia a fiestas como parte de la etapa adolescente, empero, distinta a la que ella se encontraba.

Durante la relación, Esmeralda narró que, se alejó de sus amistades y de las actividades que realizaba, debido a los celos que manifestaba su novio por dichas relaciones y actividades. Derivado de los celos se tornó violenta la relación, ya que ella narró haber pasado por diversas situaciones en las que el comportamiento de su novio le generaba miedo. Por ejemplo, cuando su novio golpeaba objetos para intimidarla, entre otras acciones.

Esmeralda identificó esas experiencias como “traumáticas”, por lo que para ella no era una opción terminar la relación por miedo a la reacción que podría manifestar su pareja. Sin embargo, dio fin a la relación cuando Esmeralda encontró la manera de alejarse de su novio, cuando no hizo partícipe a su pareja de su fiesta de XV años y por celos él concluyó la relación.

Con respecto a la segunda relación, Esmeralda narró que conoció a su “ligue” en la preparatoria, él en ese momento era su mejor amigo y la apoyó durante los momentos en los que ella no se sentía bien emocionalmente. Sin embargo, ella narró que durante esa etapa no se sentía lista para iniciar una relación “formal” por miedo de pasar por algo “feo”. Fue hasta la etapa universitaria, en donde actualmente, decidió empezar a conocer más a su ligue que había conocido en la prepa. Ahora, ella expresó que se siente contenta, ya que su “ligue” es “tierno”, “cariñoso” y la apoya.

ROSA

Rosa de 21 años, se encontraba estudiando la carrera de Comercio Internacional en una universidad pública de la CDMX. Rosa vivía con sus padres y además de dedicarse a sus estudios trabajaba como auxiliar administrativo. A lo largo de la entrevista, Rosa narró que su última relación de noviazgo fue la más significativa, dicha relación duró dos años y concluyó recientemente. Rosa precisó que su pareja era mayor que ella por cinco años.

Rosa significó a la relación en dos momentos; primero expresó sentir “una bomba de emociones muy padres”, ya que su novio era “atento”, “buena persona” y “conectaban mucho”, por lo que se sentía “feliz” y con más “autoestima”. También percibió que él tenía una personalidad que permitía agradar a la gente. En un segundo momento expresó que con el tiempo se sintió con depresión por la violencia emocional que vivía constantemente por su novio.

También, Rosa identificó que durante la relación vivió violencia a través de diversas prácticas que su novio realizó como: el menosprecio de sus emociones y la manipulación emocional, en consecuencia, ella expresó que las prácticas violentas le generaron sentimientos de inseguridad. Además, Rosa precisó que su novio tenía problemas con el alcohol y cuando se encontraba bajo los efectos del alcohol la insultaba, le gritaba y expresaba amenazas contra ella. Ante dichas acciones violentas, ella expresó que se sentía culpable y con ansiedad.

Después de varias rupturas y reconciliaciones a lo largo del noviazgo, Rosa decidió finalizar la relación definitivamente, pues expresó que en un momento de la relación ya no se sentía feliz, se sentía en depresión, todo el tiempo se sentía enojada y no tenía ánimos de nada. Por lo que Rosa utilizó una estrategia para que su novio no regresara con ella, así que inventó que estaba saliendo con otra persona, porque sabía que su novio no podría perdonar la infidelidad.

Cuando concluyó la relación Rosa expresó que hubo cambios en su forma de ser, ya que consideraba que era más “alegre”, “extrovertida” y ahora identificó que se ha vuelto más “tímida”. Por último, a lo largo de la entrevista Rosa expresó que no ha pensado en tener una relación por el momento, ya que pensar en ello le generaba “repele”.

VIOLETA

Violeta de 22 años, se encontraba estudiando la carrera de Comunicación en una universidad pública de la CDMX. Ella vivía con su madre y además de dedicarse a sus estudios trabajaba, aunque no especificó cuál era su empleo. Asimismo, Violeta nos compartió que se encontraba en el activismo feminista. A lo largo de la entrevista, ella narró haber tenido dos relaciones significativas.

En la primera relación de noviazgo, Violeta expresó que su expareja fue su primer amor, sin embargo, consideraba que la relación no era muy sana, puesto que, “eran niños”, pero cuando concluyó la relación se hicieron buenos amigos y se guardaron cariño.

Respecto a la segunda relación, comenzó poco después de la primera relación, y duró menos de un año. Violeta narró que, a pesar de que tenía la misma edad de su pareja, 18 años, no estaban en el mismo “nivel”, puesto que ambos venían de contextos diferentes; por ejemplo, a él no le gustaba trabajar ni se encontraba estudiando, a diferencia de Violeta quien estudiaba y trabajaba. La relación se llevó a cabo mientras Violeta estudiaba de forma presencial en la universidad en la CDMX, mientras tanto, ella vivía en un departamento sola y cuando regresaba, lo hacía a la casa de su novio, quien vivía con su mamá.

Durante la relación ella narró que vivió violencia “física, “emocional y “todo tipo de violencia”. Sin embargo, a lo largo de la relación no identificaba que era violencia lo que estaba viviendo, sino que significaba los sucesos como una relación complicada, debido a que dentro de la relación ambos estaban pasando por problemas personales, por tal motivo ella mencionó que justificó todas las acciones de violencia. Asimismo, cuando Violeta pasaba por episodios de violencia ella solo recordaba el inicio de las discusiones y el final, esto lo denominó como “disociación”.

La relación dio fin cuando se presentó el episodio de violencia en donde la pareja de Violeta la agredió físicamente al grado de mutilar una parte de su cuerpo. Por la situación de violencia se presentó un proceso legal, en el cual hubo una orden de restricción por lo que su expareja no podía tener un acercamiento a Violeta. Durante ese proceso legal, ella tuvo que enfrentar acciones que revictimizaron la experiencia de violencia que vivió.

Finalmente, después de dichos sucesos de violencia, Violeta decidió “cerrar el ciclo” publicando su historia en redes sociales, por lo que su historia se viralizó⁹ y es a raíz de eso que otras mujeres que pasaron por violencias empezaron a contactarla. De manera que, ella empezó a involucrarse con el activismo en el movimiento feminista.

AZUL

⁹ Se refiere a la información que se transmite por redes sociales de un usuario a otro de manera exponencial. García. (2019, 18 diciembre). La viralización de los contenidos en Facebook. ID Digital School. <https://iddigitalschool.com/contenidos-facebook/>

Azul de 22 años, se encontraba en el último semestre de la carrera de Psicología en una universidad pública de la CDMX. Ella se encontraba laborando como mesera y vivía con sus padres. A lo largo de la entrevista, Azul nos compartió tres relaciones significativas, en las cuales narró que vivió diversos tipos de violencia como: la violencia psicológica, física, verbal y sexual. Cabe mencionar que, Azul significó a las tres relaciones desde una analogía en la que para ella durante cada experiencia tuvo a dos novios, uno como el “hombre perfecto y lindo” y otro como un “demonio”.

La primera relación inició cuando se encontraba en la preparatoria, ella tenía 17 años y su pareja era cuatro años mayor que ella. Azul narró que la relación fue significativa, porque hubo muchos episodios violentos, entre los cuales hubo abuso sexual. Ella expresó que no pudo salir de esa relación, porque tenía miedo de que su pareja violentara a sus amigos y familiares, por lo que estuvo en la relación durante tres años. Azul narró que durante la relación su novio se ganó la confianza de sus padres, por lo que él tomó provecho de esa situación para continuar violentándola. La relación terminó cuando Azul concluyó la preparatoria y pudo contarle a su mamá la violencia que estaba viviendo en su relación, por lo que su mamá le pidió al novio de Azul que se alejara de ella o se atuviera a consecuencias legales.

La segunda relación inició justo después de concluir la primera, pero se formalizó el noviazgo a los cuatro meses y duró un año la relación. Azul narró que conoció a su novio en una iglesia, por ello pensaba que él sería una buena persona, sin embargo, a través de la religión él “chantajeaba” a Azul, por lo que esas acciones ella las denominó como manipulación.

Acerca de la última relación, Azul narró que la experiencia de noviazgo duró siete meses y consideró que a pesar de que fue la relación más corta fue muy “fuerte”, porque él la violentaba emocionalmente, a través de insultos y humillaciones que se manifestaron incluso públicamente, ya que al encontrarse trabajando en el mismo lugar él también ejercía ahí violencia hacia ella, en consecuencias Azul tuvo que abandonar ese trabajo. Asimismo, ella narró que, a los pocos meses de iniciar la relación su novio se mudó a su casa y los papás de Azul no comentaron nada al respecto debido a que ella y su novio se embarazaron, posteriormente, tuvo un aborto espontáneo, por lo que pensaron que el joven podía ser un apoyo para que ella se sintiera bien. Por último, la relación concluyó, porque Azul se dio cuenta que su novio la culpaba por todas las adversidades que ella pasaba, así que ella decidió tomar terapia para trabajar en sí misma y para no repetir lo que enfrentó en sus dos relaciones anteriores.

RUBÍ

Rubí de 21 años, se encontraba estudiando el cuarto semestre de la carrera de Psicología en una universidad privada de la CDMX. Ella se dedicaba únicamente a sus estudios y vivía con su madre y su abuela. Rubí narró que, de todos sus noviazgos, solo tuvo uno significativo, el cual duró cinco años siendo esta su relación “más sana”, puesto que ella consideró que siempre hubo límites y había una buena comunicación con su pareja. Sin embargo, para interés de la investigación, Rubí nos compartió una relación anterior que sucedió cuando se encontraba en el segundo año de la secundaria y la relación duró dos meses. En dicha relación hubo violencia física, psicológica y digital.

Rubí narró que conoció a su novio en una fiesta de secundaria, cuando empezaron a tener una relación de noviazgo ella se enteró que él era ex novio de una de sus compañeras y por ello empezó a recibir insultos de otras compañeras, debido a que estaban en desacuerdo que el joven iniciara una relación con otra persona.

Al principio de la narrativa, ella caracterizó a su pareja como una persona “agresiva”, “explosiva” y que él se denominaba a sí mismo como “*fuckboy*”¹⁰. Rubí expresó que al principio no se dio cuenta de las actitudes violentas de su novio, debido a que se encontraba enamorada.

Rubí narró que durante la relación vivió violencia psicológica, debido a que percibió que había manipulación por parte de su novio para que ella llevara a cabo actos con los cuales no estaba de acuerdo en realizar. De igual manera, hubo manifestaciones de violencia física, ya que ella describió que hubo acciones violentas como: “jalones de cabello” y “tirarla al suelo”. También, hubo violencia digital, ya que su novio difundió las fotografías íntimas de ella entre sus amigos de la escuela.

La relación concluyó cuando su novio le dijo que ya no quería continuar en la relación, porque había estado con otra joven. Sin embargo, Rubí narró que “el lazo” de la relación se rompió cuando la familia de ella decidió cambiarla de escuela por los problemas de violencia digital, de esa manera ya no tenía contacto directo con su exnovio.

BLANCA

¹⁰ El modismo fuckboy se utiliza para denominar a los hombres que exclusivamente buscan conquistar a las mujeres con el fin de tener relaciones sexuales con ellas. Recuperado de: <https://www.diccionarioargentino.com/term/FuckBoy>

Blanca de 20 años de edad, se encontraba estudiando el cuarto semestre de la carrera de Relaciones Internacionales en una universidad pública de la CDMX. Blanca se dedicaba únicamente a sus estudios y vivía con sus padres. Ella compartió dos experiencias significativas de noviazgo, las cuales vivió mientras cursaba la preparatoria en una escuela pública.

En la primera relación Blanca tenía 16 años, su novio era dos años mayor y en la segunda relación ella tenía aproximadamente 17 años; el noviazgo duró dos años. Cuando pasó por esas experiencias vivió distintos tipos de violencia en el noviazgo, como violencia psicológica, por medio del abuso de control y vigilancia de sus redes sociales, así como violencia sexual. Blanca expresó que las experiencias que vivió en esos noviazgos fueron “tóxicas”.

Durante su primera relación Blanca “normalizó” los celos y la manipulación que ejercía su novio, ya que narró que fue su primer noviazgo y pensó que tal vez así era tener una relación. Fue hasta que leyó un cartel en su escuela que contenía información sobre lo que eran los celos “tóxicos”, que cambió esa perspectiva de que los celos eran algo normal en una relación. Al término de la relación ella decidió tomar terapia psicológica, porque sentía que la violencia que había vivido en la relación la había dañado mental y emocionalmente.

Tiempo después Blanca tuvo su segunda relación significativa, en la cual experimentó violencia sexual, tal violencia sucedió en una fiesta, en un momento en el que Blanca no tenía las facultades físicas para consensuar la relación sexual, ya que había bebido alcohol, sin embargo, ella no estaba de acuerdo, pero el joven se aprovechó de esa situación.

Después de lo sucedido, el joven quiso convencer a Blanca de que lo que pasó había sido con su consentimiento, pero Blanca no recordaba eso, así que lo cuestionó en repetidas ocasiones, buscando que él aceptara que había abusado de ella y que lo que pasó no había sido con su consentimiento, pero él no lo aceptó. Por esa razón Blanca no pudo reconocer desde el principio que había sido violentada y comenzó una relación de noviazgo con él.

Durante la relación siempre hubo un ambiente de alcohol y drogas, ya que ella narró que la interacción de la relación solo se basaba en salir con amigos de él y no había una convivencia entre los dos. La relación se mantuvo hasta que ella tuvo la oportunidad de estar alejada de su novio cuando se presentó la pandemia del COVID-19. Blanca expresó que ese distanciamiento le permitió reflexionar sobre lo que estaba viviendo, por lo que llegó a la conclusión de que no era la vida que quería y finalizó la relación.

Jade de 22 años se encontraba estudiando el último semestre de la carrera de Psicología en una universidad privada de la CDMX. También se encontraba laborando en una asociación y vivía con sus padres y con su hijo de tres años. A lo largo de la entrevista, Jade narró que su relación más significativa duró cuatro años y concluyó recientemente, en esa relación convivió con la familia de su novio y él convivía con su hijo.

Durante la relación, Jade experimentó diversos tipos de violencia, como violencia física y psicológica. Identificó que como parte de la violencia psicológica hubo manipulación, por tal motivo, ella no podía asimilar en un primer momento que estaba pasando por violencia; además no quería terminar la relación, porque creía que su pareja podría cambiar.

Jade empezó a manifestar malestar emocional debido a las situaciones de violencia que se presentaron en la relación. Es así que, decidió dar fin a la relación, ya que expresó que no podía seguir tolerando el trato que le daba su novio. Asimismo, Jade expresó que la situación ya la estaba “enfermando”, lo que le generó preocupación, porque quería encontrarse bien por su hijo.

PRINCIPALES HALLAZGOS

Narrativas de la violencia en el noviazgo: los dilemas emocionales y las dificultades contextuales a las que se enfrentan las mujeres

Capítulo I

1. Formas de control e indicios de violencia en el noviazgo

En esta categoría se observan distintas formas de ejercer control de los novios hacia sus parejas, entre las cuales las mujeres entrevistadas identificaron: la manipulación emocional, a partir de las desvalorizaciones de sus emociones, producción de sentimientos de culpa y miedo como expresiones de la violencia psicológica. En las narrativas de las entrevistadas, identificamos la expresión de los celos como una estrategia de dominación que ejercieron los novios hacia ellas. Encontramos que la emoción de los celos se asocia a ciertas prácticas de vigilancia, la prohibición de actividades, aislar a las novias de sus amistades y controlar sus formas de vestir y actuar.

De acuerdo con Lagarde (1996), existe una desigualdad social de género en la que el poder de los hombres predomina sobre el de las mujeres; este posicionamiento se concreta en las prácticas de control cotidianas que se manifiestan en la capacidad social de dar y quitar a las mujeres su estatus, prestigio, espacio social, referencia de identidad y sentido a sus vidas.

Asimismo, el poder se puede ejercer por medio de la amenaza y el chantaje, estas formas de control producen vínculos dependientes de las mujeres con los hombres y con ello el temor por la pérdida del mismo. Estas expresiones de amenaza y chantaje tienen la finalidad de mantener el control de las mujeres y que las mujeres acepten dichas prácticas de control.

Desde esta perspectiva, se identificó en las narrativas formas de control que pueden ser identificadas como expresiones de distintos tipos de violencia en las relaciones de noviazgo, entre las cuales, las que más se suscitaron fueron la violencia psicológica, la violencia física y la violencia sexual. Podría pensarse que estas acciones violentas generan mayor impacto cuando se presenta una agresión que transgrede de manera directa el cuerpo de las mujeres, sin embargo, a lo largo de los relatos se muestra que la violencia psicológica genera un impacto subjetivo muy profundo en ellas, por lo que en esta categoría describiremos estas manifestaciones.

1.1 Formas de manipulación emocional

1.1.1 *Me sentí obligada*

En las narrativas identificamos diversas formas de lo que las entrevistadas denominaron como “manipulación emocional.” La manipulación emocional, desde las narrativas de las mujeres, refiere a una serie de prácticas verbales y no verbales llevadas a cabo por sus novios con la finalidad de coaccionarlas a realizar determinadas acciones, como dejar de hablarle a determinados amigos y amigas, no salir, realizar prácticas sexuales, perdonarlos, no dar fin a la relación, entre otras. Una de las formas de manipulación que experimentaron las mujeres, fue la victimización de su pareja ante ellas y ante sus conocidos, con la finalidad de hacerlas sentir culpables por determinadas situaciones de violencia vivida y así conseguir que los perdonaran o que no dieran fin a la relación. En varias narrativas se habló de experiencias con su pareja donde era frecuente que sus novios negaran los hechos que habían ocurrido para hacerles creer que no habían sucedido o que habían sucedido de otra manera.

Para comenzar, una de las formas de manipulación que predominaron en las narrativas fue el chantaje o condicionamientos para convencerlas de llevar a cabo prácticas de índole sexual. En el caso de Esmeralda, Rubí, Lila y Azul, fueron coaccionadas a realizar prácticas sexuales que las hacían sentir incómodas; para convencerlas sus parejas utilizaron discursos amenazantes o victimizantes: “no, sino te voy a terminar”, “ay bueno si haces esto, te ayudo en esta materia”, “que yo no me deje tocar, porque yo no lo quería...”.

En el caso de Esmeralda la manipulación por parte de su novio fue por medio de condicionamientos acerca de la ayuda que le brindaba su novio, generalmente en la escuela, ya que esa ayuda siempre estaba condicionada y manipulada para aceptar sus demandas, como: “ay bueno si haces esto, te ayudo en esta materia”. De acuerdo con Esmeralda a lo largo de la relación la forma de manipulación fue escalando, dado que los discursos se fueron volviendo más amenazantes, en cuanto a que, si ella no hacía lo que él quería, amenazaba con terminarla o con matarse, como se puede observar en su narrativa:

Él era muy manipulador [...] Pues no sé cómo le hacía para convencerme siempre, o sea, entre su, “ay, pero te puedo comprar esto”. Él era mucho como de “ay la regué, toma el regalito”. Y yo era como de, esto no es solo un regalito y luego me decía, “ay bueno si haces esto, te ayudo en esta materia”. [...] A veces ya ni siquiera era tanto un trueque por decirlo así, simplemente era de, “o lo haces o no te ayudo o me mato”. Y era como de “no, ya, no es cierto [...] Me obligaba hacer cosas que a veces no me gustaban [...] Me obligó a mandarle *nudes*, eh, me obligó a hacerle *blows*, cosa que yo a mis 13, 14 años no era algo que tuviera en la mente. Entonces era muy incómodo, dejaba que me tocara, pero era porque él me obligaba, “no, sino te voy a terminar” (Esmeralda, 19 años, año y medio de noviazgo).

Es importante también destacar de su experiencia, las formas en las que su novio pretendió compensar las manifestaciones de violencia, al comprarle obsequios; al respecto, Lagarde (2001), habla acerca de cómo el amor se basa en relaciones de poder en las que los hombres suelen dar regalos como una manifestación de amor, pero también como una forma de manifestar poder sobre las mujeres. Desde este discurso, acerca de los obsequios como símbolo de poder por tener y dar algo material, el novio de Esmeralda pretendió borrar el conflicto creado y minimizar las emociones que este pudo generar en ella, como si el amor, los problemas y el perdón se pudieran comprar con objetos.

En el caso de Lila y Rubí, podemos ver cómo también vivieron violencia sexual cuando sus novios quisieron tocarlas sin su consentimiento o coaccionarlas a realizar prácticas sexuales.

En el caso de Lila, ante el rechazo, su novio se molestó y le dejó de hablar, lo que se puede entender como una forma de manipulación no verbal, ya que puede generar presión en los límites marcados para desistir de ellos. Posteriormente, su novio la agredió físicamente y se victimizó ante Lila con el discurso de manipulación acerca del amor en relación a las prácticas sexuales, es decir, que “no se dejaba tocar porque ella no lo quería”, en este sentido, podemos reflexionar que su novio no tomó en cuenta sus emociones ni su decisión de no llevar a cabo ninguna práctica sexual en ese momento, como el hecho de que su pareja la tocara.

él quiso tocarme y yo me acuerdo que le agarre la mano diciéndole qué no qué estábamos en el cine y se enojó, y me acuerdo que me dejó de hablar... me empezó a jalonear diciéndome que

yo no lo quería, que yo no me deje tocar porque yo no lo quería... me acuerdo que también me sentí obligada a dejarme tocar para tenerlo contento... (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

En el caso de Rubí, ella habló acerca de la presión que ejercía su novio en ella para realizar prácticas sexuales, para las cuales no se sentía preparada por su edad, y que además su novio contaba dichas experiencias sexuales a sus amigos, generando comentarios despectivos para Rubí, los cuales para ella fueron una forma de expresión de violencia psicológica.

...recuerdo que me sentí muy manipulada a la hora en la que él quiso que le hiciera un oral, entonces yo era muy chiquita, yo tenía como que miedo, no sabía cómo se hacían ese tipo de cosas y al mes que eso sucede él lo va y lo cuenta con sus amigos, entonces toda la escuela era de “ay, eres bien puta” “ay, ya nos enteramos, ay, ya esto”. Entonces yo siento por esa parte fue una violencia muy fea, como psicológica (Rubí, 21 años, dos meses de noviazgo).

En las narrativas que hemos mencionado es importante destacar cómo las formas de control que se presentaron responden a discursos patriarcales desde los cuales se impone el deseo sexual de los hombres sobre la voluntad de las mujeres, como si fuera deber de las mujeres al ser sus novias satisfacer sus deseos, sin importar los propios (Juárez, 2019). De algún modo podríamos decir que intentaban apropiarse de la sexualidad de las mujeres, al no respetar la decisión de las mujeres, como en las narrativas de Esmeralda, Lila, Rubí y Azul -de quien se hablará más adelante-, en los que sus novios no respetaron los límites que marcaron y los transgredieron por medio de la manipulación y, en el caso de Lila, también con agresiones físicas.

Sus experiencias muestran la magnitud e impacto que puede alcanzar la manipulación emocional en una relación de noviazgo, y cómo esta violencia puede derivar en más tipos de violencia, en este caso la sexual, al ejercer una forma de coerción en las prácticas sexuales y esas situaciones a su vez, pueden afectar emocional y psicológicamente a las mujeres que lo viven.

En este sentido, otro punto importante para reflexionar también es cómo las mujeres responden ante estas situaciones, dadas las dificultades del contexto de manipulación para imponer su consentimiento. Primero las mujeres intentaron marcar sus límites manifestando desacuerdo o incomodidad; por ejemplo, en la narrativa de Lila este límite fue manifestado de forma directa; en la narrativa de Azul y Esmeralda no se especifica la forma en la que manifestaron su voluntad acerca de no querer realizar dichas prácticas, no obstante, obtuvieron amenazas, condicionamientos y mandatos de sus novios acerca de lo que debían hacer al ser novias.

Sin embargo, como señala Velázquez (2003), en el caso de algunas mujeres puede ser difícil negarse a realizar prácticas sexuales, debido a que socialmente, si una mujer no tiene el deseo de tener sexo, entonces la pareja se siente con el derecho de imponerse y no tomar en cuenta el consentimiento de las mujeres. El que los hombres las coercionen provoca que las mujeres entren en conflicto entre acceder a las demandas de su pareja o negarse, pero atenerse a recibir malos tratos y reproches.

Por ende, a partir de las respuestas intolerantes de los novios, las mujeres terminaron por acceder, pero no por sí mismas, sino por ellos, dado que, como ellas lo mencionaron, aunque “accedieron”, realmente se sintieron obligadas al hacerlo. Pero es importante reflexionar que no sólo implicó ser obligadas a realizar prácticas, en este caso, sexuales, sino que también significaron *mandatos de género* que las obligaron a cumplir con un deber ser como novias, es decir, que como novias debían de sobreponer a su novio y sus deseos, antes que a los propios: “me sentí obligada a dejarme tocar para tenerlo contento...” (Lila, 22 años, dos años de noviazgo), “recuerdo que me sentí muy manipulada a la hora en la que él quiso que le hiciera un oral...” (Rubí, 21 años, dos meses de noviazgo,), o como lo menciona Azul en su narrativa:

Yo pensaba que era un buen chico y que lo que hacía, pues como él me decía “Ya estás grandecita. Ya puedes.” y decía “esto te va a gustar” y yo decía, pero a mí no me gusta, yo no quiero hacer esto, yo no quiero seguir con esto. Después pues lo termino aceptando, porque estoy con la idea de lo tengo que hacer, porque ya soy novia de alguien (Azul, 22 años, primera relación: tres años de noviazgo).

Podríamos entender entonces las prácticas de manipulación antes descritas, como una serie de micromachismos, entendidos desde Bonino (1995), como prácticas “sutiles” de dominación masculina que se presentan en la vida cotidiana; generalmente se caracteriza por ser difícil de identificar y por atentar contra la autonomía de las mujeres. Como vimos, se atenta contra la autonomía y voluntad de las mujeres, así como se determina que las mujeres al estar en un noviazgo el centro de su vida debe ser la pareja, por quien deben preocuparse y a quien deben procurar incluso antes que así misma.

Como pudimos observar, las prácticas de la violencia en el noviazgo no necesariamente se identifican de forma sencilla e inmediata, ya que estas prácticas no siempre son tan evidentes a la mirada de quien lo vive, si consideramos que la violencia no siempre se manifiesta a partir de golpes o insultos directos, sino que pueden presentarse a partir de discursos que promueven un consentimiento disfrazado, puesto que están implicados por condicionamientos, a partir de los cuales las mujeres se sintieron obligadas para actuar o llevar a cabo determinada prácticas.

Al respecto, Castro (2012) señala que, el tema del consentimiento sexual desde una perspectiva de género nos permite mirar que es parte de una estructura social que reproduce la dominación masculina, ya que beneficia a los hombres y daña a las mujeres, es decir que el orden socio-sexual reproduce la opresión y las desigualdades de género. Asimismo, Illouz (2021) cuestiona que, más allá del “sí y el “no” existe una zona gris en donde la mujer no tiene la intención de querer algo, pero el problema social se muestra a partir de la carencia de un repertorio adecuado para decir “no” sin que la mujer sea atacada.

Lo anterior nos permite reflexionar cómo se manifiestan las distintas formas de violencia en el noviazgo, ya que en los ejemplos de Esmeralda, Lila, Azul y Rubí a través de la manipulación emocional se generó presión para que ellas accedieran realizar prácticas sexuales con sus novios, como dejarse tocar por ellos, mandar fotos íntimas, tener sexo oral. Lo cual muestra cómo socialmente estas acciones son cotidianas en los noviazgos de hombres y mujeres jóvenes, y tienden también a ser normalizadas ya que no se visibilizan.

Como mencionó Illouz (2021), en nuestra sociedad se carece de repertorios para que las mujeres puedan externar lo que realmente desean, y por lo tanto, muchas mujeres son sometidas por medio del discurso normalizado de la dominación masculina. En el caso de Rubí, las acciones de su pareja fueron aprobadas socialmente por medio de sus pares -los amigos de la escuela-, ya que no recriminaron las acciones del novio. En cambio, ella fue juzgada por su sexualidad, a través de los insultos que recibió por parte de sus compañeros de la escuela, por lo que de nuevo da cuenta de un problema de desigualdad de género, en el cual la sexualidad de las mujeres sigue siendo causa de señalamientos y disputas sociales por su control.

1.1.2 *Me sentía culpable*

Como se mencionó en un principio, otra de las formas de control que se presentaron en las experiencias de varias mujeres, fue la manipulación a partir de la victimización de su pareja ante ellas y ante sus conocidos, con la finalidad de hacerlas sentir culpables por las situaciones de violencia que vivían y así conseguir que los perdonaran o que no dieran fin la relación. En varias narrativas también se habló de experiencias con su pareja donde era frecuente que sus novios negaran los hechos que habían ocurrido para hacerles creer que no habían sucedido o que habían sucedido de otra manera.

En las narrativas de todas las mujeres entrevistadas coincidieron en que a lo largo de la relación sus novios llegaron a hacerlas sentir culpables por la violencia vivida. Sin embargo, para fines

del análisis sólo se retomarán algunas narrativas representativas que permitan mostrar y reflexionar la manipulación emocional a partir del sentimiento de culpa y las repercusiones que tuvo en el desarrollo del noviazgo violento. La violencia por la cual se llegaron a sentir culpables fue por la que sus novios ejercían hacia ellas, o en algunos casos, por las amenazas de autolesionarse.

Como podemos ver en las siguientes narrativas, la manipulación se presentó por medio de acusaciones directas culpabilizando a las mujeres. En el caso de Rosa esas acusaciones, generalmente estaban acompañadas de prácticas, como: su novio le dejaba de hablar o la terminaba cada vez que discutían. Estas prácticas pueden parecer muy “sutiles”, pero es una forma de desestimarla, que provocó efectos importantes en la calidad emocional de Rosa y que además motivó la invisibilización o minimización de la naturaleza violenta de estas prácticas.

Realmente me sentía culpable, bastante culpable de lo que llega a pasar si llegábamos a tener alguna discusión, siempre me terminaba culpabilizando yo y era como de yo la pude haber regado en esto yo tuve la culpa en esto y además era algo me daba mucha ansiedad por ejemplo, era mucho de castigarme haciéndome la ley del hielo [...] constantemente recurría si yo hacía algo que no le gustaba terminarme, entonces yo sabía que iba a regresar, pero no sabía en qué momento y me mantenía en esa tensión de que iba a regresar en algún momento, entonces si era culpa ansiedad y pues miedo a que me dejara (Rosa, 21 años, dos años de noviazgo).

En el caso de Violeta su novio la culpabilizaba constantemente a través de la manipulación de los hechos ocurridos en la relación, es decir, tergiversaba lo que había sucedido de modo que pareciera que cualquier expresión de violencia física de su parte, había sido por alguna razón justificada, haciéndole creer a Violeta que había sido por su culpa, porque ella lo había provocado.

Me hacía sentir que si él se lastimaba era por mi culpa. Si yo lo dejaba se iba a matar. Si él me pegaba era porque yo me estaba poniendo agresiva, era mucho *gaslighting*. Tú estás loca, no, no fue así, yo no dije eso, no. Todo lo que yo recordaba, todo lo que yo hacía estaba mal, todo el tiempo estaba mal. Entonces eso era parte de la manipulación que era todos los días y de verdad muy constante (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Las prácticas de manipulación por medio de las cuales los novios hicieron sentir culpables a las mujeres, puede considerarse como *violencia simbólica*, ya que se manifestaron a partir de prácticas que no suelen ser muy evidentes, por lo que motivan la minimización de la violencia (Bourdieu, 1998). Como se mencionó anteriormente, aunque estas prácticas parecieran sutiles, los efectos de estas son cruciales en el devenir de la relación y esto impacta directamente el bienestar de las mujeres que lo viven.

El que sean prácticas no muy evidentes, dificulta que las mujeres identifiquen la violencia, por lo que, hay más probabilidades de que las prácticas violentas se hagan parte de la cotidianeidad constante de la relación y se normalice, así como lo narró Rosa: “Pues todo ya lo descubrí después, realmente durante la relación yo pensaba que era algo normal”. En las narrativas se puede observar que Rosa y Violeta fueron culpabilizadas por su pareja cada vez que tenían un problema, hasta el punto en el que ellas mismas creyeron los discursos manipulados y sin darse cuenta los apropiaron. Esto provocó que cada vez que se presentaba un conflicto asumieran la culpa y dudaran de sí mismas.

Hochschild (2008) plantea que, las *reglas del sentimiento* surgen a partir de la reacción de los demás, es decir, cuando se infieren en nuestras manifestaciones emotivas. Entre las manifestaciones en las que se infiere pueden ser: recriminarnos, fastidiarnos, rechazarnos por nuestros sentimientos que desde el juicio del otro son equivocados. Dichas sanciones son el indicio de las reglas que se dirigen a imponer cómo debemos de sentirnos. Es así que, podemos observar en los ejemplos de Rosa y Violeta que sus sentimientos se vieron invalidados y fueron sustituidos por el sentimiento de culpa, como una regla del sentimiento que fue impuesta en la dinámica del noviazgo, específicamente cuando se presentaban prácticas violentas, con la finalidad de invisibilizar la violencia ejercida por la pareja.

El problema de esta regla del sentimiento referente a la culpa fue que generó en las mujeres malestares emocionales, ya que afectó su estabilidad emocional, su seguridad y también su autonomía, por el conflicto creado entre lo que sentían, y lo que se supone que debían sentir -culpa- ante las circunstancias experimentadas. Así como se observa en el caso de Rosa, cuando mencionó que estas manifestaciones de *violencia simbólica* le causaban sentimientos de culpa, pero también de ansiedad y tensión.

En cuanto a la autonomía, al pasar por la violencia constantemente, al hacerlas sentir culpables en cada situación, paulatinamente, le fueron dando más importancia a lo que sus parejas querían, a cómo se sentían y a cómo percibían las situaciones, más que a sí mismas. A continuación, en la narrativa de Violeta y de Rosa se puede ver cómo estas consecuencias no sólo se quedan en el noviazgo, sino que persisten y afectan las formas en las que las mujeres se viven a sí mismas y cómo se desenvuelven en el entorno social, más allá del noviazgo.

De hecho, a raíz de él sí me quedó un trauma en el cual estoy trabajando, en el que ya no puedo recordar nada, como que mi cerebro lo bloquea absolutamente todo y me cuesta tener seguridad de que dije algo o alguien dijo algo o simplemente retener las cosas, ya no puedo también; entonces estoy trabajando en eso (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Siento como que tengo muchas cosas que reparar, que, aunque mucha gente podría pensar que ‘bueno, pero pues nunca te pegó, nunca te aisló por completo de los demás, nunca pues hizo algo digamos grave’, a mí me afectó demasiado, demasiado o sea imaginarme en una relación me da hasta repele, así como de no, ahorita no, no quiero, no me dan ganas, no es para mí (Rosa, 21 años, dos años de noviazgo).

Todas estas experiencias de las que hemos hablado hasta ahora dan cuenta de que la violencia no necesariamente se práctica a través de agresiones físicas, si bien llegan a estar presentes, el impacto que tiene la manipulación emocional en las mujeres es igual de importante, ya que como pudimos observar a lo largo de las narrativas, las mujeres narraron haberse sentido afectadas de manera significativa ante las prácticas de manipulación de sus novios. Así como en el caso de Rosa que, a pesar de no haber vivido violencia física con su pareja, considera que las distintas formas de manipulación emocional que vivió en su relación no son menos importantes o tienen menores consecuencias que otras formas de violencia más tangibles.

Dicho lo anterior, podemos reflexionar que, al no ser tan fácil de identificar la violencia, aumentan las posibilidades de que estas se vuelvan una práctica cotidiana en el noviazgo y, por lo tanto, de que el efecto perjudicial que tiene en las emociones de las mujeres, sean reproducidos en repetidas ocasiones, afectando su calidad de vida.

La manipulación, como ya mencionamos, también es una forma de violencia que puede dificultar, en un primer momento, a las mujeres oponer resistencia a las prácticas violentas, dado que invalidan sus emociones cuando minimizan lo que sienten en ciertas situaciones, o por medio de la manipulación no permiten que se molesten e incluso las hacen sentir culpables, por ejemplo, al victimizarse.

A lo largo de las narrativas también se observó que este tipo de prácticas obstaculizan que las mujeres pudieran considerar el cuestionar el noviazgo violento como una estrategia para poner un alto a la violencia que estaban viviendo o alejarse de esa dinámica. Aunque cabe destacar que no es el único factor que dificultó cuestionar la relación, ya que también tuvo un papel muy importante e influyente el vínculo amoroso que tenían las mujeres con sus novios, sin embargo, es un factor que se abordará en otra categoría.

Mientras tanto, en cuanto a la manipulación emocional podemos observar en las narrativas cómo los novios utilizaron discursos de manipulación en los que se victimizaron, al amenazar con autolesionarse si ellas los dejaban o terminaban la relación. Este tipo de manipulación ocasionó que las mujeres se sintieran culpables, pero esta vez por el temor de que, si ellas

llevaban a cabo su voluntad de terminarlos, estos fueran a autolesionarse, lo que dificultó a las mujeres cuestionar y salir de las dinámicas violentas.

El discurso que más predominó fue el de amenazar con matarse o con que se iban a morir si los dejaban:

Volvemos a que yo quería sentirme heroína, volver a ser la heroína de nuevo y otra vez me quedé ahí para cuidarlo y que otra vez no se drogara, no cayera en las drogas, no se emborrachara. [...] Te digo, esto de que se drogaba, de que se emborrachaba, luego decía que se quería matar. En una ocasión se quedó dormido en la calle, sus papás me estaban hablando y me dijo “Es que no voy a volver a mi casa, si tú no vuelves conmigo” (Azul, 22 años, segunda relación: un año, siete meses).

...yo siento que fue un poco violenta, porque llegó a haber mucha manipulación en el sentido de que si yo me enojaba él era como de "no es que me voy a morir" [...] ahorita yo pienso y digo como le fui a creer todo eso (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

“Si me dejas, me mato” (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Lagarde (2001), relaciona a las formas tradicionales y modernas en las que las mujeres llegamos a amar. En este caso, Lagarde indica que las mujeres modernas viven conflictos en sus experiencias amorosas, ya que somos modernas, pero a la vez que seguimos siendo tradicionales, dado que, por un lado, amamos con generosidad y benevolencia a las personas, en este sentido se prioriza a los demás en el amor. Por otro lado, en el amor moderno, las mujeres buscan la realización de su propia necesidad amorosa, vivir en plenitud y ser libres.

Al observar los discursos de las mujeres podemos darnos cuenta del conflicto al que se enfrentan; en el caso de Violeta y Azul manifiestan la necesidad de salir de esas relaciones, sin embargo, esa necesidad se ve contrapuesta por las demandas de sus novios, cuando amenazaban con morirse si los dejaban, ante estos discursos, las mujeres llegaron a sentirse culpables de lo que les pudiera pasar, así que priorizan la necesidad amorosa de sus novios, lo que afecta su decisión y consideración para terminar la relación y deciden quedarse. En el caso de Lila se puede observar cómo sus manifestaciones de desacuerdo o negativa en los momentos en que se enojaba se vieron obstaculizados por este mismo discurso victimizante y amenazante en relación con la muerte.

En las tres narrativas hay intenciones de resistencia a partir de expresiones de enojo y consideraciones acerca de salir de esas relaciones, no obstante, este proceso se vio obstaculizado por la manipulación emocional, aunado al hecho de que las mujeres en ese momento terminaron por ceder a priorizar las necesidades amorosas de sus novios, antes que

las propias, muestra del amor tradicional que culturalmente se ha construido en función del patriarcado, mujeres que priorizan a los demás en el amor.

Si bien, hemos mencionado que las formas de manipulación dificulta la identificación de la violencia y que esto promueve su normalización, en el proceso de la experiencia de las mujeres se ha podido observar que no fue la única dificultad a la que se enfrentaron en búsqueda de su bienestar, ya que aun cuando identificaron prácticas de violencia que las afectaba, que les producían malestar y que consideraron el término de la relación, no fue sencillo para las mujeres llevar a cabo su salida de la violencia, dadas las emociones ambivalentes experimentadas entre el vínculo afectivo con su pareja y su creciente malestar causado por las diversas manifestaciones de violencia.

También me di cuenta en la iglesia cuando en un momento ya nadie quería hablarme de los niños y yo pregunté por qué y me dijeron es que él ya te marcó como suya, él no quiere que nadie te hable y nadie te va a hablar. Fue cuando empecé a darme cuenta de cómo era este chico, de que tenía que alejarme de ahí, pero no me alejé de ahí, por lo chantajista que era y yo sentía la culpa (Azul, 22 años, segunda relación: un año, siete meses).

Aquí podemos ver parte de la complejidad de estar en un noviazgo violento y las posibilidades más allá de lo físico para poder enfrentar la violencia, puesto que, si bien identificar la violencia es un paso importante, no es lo único que está en juego. Como vemos en la narrativa de Azul, en un momento de la relación ella se dio cuenta de que su novio ejercía prácticas de control sobre ella, al impedir que otros hombres le hablaran e identificó estas prácticas como algo que no estaba bien, por ello quería alejarse de ahí. Entonces, identificar la violencia le permitió cuestionar el noviazgo violento, pensar que probablemente no tenía que seguir en esa relación, sin embargo, las prácticas de manipulación le impidieron en su momento ejecutar lo que ya había considerado en alejarse de esa relación, dado que, como lo mencionó, se sentía culpable de que su novio pudiera hacerse daño al volver a las drogas, al alcohol o incluso matarse; si lo terminaba.

1.1.3 Me daba miedo

En otros casos como en el de Azul y Esmeralda, los sentimientos que llegaron a predominar ante la manipulación emocional fueron los sentimientos de miedo y enojo, pero el que más impacto tuvo fue el sentimiento de miedo, el cual fue producido por sus novios después de haber experimentado varias situaciones en las que sus novios fueron violentos, con gritos y ademanes.

Obviamente como yo no sabía del tema, yo no sabía totalmente nada de eso, él pues abusó y en su tiempo lo quise dejar, pero se convirtió en una persona muy violenta, entonces mis amigos trataban de entenderme y él en un momento casi deja en coma a uno de lo violento que era. Y pues obviamente yo inocente, con la idea de que “bueno si yo me quedo aquí, no le va a hacer nada a mis amigos, no se va a meter con mi familia”, pues estuve ahí un buen rato, pero esto fue creo malo, porque se ganó la confianza de mis papás (Azul, 22 años, primera relación: tres años).

Muy asustada, me acuerdo que sí le pegaba a la puerta y le decía “por favor, déjame salir, ya, no quiero hablar, pero déjame salir ya”. Y él insistía, insistía y yo tenía que aceptar porque era la única manera para que yo pudiera salir, pero sí era frustrante y me daba miedo, me enojaba porque “¿Por qué me encierraaaaas?” Pero más que nada, miedo (Esmeralda, 19 años, año y medio de noviazgo).

Antes de que Azul y Esmeralda consideraran salir de la relación, experimentaron diversos escenarios donde hubo violencia física por parte de sus novios, hacia ellas o hacia sus amigos. Desde el punto de vista de Alencar-Rodrigues y Cantera (2013), dejar una relación de maltrato es una lucha exhaustiva que las puede dejar agotadas, se debe reconocer, que la conducta de las mujeres que sufren violencia de género en la pareja no se traduce en pasividad o aceptación, sino que las condiciones de aislamiento y la falta de recursos externos que caracterizan su vida dificultan la salida de esta relación. En las siguientes categorías se abordarán en profundidad las condiciones externas en las que se desarrolla la relación y cómo repercuten en las mujeres durante ese proceso. No obstante, a lo largo de esta subcategoría hemos podido observar las condiciones en las que se presenta la violencia.

En este sentido, podemos reflexionar a partir de las narrativas que, precisamente las formas en las que las mujeres enfrentan la violencia a lo largo del noviazgo no tienen que ver simplemente con formas pasivas a partir de las cuales las mujeres aceptan la violencia, sino que es todo un proceso en el que hay muchos factores implicados, como en este caso, el miedo producido por la violencia física, por el cual las mujeres se sintieron obligadas a aceptar dichas violencias.

Este condicionamiento se observa cuando Azul en su narrativa mencionó que la razón por la que no se alejó de la relación fue por lo violento que era su novio y de algún modo, para proteger a sus amistades y familiares. En el caso de Esmeralda, se observa cuando dijo que “tenía que aceptar”, fue condicionada a aceptar dichas prácticas violentas, pero con la finalidad de salir de las mismas.

Este tipo de manipulación emocional a partir del miedo por las agresiones físicas también dificultaron directamente la salida de las mujeres de las relaciones violentas. En el caso de Azul, al preguntarle por qué continuaba en la relación, abiertamente expresó que fue por el

miedo generado por las prácticas violentas que había presenciado con anterioridad, cuando su novio agredió a su amigo y cuando la amenazaba con agredir sexualmente a su hermana.

Por miedo de que me buscara y me encontrara y me hiciera lo mismo que a mi amigo o incluso peor que siguiera también violentando a su hermana de esa forma. Yo quería ser... Si yo no me podía salvar a mí, salvar a su hermana (Azul, 22 años, primera relación: tres años de noviazgo).

En el caso de Esmeralda no podía terminar la relación, debido al miedo que le producía pensar en que su novio la pudiera agredir físicamente si lo hacía, dados los antecedentes de violencia que había vivido con él, como azotarla en la pared, golpear las paredes y aislarla a través del encierro, situaciones que Esmeralda definió como “muy traumáticas”.

Al final, ya sentía como que más miedo por terminarme y que me hiciera algo, porque él era muy agresivo, si llegó a azotarme así a la pared, sí llegó a dar golpes a la pared y yo estaba a lado [...] Me llegó a encerrar en algún cuarto para hablar [...] Entonces sí fue como que muy traumático (Esmeralda, 19 años, año y medio de noviazgo).

Finalmente, es importante considerar los hechos violentos y consecuencias presentes a lo largo de los noviazgos, ya que dan cuenta de una parte de la complejidad a la que se enfrentan las mujeres en un noviazgo violento. Desde las consecuencias emocionales que experimentan las mujeres, producto de las prácticas violentas, hasta la normalización de la violencia y la dificultad para elaborar alternativas en contra de la violencia, por ejemplo, salir de las relaciones.

1.2 Celos como estrategia de dominación

En las narrativas de las entrevistadas, identificamos la expresión de los celos como una estrategia de control en la relación de noviazgo. Encontramos que, la emoción de celos se asoció a ciertas prácticas de vigilancia, generalmente, llevadas a cabo por medio de las redes sociales, insultos a las mujeres, prohibición de actividades personales, aislar a las mujeres de sus amistades y controlar sus formas de vestir. Dichas expresiones de celos, serán descritas a continuación en las narrativas de Blanca, Lila, Esmeralda y Azul.

Blanca narró que, en un principio identificó que la relación marchaba bien, pero después ella definió que la relación se transformó en un ambiente “tóxico”. Donde experimentó celos por parte de su pareja, y al mismo tiempo se fue alejando de sus amigos y con dificultad lograba tener amigas. Su novio ejercía prácticas de violencia hacia Blanca, por ejemplo, revisaba su celular, tenía las contraseñas de sus redes sociales, le prohibía amistades, que se juntara o le hablara a ciertas personas. Blanca considera que por haber sido su primera relación y no haber

tenido otras perspectivas acerca de cómo eran otros noviazgos, influyó en su propia forma de definir y construir su propia noción de su relación de noviazgo, es así que estas prácticas le parecieron normales, al menos mientras estuvo en esa relación.

Con este niño las cosas al principio iban muy bien y ya después todo se empezó a poner como un ambiente muy tóxico, eran puros celos, yo no tenía amigos, con trabajos tenía amigas, yo no podía salir con nadie, no me dejaba salir a fiestas, todo el tiempo me checaba el celular y en ese momento para mí era algo muy normal, porque era mi primera relación y yo dije, “bueno a lo mejor pues así son las relaciones ¿no?” [...] Normalicé los celos, que me checara mi celular todo el tiempo, incluso tenía las contraseñas de mis redes sociales, toda mi privacidad pues era de él. [...] me dejaba de hablar, estaba a nada de terminar conmigo, y en ese momento era como “No, no quiero terminar contigo, está padre” (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo).

Bosch (2007) afirma que, los celos son una construcción sociocultural que surgen del sistema patriarcal y tiene como objetivo la sujeción de la pareja, en el ámbito emocional, sexual entre otros. En ese sentido, podemos reflexionar que, desde la narrativa de Blanca sale a la luz esta noción sociocultural de los celos desde la creencia que estos son parte de una relación “normal”, de manera que, más que ella normalizara los celos, es la norma social que invisibiliza a la violencia. Esta violencia en un inicio se presentó desde las prácticas de control, cuando su novio le prohibió relacionarse con sus amistades, cuando le revisaba el celular y al tener las contraseñas de sus redes sociales. Tales prácticas de control generaron un impacto en Blanca, ya que, expresó no sentir que tenía privacidad. En consecuencia, de este sistema patriarcal, podemos observar cómo dificulta que las mujeres cuestionen estas expresiones de control en un primer momento y las expone a la violencia que va en aumento.

Por otra parte, Lila identificó que durante la relación su novio manifestó celos; específicamente nos relató una experiencia de celos que sucedió frente a otras personas, donde hubo violencia verbal, ya que su pareja llegó a insultarla en repetidas ocasiones. De igual manera, Lila narró que las personas que estaban presentes no la apoyaron ante la situación y al mismo tiempo ella expresó que se sintió juzgada. Dichas expresiones le hicieron sentir vergüenza.

llegó a hacerme escenas de celos muy vergonzoso, en una ocasión venía un chavo enfrente de mí, había mucha gente en el metro y él traía unos audífonos de esos de *bluetooth* y se le cayó, y cómo cayó por mis pies se me hizo fácil agacharme a mí y dárselo y chavo amablemente fue como de “ay gracias” y sí sentía su mirada pero yo no prestaba atención porque venía acompañada y ya empezó este chavo a gritar “si quieres lárgate con él, es que eres una puta, eres una fácil este... a todos les sonríes, eres bien coqueta” es decir, empezó a gritarme enfrente de toda la gente y lo peor es que la gente te ve como juzgándote en lugar de ayudar... yo creo que el mismo chavo ... se alejó, en lugar de que también hubiera dicho “oye pues cálmate” (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

Cholíz y Gómez (2002) señalan que, las expresiones de los celos están relacionados con

emociones dominantes de ira y tristeza. Los celos se manifiestan desde la ira con acciones de agresividad, ofensas verbales o conductas violentas dirigidas hacia una persona o hacia terceras personas. En ese sentido, podemos observar que, en la narrativa de Lila, su pareja expresaba los celos desde emociones dominantes de ira, las cuales fueron expresadas a partir la violencia que dirigía hacia ella, por medio de insultos. Asimismo, en la narrativa de Lila se puede observar que las expresiones de celos en su pareja parten de la creencia de posesión de la persona, lo que nos muestra cómo dentro de la sociedad se manifiestan estas expresiones desde la cosificación, en este caso a las mujeres.

De igual manera, la narración de Lila nos permite observar cómo en la sociedad se silencia la violencia, al mismo tiempo que se reproduce al pasar por alto este tipo de expresiones, ya que las personas no hicieron nada ante las expresiones de violencia del novio ni ayudaron a Lila como ella esperaba, por el contrario, Lila nos narró que se sintió juzgada. Como señala Bonino (1995), existen prácticas sutiles y cotidianas que constituyen estrategias de control, estas son denominadas como *micromachismos*, las cuales atentan contra la autonomía de las mujeres y suelen ser invisibles. Esto nos muestra cómo la sociedad legitima las prácticas de dominación masculina que se manifiestan en el noviazgo.

En el caso de la narrativa de Esmeralda, identificó que los celos por parte de su novio no solo eran dirigidos hacia una persona, sino también a las actividades académicas y deportivas que ella solía realizar en la secundaria. Ella nos compartió en su narrativa que, esas expresiones de su novio le parecían extrañas, pero Esmeralda sentía un gran afecto y sentía protección por su pareja, por lo que en ese momento su decisión fue perdonar sus acciones.

De repente, ya no quería que hiciera como unas actividades, yo era mucho de jugar fútbol, de estar para las olimpiadas de matemáticas, física, biología y todo eso. Y se ponía celoso de eso, de eso, ya ni siquiera era de una persona, sino de algo material, lo cual era muy raro, pero pues yo seguía ahí, yo lo quería mucho, siempre me sentía como protegida bueno como mmm y le perdonaba todo (Esmeralda, 19 años, un año y medio de noviazgo).

Al respecto, los autores Bosch y Ferrer (2002) señalan que, el mito popular que relaciona los celos y el amor constituye un grave problema en el ámbito de la violencia contra las mujeres en la pareja al remitir al terreno de los sentimientos algo que no es más que una forma de poder y de dominación, que se convierte en una estrategia de control más que emplean los maltratadores.

En ese sentido, se observa en la narrativa de Esmeralda que, a partir de las expresiones de los celos, su novio ejercía control en aspectos de la vida de Esmeralda al prohibirle continuar con

las actividades que ella realizaba. Estas prácticas de control fueron vislumbradas por el afecto que ella sentía por él, ya que mencionó que lo quería mucho. Esto nos permite observar cómo los sentimientos tienen un papel crucial en las relaciones de noviazgo violentas, ya que repercuten directamente en la invisibilización de la violencia.

En la narrativa de Azul se identificó que, las expresiones de celos de su novio se manifestaron a través del control en su forma de vestir. Asimismo, ella narró que, en consecuencia, de la violencia que él ejercía desde las prácticas de control, renunció a su empleo, lo cual tuvo repercusiones en sus oportunidades laborales, ya que ella mencionó que había sido unos de sus mejores trabajos.

Él me hacía sentir de repente que yo era muy bonita y “Ay, ¿por qué te vestes así?, ¿por qué te pones esto?”. En una ocasión yo iba caminando normal y me dijo [...] ¿A quién quieres llamar la atención?”. Igual en el trabajo tuve que renunciar por la violencia que había, que me decía “Es que todos te ven o todos quieren contigo” y yo por querer estar bien con él, esa violencia, yo renuncié, que te puedo decir de uno de mis mejores trabajos lo dejé ir por este chico (Azul, 22 años, tercera relación: seis meses de noviazgo).

Lagarde (1996) señala que, en las desigualdades de género predomina el poder de los hombres sobre el de las mujeres; este posicionamiento se concreta en las prácticas de control que se manifiesta en la capacidad social de dar y quitar a las mujeres su prestigio, estatus, espacio social entre otros. En ese sentido podemos observar que su pareja ejerció prácticas de control, ya que imponía desde el discurso de celos cómo debía de actuar y cómo debía vestir. En consecuencia, de las prácticas de control Azul perdió su empleo, una oportunidad que podemos entender que le beneficiaba.

Dicho lo anterior, cuando ella narró que dejó su empleo por el deseo de estar bien en su relación, este hecho, nos permite reflexionar cómo las nociones que impone la sociedad dificultan cuestionar las prácticas de violencia, ya que, esta vislumbrada por los mitos o creencias de los celos, acerca de que estas expresiones son parte de las relaciones, son parte del amor y deja de lado la realidad social que reproduce el dominio por medio de las prácticas de control en las relaciones de noviazgo.

Finalmente, a partir del análisis podemos reflexionar que esta categoría da cuenta de una parte de la complejidad de los noviazgos violentos a los que se enfrentan las mujeres, desde las condiciones en que se presenta la violencia física, sexual, psicológica y emocional, ya que no siempre son fáciles de identificar, dado que, se manifiestan por medio de prácticas aparentemente sutiles como la manipulación emocional y las prácticas de control basadas en

los celos. Estas prácticas son el reflejo de la estructura social que se posiciona en las bases de la desigualdad, en donde los hombres tienen poder o tienen derecho de normalizar un mandato de dominación, lo que produce la normalización de las prácticas violentas, tanto para los hombres que las ejercen, como para las mujeres que lo viven, a pesar de los malestares que estas prácticas les generan.

Además, se puede reflexionar que las formas en las que las mujeres enfrentan la violencia no se traducen en pasividad o sumisión ante las prácticas violentas, puesto que, su posicionamiento es afectado por las condiciones en las que se manifiesta la violencia, por un lado, al no ser visible y, por otro lado, por los recursos de coerción que los novios utilizan para imponerse en la autonomía de las mujeres, en cuanto al consentimiento sexual, al cuestionamiento la violencia, al querer salir de dichas relaciones, también en cuanto a los lazos sociales, las actividades que realizan y su forma de vestir. Así como los discursos sociales que legitiman estas prácticas.

Capítulo II

2. La construcción sociocultural de las normas del amor y su relación con la violencia en el noviazgo

El amor es una construcción cultural, esto quiere decir que lo que se entiende por amor va a depender del contexto en el que se desarrolle esta noción. Para el presente análisis es importante estudiar el amor, ya que a partir de la noción del amor se estructuran formas de relación en las que están implicadas las necesidades amorosas, deberes, prohibiciones, el sentido del amor y los límites del amor. El problema de la noción del amor es que cuando parte de un posicionamiento patriarcal, lo que se aprende en torno al amor, como las necesidades, los ideales, los límites, deberes y prohibiciones se estructuran de manera desigual entre hombres y mujeres legitimando la dominación masculina (Lagarde, 2001). De esta manera, en el noviazgo se promueven relaciones de poder donde la mujer queda en una posición de subordinación.

Es así que, en esta categoría se analiza la violencia en el noviazgo en torno a los mitos del amor romántico que constituyeron las experiencias de noviazgo violentas de las mujeres. De acuerdo con las narrativas, en los noviazgos se presentaron formas de violencia y desigualdad motivadas por estereotipos de género, fundamentados en mitos del amor romántico, como: el que las mujeres procuraban el bienestar de la pareja a costa de su libertad y los hombres ejercían prácticas de violencia.

Asimismo, la reproducción de los mitos del amor romántico también se llevó a cabo por medio de la aprobación social por parte de las amistades de las mujeres acerca de sus relaciones. La aprobación social parte de constructos idealizados basados en parejas perfectas, parejas del año y parejas bonitas entre otras formas en la que las mujeres describieron esa proyección social acerca de cómo debía ser un noviazgo.

Finalmente, se observó que la relación no sólo se constituyó de violencia, sino también de momentos de disfrute de la relación, que fueron los que contribuyeron en reforzar los sentimientos de amor y que dificultaron a las mujeres el cuestionamiento del noviazgo violento, así como también dificultó el proceso emocional que conllevó al término y el distanciamiento de la relación de noviazgo.

2.1 Qué tal si me necesita: Los estereotipos de género reproducen violencia

En esta subcategoría encontramos dinámicas relacionales basadas en estereotipos de género, entre los cuales se encontró por un lado que, algunas mujeres sentían responsabilidad por sus parejas. Por otro lado, los hombres ejercieron poder por medio de la coerción explícita, pero también se manifestaron estos mandatos de maneras implícitas, ya que se presentaron acciones disfrazadas de apoyo económico. Asimismo, estos estereotipos fueron cuestionados por las mujeres, ya que ellas mismas identificaron estas prácticas violentas desde el malestar que estas les generaban.

Por ejemplo, Coral narró que, en su segunda relación significativa, en la cual se encuentra actualmente, se presentaron algunos desacuerdos en cuestión de lo que cada uno pensaba acerca de frecuentar otras amistades. Por un lado, el novio de Coral expresó que estaba de acuerdo con que ella saliera a festividades con sus amistades, sin embargo, Coral mostró desacuerdo, puesto que ella expresó que se sentía responsable de que su pareja la pudiera necesitar y no estuviera.

Pero él me dice, “vete con tus amigas, ¿no?” Pero yo no salgo por la misma seguridad de no irme con mis amigas y no regresar hasta el otro día porque yo digo, “wey, tengo una responsabilidad, o sea, tengo que estar con mi pareja, tengo que... ¿Qué tal si me necesita?”, bueno no tanto que me necesite, pero este qué tal si quiere que le haga de comer o algo, va decir su mamá “¿Y dónde está tu vieja?” (Coral, 22 años, relación actual: tres años de noviazgo).

Lagarde (1996) plantea que, por medio de las instituciones se infunde un *deber ser* tanto para hombres como para mujeres y cada uno internaliza en distintos grados el conjunto de mandatos de género, de acuerdo al contexto en el que se desenvuelve. En ese sentido, en la narrativa de

Coral observamos cómo se reproducen estos discursos desde los mandatos, ya que cuando expresó que tenía la responsabilidad de cumplir las necesidades de su pareja, como hacerle de comer, nos habla de un posicionamiento del *ser para otros*¹¹. Podemos interpretar entonces que los mandatos inculcados no permitieron que ella sintiera la libertad de salir sin pensar en el otro.

Por otra parte, Violeta narró que en su experiencia de noviazgo hubo prácticas violentas de su pareja contra ella que la pusieron en riesgo; esto sucedió cuando al salir de una fiesta su pareja en estado alcohólico agredió físicamente a Violeta en la vía pública. Ante ese suceso, se presentaron discursos que invisibilizaron la violencia que estaba pasando Violeta, ya que en el momento que ella fue agredida por su pareja, se acercó un hombre alcoholizado para expresar que él identificaba esa discusión como un “drama”, ya que comentó que su pareja hacía lo mismo que Violeta. Ella identificó estas acciones como manifestaciones de violencia que le generaron sentimientos de enojo, como una forma de expresar rechazo a la violencia vivida.

Encima me dolió el hecho de que mucha gente vio lo que me estaba haciendo y pues no, no hacían nada. De hecho, un chico se acercó en un momento en el que yo estaba tirada en medio de la carretera y él estaba tratando de levantarme, pero como jalándome y este chico llegó también pedo y dijo cómo “ay ¿está haciendo drama?, no te preocupes, la mía también hace eso”, me molestó muchísimo más. Esa es una de las veces, donde sí estuvo la violencia muy presente” (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

En la narrativa de Violeta, salen a la luz mandatos de género, estos se observaron, por un lado, desde el discurso del hombre que hizo el comentario “la mía también hace eso”, lo cual habla de una creencia de mandato en el que el *deber para sí* no solo consiste en controlar a la mujer, sino también de poseer al otro. Bourdieu (1998) plantea que, socialmente existe violencia simbólica, la cual tiene como función minimizar la violencia física y de esa manera hacer que se olvide que existen mujeres violentadas. Es así que, desde los discursos sociales observamos cómo la violencia fue legitimada y cómo fueron minimizados los daños físicos y emocionales causados en Violeta, ya que como observamos a través de su experiencia, los hombres justifican y vuelven parte de sus interacciones en el noviazgo a la violencia; esto disfrazado desde los mandatos del deber ser de género.

¹¹ Los mandatos de género se rigen desde el deber ser, por un lado, los varones interiorizan un deber “ser- para-sí”, que se guían por ser proveedor, ser racional, controlador, tener poder entre otras características. Por otro lado, las mujeres interiorizan un “ser-para-otros, por lo que asumen un papel de cuidadoras y responsables del bienestar de los otros, tienen predisposición al amor --esta condición se posiciona desde el pensamiento de que las mujeres están completas solo cuando le pertenecen a alguien--, deben tener un rol desde la maternidad entre otras características. (Lagarde, 2000).

En el caso de la narrativa de Lila, expresó que durante la relación su novio solía pagar todo cuando salían a comer o a visitar lugares, sin embargo, a partir de esta dinámica en la que él pagaba todo, surgieron prácticas de control, ya que el que él pagara todo generó en Lila sentimientos ambivalentes, por un lado, expresó gratitud por las atenciones de su pareja pero, por otro lado, identificó que las acciones influyeron para que su pareja se sintiera con el derecho de ejercer prácticas de control hacia ella.

Le agradezco es que nunca me faltó nada como el “vamos a museos, yo pago todo, vamos a comer yo pago” y precisamente yo siento que como pagaba todo él se sentía con derecho de hacer lo que él quisiera (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

Lagarde (2001) indica que, en la modernidad el amor de los hombres hacia las mujeres se ha convertido, en mayor medida, en una transferencia de recursos. En la que, los hombres son simbólicamente más importantes en el orden económico. A partir de ello, los hombres suelen simbolizar al regalo como una forma de halago y así creer que pueden cosificar y controlar a las mujeres.

En ese sentido, desde la narrativa de Lila podemos interpretar que las acciones de su pareja tenían un simbolismo de poder, ya que el pagar monetariamente generaba en Lila que se sintiera comprometida con él. Es así que, podemos reflexionar cómo dentro del noviazgo existen interacciones que legitiman el poder del hombre sobre la mujer. Estas acciones posicionadas en un orden de género, invisibilizan las prácticas violentas, ya que están disfrazadas de amor y atenciones que culturalmente son normalizadas.

Por otra parte, en otras narrativas se presentaron situaciones distintas en cuanto al posicionamiento de Lagarde, ya que los hombres no siempre tienen el papel más importante en el ámbito económico. Por ejemplo, Jade nos compartió en su narrativa que al tener independencia económica apoyaba a su pareja monetariamente; esta situación en un principio no le disgustó, ya que ella tenía un vínculo afectivo con su pareja, y quería apoyarlo. Sin embargo, posteriormente su novio le exigió ese apoyo económico, tal acción generó gran molestia y desaprobación en Jade, porque sintió que sólo recurría a ella como proveedora económica.

Yo le ayudaba económicamente mucho y anterior a eso me pidió un dinero, porque yo decía no pues ahí tengo pues ten, porque no le pagaban y eso y el otro. Hasta este último mes a mí no me estaba yendo muy bien y me dijo “es que antes me apoyabas más” y yo de cómo crees le digo, ahorita me está yendo muy mal y le digo ahora eso quiere decir que si yo estoy mal económicamente ya no te sirvo, le digo estas mal (Jade, 22 años, cuatro años de noviazgo).

La narrativa de Jade nos permite reflexionar que el orden económico no influye en todos los casos para ejercer poder en el otro, sino más bien se ponen en acción los mandatos de género, en los cuales, en este caso, el hombre busca dominar o tener control de las mujeres, ya sea siendo proveedor económico o no. Sin embargo, podemos observar que Jade rechazó la imposición de su novio, quien le exigió ese apoyo económico, cuando ella cuestionó ese posicionamiento y manifestó resistencia expresándole a su pareja que él estaba mal.

2.2 Según estábamos bien: La sociedad promueve el mantenimiento del noviazgo violento desde el fundamento del amor romántico

En esta subcategoría observamos cómo la sociedad reproduce la violencia desde discursos que vislumbren o invisibilizan las prácticas violentas del noviazgo desde el fundamento del amor romántico. De acuerdo con las narrativas de las mujeres los discursos sociales que se presentaron fueron: la idealización de la “pareja perfecta”, “pareja del año” y la “pareja bonita”, estas denominaciones reflejaban la superficialidad de las relaciones y a pesar de que las mujeres llegaban a expresar malestares emocionales causados por la violencia en el noviazgo, sus amistades no brindaron a las mujeres apoyo ni cuestionaron la violencia. Asimismo, hubo discursos de amistades y familiares que normalizaron directamente la violencia en el noviazgo.

Blanca narró que, durante su segunda relación significativa, sus compañeros de escuela idealizaron su relación, esta idealización se vio reflejada en un concurso de parejas, en el cual ellos ganaron el título de “pareja del año”. Posteriormente, cuando se presentó la ruptura de la relación, el círculo social de Blanca vio esa situación desde la decepción, porque se cayó el ideal que habían construido, sin embargo, desconocían muchos matices. Sólo les importó la imagen de lo que esa pareja desde lo superficial representaba para ellos, la “pareja bonita”. En consecuencia, no apoyaron a Blanca, no tomaron en cuenta que su novio le hizo daño ni que la relación no la hacía sentir bien.

La última graduación del último año de sexto, hicieron como una especie de PROM y como de premios y [...] casualmente, pues yo la gané, la pareja del año. De hecho, cuando se enteraron de que terminé la relación, me empezaron a decir “No, ¿por qué? Ya no creo en el amor, no sé qué... [...] y a pesar de que yo les decía que yo no me sentía bien, eso como que no les importaba, les importaba más por qué habíamos terminado, si éramos una pareja “bonita” (Blanca, 20 años, segunda relación: dos años de noviazgo).

La narrativa de Blanca nos permite observar la perspectiva social en torno al amor, esta mirada muestra que la imagen de una relación no fue cuestionada, debido a las expectativas creadas en torno a que el amor de la relación iba a perdurar. De acuerdo con Illouz (2012), las imágenes del amor se encuentran disponibles en una variedad amplia de escenarios culturales y de esa

manera formamos imágenes claras y repetitivas acerca del amor. A partir de ello podemos interpretar que, la expectativa de los jóvenes viene desde los ideales que la cultura les ha inculcado, por lo que proyectan esos deseos en el noviazgo y nombran a la “pareja perfecta”.

Garrido (2001) destaca que, el modelo del amor romántico puede contribuir a mantener y favorecer la violencia de género en el noviazgo, ya que está presente en la cultura y los mitos asociados a él. De manera que, el discurso del amor romántico desde la expectativa social invisibilizó los sentimientos y emociones que experimentó Blanca, los cuales surgieron a consecuencia de la violencia que vivió en la relación.

Por otra parte, Violeta narró que pasó por distintos tipos de violencia durante la relación de noviazgo. Sin embargo, ella no sabía cómo externalizar lo que estaba viviendo, ya que sintió que sería juzgada por los demás. Este pensamiento de ser juzgada fue generado, porque la relación de noviazgo tenía una imagen en redes sociales, en la cual las personas consideraban que eran una “pareja perfecta”, por lo que Violeta no sabía cómo expresar la situación de violencia sin sentir que quedaba mal ante los demás.

Mi historia era muy de pantalla de redes sociales, de que en redes éramos la pareja perfecta y según estábamos bien y cosas bonitas y mucho amor, entonces cómo les explicaba que estaba viviendo eso sin quedar mal (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

De acuerdo con Flores (2019), el concepto del amor romántico constituye un modelo de prácticas amorosas que se encargan de establecer lo que significa enamorarse, así como las formas de sentir, expresar, definir y vivir el amor. Es así que, podemos observar cómo la sociedad presentó un modelo del amor romántico hacia la relación de noviazgo de Violeta a través de las redes sociales, la cual proyectaba un discurso de amor perfecto, en donde solo había “cosas bonitas”, porque es así que lo muestra la cultura como parte de la norma del amor. Sin embargo, este modelo se torna peligroso cuando no es cuestionado por las personas, ya que cuando se presenta la violencia no permite que la gente observe que existe una problemática y, por ende, no permite combatirla.

Por ejemplo, en la experiencia de Violeta las personas le decían que el noviazgo era “perfecto”, y eso generó para ella una presión social, por lo que dificultó poder externalizar lo que estaba viviendo. Así como Violeta hay muchas mujeres que pasan por situaciones de violencia y la sociedad no permite que se hable del tema, ya que existen creencias de que en el amor solo se viven cosas buenas. En ese sentido, podemos reflexionar que las mujeres no se encuentran en

relaciones violentas porque así lo deseen, sino que la sociedad no permite generar perspectivas alternas que visibilicen la violencia.

Por último, Azul narró que, en el segundo noviazgo significativo, su novio tenía creencias religiosas, por lo que ella frecuentaba ir a la iglesia como parte de la interacción en el noviazgo. Es así que, Azul identificó que dentro de ese entorno se normalizaba la violencia contra la mujer, ya que reproducían discursos posesivos y desvalorativos para la mujer, entre los cuales ella narró que cuando fue bienvenida en la comunidad de la iglesia, las personas la reconocían como “la novia de tal” en vez de llamarla por su nombre. Asimismo, Azul narró que, hubo otro hecho en el que fue excluida por los hombres de la comunidad debido a la práctica de control ejercida por su novio cuando él la “marcó como suya” y demandó que nadie le hablara.

La verdad es que sí llegaba a escuchar comentarios de la novia de tal, “Tú eres la novia de tal”, o sea en la iglesia no me conocían por mi nombre. Yo había sido bienvenida a la iglesia por este chico y mi nombre era “La novia de tal” [...] Me di cuenta en la iglesia cuando en un momento ya nadie quería hablarme de los niños y yo pregunté por qué y me dijeron es que él ya te marcó como suya, él no quiere que nadie te hable y nadie te va a hablar (Azul, 22 años, segunda relación: seis meses de noviazgo).

Bosch y Ferrer (2013) afirman que, las construcciones sociales en torno al amor ven compatible el amor con las prácticas de violencia, por ejemplo, con las prácticas de control por parte de la pareja acerca de la socialización de la mujer, de su cuerpo, de su sexualidad, entre otras. En la narrativa de Azul observamos cómo la sociedad reproduce estas nociones culturales acerca de la posesión en el noviazgo que limita la socialización de la mujer, ya que la comunidad contribuyó para que se llevarán a cabo dichas prácticas de control. De acuerdo con Gilbert y Camarena (2010), el amor y el poder son un problema de convivencia, en el que la sociedad muchas veces resuelve validando discursos y prácticas que incluyen violencia.

A partir de las experiencias de las mujeres, podemos reflexionar que el noviazgo violento no es una problemática individual, es decir, que el problema no sólo concierne a las personas que se encuentran en el noviazgo, sino que es una problemática que se reproduce y se legitima desde la cultura. Es importante hacer visibles estas historias de las mujeres, ya que sus vivencias en torno a la violencia dan cuenta del carácter social de la problemática de la violencia en el noviazgo, que muchas veces queda vislumbrada por la normalización del entorno social, en función de lo que se cree que es parte del amor.

2.3 *Príncipe azul*: Los mitos del amor romántico

En las narrativas de las mujeres identificamos que, dentro de las relaciones de noviazgo se manifestaron mitos del amor romántico, entre los cuales se encontró que ellas expresaban haber encontrado un alma gemela con quien estaban destinadas a vivir por siempre con el príncipe azul. Asimismo, estos mitos incitan a la idealización de la pareja con quien vivirían un amor ideal, por ejemplo, como formar una familia y la meta para alcanzar ese ideal sería establecerse en el matrimonio.

Por ejemplo, Coral narró que durante el primer noviazgo manifestó sentimientos significativos por su pareja, Coral expresó que sintió un “cariño inmenso” al grado que ella sintió que ya no podía vivir sin él. Asimismo, Coral expresó que su novio representó ser su alma gemela, por lo que se había construido la idea de que si se llegase a romper el vínculo afectivo ella no iba a poder vivir sin la pareja, sin embargo, después de pasar por un proceso discontinuo de ruptura, Coral desacreditó esa creencia.

Ya llevábamos como casi un año, entonces, dependía, él era como mi alma gemela, yo siempre he dicho que él es mi alma gemela, porque teníamos mucho en común, muchísimas y lo quería demasiado, empezamos a tener como un cariño muy inmenso y fue, como para ese tiempo yo ya lo amaba, yo ya no podía según yo vivir sin él (Coral, 22 años, primera relación: un año de noviazgo).

Yela (2003) plantea que, los mitos del amor romántico son las creencias que compartimos socialmente acerca de la “supuesta verdadera naturaleza del amor”, tales mitos suelen ser ficticios y engañosos, porque son prácticamente imposibles de cumplir. En ese sentido, podemos interpretar en el ejemplo de Coral que, ella significaba la relación de noviazgo desde los mitos de amor.

El mito que podemos identificar en su narrativa es el *mito de la media naranja*, este mito se guía desde la creencia que cada persona encontrará a su alma gemela, es decir, es la creencia de que algún día se encontrará al compañero que será el ideal para la vida de cada persona (Herrera, 2007). Es por ello que, para Coral era difícil alejarse de la relación afectiva, ya que, ella no quería perder todos los ideales que se habían construido a lo largo del noviazgo, no quería perder el ideal del vínculo afectivo que se sostenía en las cosas en común que compartían como; los gustos por la música, el amor y cariño entre otros sentimientos que pudieron estar implicados.

Sin embargo, también podemos observar en su narrativa que, a pesar de que ella aún piensa que él es su alma gemela, rompe con la idea de pensar que no puede vivir sin él. Esto podría

dar cuenta que, cuando la sociedad nos hace aprender que el amor de nuestras vidas implica que sólo hay o habrá un sólo amor y que es para el resto de nuestra vida, entonces la dificultad radica en el vínculo tan fuerte que se crea a partir de ese mito, por el temor de que no se vuelva a encontrar a alguien con quien se experimente ese sentimiento de amor o cariño inmenso. Lo anterior, nos permite reflexionar que estos mitos del amor producen dificultad para cuestionar a la violencia, ya que se encuentran de por medio estos vínculos reforzados por el amor romántico.

Otro ejemplo es el de Violeta, quien narró que durante su infancia le fueron inculcadas creencias acerca del amor, entre las cuales identificó que algún día iba a llegar el amor de su vida, un “príncipe azul” y que su amor se consumaría en la base del matrimonio. Violeta identificó que interiorizó esas nociones, las cuales no le permitieron cuestionar la violencia, ya que estas creencias no le permitían mirar otras alternativas acerca de las normas del amor, como lo que ella refirió, acerca de dejar de amar a alguien o considerar que el amor no es suficiente para sostener un noviazgo, por ejemplo, cuando se presentan prácticas violentas.

...desde niña pues nos habían criado con esta idea de que El Príncipe Azul y que la meta es casarnos, la meta es encontrar el amor de nuestra vida y siempre hay un roto para un descosido, entonces yo tenía eso muy interiorizado, a un grado de que de verdad permití violencias, cuestiones que nunca debí permitir, porque yo creía que era el medio para llegar al final que era la muerte. [...] Entonces yo no tenía entendido que podía querer a alguien y luego dejar de quererlo y que eso estaba bien o muchas cosas (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Herrera (2007) señala que, el amor se rige por los mitos que perpetúan el patriarcado, a partir del cual se les vende a los sujetos historias del amor romántico como la historia de que algún día llegará un príncipe azul para rescatar a la princesa. Este tipo de historias acerca del amor promueven la legitimación del poder que tienen los hombres sobre las mujeres y la posición de sumisión que adoptan las mujeres desde el discurso del deber ser buenas esposas. Asimismo, Lagarde (2001) enfatiza que, es justamente la base patriarcal quien impone a las mujeres que deben priorizar a los demás antes que, a ellas mismas, ya que el supuesto egoísmo para las mujeres es reprobable ante el patriarcado.

En ese sentido, podemos reflexionar desde la narrativa de Violeta que la sociedad nos llena de expectativas e idealizaciones en torno al amor desde la creencia de que alguien nos va a rescatar. Sin embargo, la historia de amor que nos vende la cultura oculta las prácticas de violencia que orillan a la desigualdad y a la pérdida de emancipación.

Cabe aclarar que la experiencia de Violeta se piensa como una problemática social que dificultan generar discursos de autonomía, ya que, ella expresó que fueron estas creencias del amor que no le permitieron, en su momento, visibilizar y cuestionar la violencia para así poder salir de esa dinámica, aunque eso no necesariamente implicara el fin de los sentimientos de amor.

De igual manera, Azul narró que desde la infancia construyó el sueño acerca de cómo quería llegar al matrimonio; dicho sueño se fue formando por la influencia cultural del amor donde ella miraba modelos del amor en las películas y cuentos infantiles. Asimismo, Azul identificó que esas ideas fueron formando la meta de que algún día se casaría a una edad joven y que conformaría una familia, esas creencias fueron en aumento al punto que ella pensó solo en el objetivo de lograr cumplir ese ideal. Sin embargo, a partir de las tres relaciones de noviazgo por las que pasó, se dio cuenta que ese modelo de amor no era lo que había soñado, ya que en las tres relaciones significativas que narró, se presentaron diversas prácticas de violencia.

Desde que era chiquita, te puedo decir seis, cinco años, siempre he soñado con casarme de blanco y lo que vemos en las películas de que conoces no sé, a tu vecino y se terminan casando a una edad super joven y son la mejor relación y lo más bonito y la gente “Ay cómo siguen juntos”. Yo creo que fui queriendo todo eso y no me importaba lo malo que yo pudiera ver si no que yo siempre veía a futuro “Es que es buen chico, me trata bien y es mi príncipe azul” Fueron ideas de películas, ideas infantiles, cuentos infantiles los que yo fui formando para mí. De hecho, desde chiquita yo dibujaba mi vestido de bodas y yo ya sabía que quería tantos hijos y que quería una familia tal y así (Azul, 22 años, primera relación: tres años de noviazgo; segunda relación: un año, siete meses de noviazgo; tercera relación: seis meses de noviazgo).

Herrera (2007) refiere que, el mito del matrimonio se establece en la creencia de que el amor romántico se basa en la unión de dos personas dentro de la institución social del matrimonio. Este ideal ofrece la creencia de que el matrimonio dará una estabilidad, seguridad y la certeza de que la persona que se elija estará dispuesta a compartir el resto de su vida con el otro. Estas promesas o mitos del amor se reproducen por medio de cuentos, películas, series, novelas, canciones, entre otros que están presentes de manera cotidiana en nuestra sociedad y que contribuyen a la formación de valores, creencias y emociones en el proceso de socialización como mujeres y hombres.

Por ejemplo, Azul aprendió esas ideas acerca del amor desde la infancia, por medio de cuentos y películas que observaba en su vida cotidiana. Estos la llevaron a imaginar un ideal del amor, poniendo como meta que ella se establecería en el matrimonio dentro de la institución de la familia, por lo que se visualizaba con un esposo e hijos.

Por otro lado, Esmeralda narró que durante el noviazgo su pareja ejerció prácticas de control hacia ella, por lo que ella intentó en repetidas ocasiones terminar la relación. Sin embargo, el noviazgo no concluía, debido a que su pareja expresaba discursos de promesas de cambio. En un primer momento Esmeralda creyó en estas promesas de cambio, pero, posteriormente, se dio cuenta que no cambiaría, debido a las constantes expresiones de violencia por parte de su novio a lo largo del noviazgo.

Llegamos a terminar como tres veces, pero siempre me decía “ay, ya voy a cambiar, que no sé qué y pues te callas” y yo decía “sí está bien”. Pero pues no cambiaba...porque él era muy agresivo, (Esmeralda, 19 años, medio año de noviazgo)

Esteban (2011) refiere que, en el sistema género surgen mitos, ideas y creencias que traspasan en mayor medida a las mujeres, es decir, se les inculcan ideas acerca de que el amor todo lo puede, solo basta perseverar, puesto que los sentimientos son aún más fuertes que la conciencia y la voluntad. Asimismo, otros autores señalan que el mito de que el amor todo lo puede, lleva a pensar que cualquier obstáculo que se presente a lo largo de las relaciones se puede superar, dichos obstáculos también pueden ser las manifestaciones de todo tipo de violencia (Villanueva et al., 2021). En ese sentido, podemos ver cómo Esmeralda se guiaba de esas nociones románticas, por lo que, aunque ella sentía malestar y a pesar de que intentó terminar la relación en repetidas ocasiones, siempre tenía la esperanza de que su novio cumpliera la promesa de que iba a cambiar. Por lo que fue difícil que se saliera del noviazgo violento.

Dicho lo anterior, podemos observar a través de las narrativas de las mujeres que, los mitos románticos se encuentran en todas partes, se aprenden desde las primeras etapas de la vida en los distintos espacios culturales y generan un gran impacto en la vida de las mujeres, ya que para ellas estos mitos se vuelven parte significativa en la construcción de ideales románticos de sus noviazgos. El problema de estas creencias no solo está en que genera decepciones y frustraciones cuando no se encuentra lo que se espera, sino que genera desigualdades que posicionan a las mujeres en un lugar de desventaja.

Asimismo, estos mitos culturales motivan la normalización de la violencia, ya que los mitos vislumbran las violencias disfrazadas de recompensas en torno al amor, lo cual complejiza la dificultad para alejarse de esos amores que desde el ideal social son experiencias llenas de felicidad y amor, lo que repercute que las mujeres perseveren en relaciones violentas.

2.4 Pasamos buenos momentos: No se romantiza la violencia, sino los momentos de placer y disfrute de la relación

En esta subcategoría encontramos que los noviazgos no solo estuvieron conformados por las prácticas violentas, sino que también a lo largo de la relación se compartieron momentos significativos, en los cuales las mujeres expresaron haberse sentido felices, llenas de amor y cariño.

Por ejemplo, Coral narró que en la experiencia de su noviazgo más significativo se presentaron diversos tipos de violencia como la verbal, física y psicológica, en las cuales su pareja transgredió a Coral en repetidas ocasiones. Sin embargo, ella también expresó que su relación no siempre estuvo conformada por violencia, ya que también hubo momentos de placer y disfrute en su relación en los cuales se construyó el vínculo afectivo con su pareja. Entre los momentos buenos que Coral narró fue cuando congeniaba con su pareja por medio de la música, ya que a través de las canciones se construyeron sentimientos de mucho cariño.

Entonces al principio era de que nos encerrábamos en el cuarto y en vez de tener relaciones estábamos cantándonos. Él me dedicaba una canción, yo le dedicaba otra canción, mi mamá a veces no nos dejaba salir y nos salimos, así dentro del carro poníamos música. Los momentos en los que él no estaba enojado o que no pensaba en insultarme era muy cariñoso (Coral, 22, primera relación; un año de noviazgo).

Esteban (2011) relaciona que, la música es parte del escenario de lo romántico, en el cual se genera todo tipo de emociones, sueños y pensamientos, los cuales son posibles. En ese sentido, podemos observar cómo la cultura atraviesa los vínculos y las relaciones de cada sujeto, ya que el amor romántico estructura respuestas emocionales en función de determinados acontecimientos, así como estructura metas o ideales acerca de lo que se desea crear y sentir con una pareja.

Por ejemplo, en la narrativa de Coral interpretamos que la música fue lo que permitió fortalecer el vínculo amoroso, ya que las canciones contenían pensamientos, sueños y emociones que la pareja anhelaba vivir en la relación afectiva. Es por ello que, para Coral le era difícil alejarse de su pareja, ya que eso implicaba abandonar todas esas emociones, ideales y experiencias buenas que vivió en ese noviazgo.

También, Rubí narró que durante el noviazgo que tuvo en la etapa de la secundaria se manifestaron distintos tipos de violencia, como: la violencia física, donde su pareja la agredió por medio de jalones; la violencia psicológica, ya que ella identificó que su novio la manipulaba y; violencia digital, cuando su pareja difundió fotografías íntimas de ella sin su

consentimiento. Sin embargo, Rubí también narró que pasó buenos momentos con su novio por lo que, cuando se terminó la relación, expresó haber sentido tristeza, ya que ese noviazgo significó su primer amor.

Me sentía, yo creo que me sentía muy triste je, porque yo creía que iba a ser como, no sé, cómo que pasamos buenos momentos dentro de la secundaria que no era como que realmente saliéramos, digo, estábamos muy chiquitos, muy chavos todavía jaja, pero era mucho esto de vernos en la escuela, de pasar tiempo en el recreo y pues no sé, lo romantizas, entonces si era “el mundo se me viene abajo”, “ay, mi primer amor”, “ay esto, ay lo otro” (Rubí, 21 años, dos meses de noviazgo)

Illouz (2012) señala que, cuando el amor no aparece en la realidad como lo anhelamos llega la decepción, porque ese ser que llega no responde a nuestras expectativas y, en consecuencia, deviene la decepción como un sentimiento difuso que puede prolongarse. Este sentimiento de decepción lo vemos en Rubí, ya que su expectativa se basaba en romantizar el primer amor, pero cuando empezó a vivir esa experiencia comenzó a desaparecer ese ideal dada la violencia vivida, por lo que expresó que “su mundo se le venía abajo” y le generó emociones de tristeza. Además, nos compartió que no solo la violencia estuvo presente, sino que también pasaba buenos momentos con su novio, por lo que ese ideal se reforzó.

Por otra parte, Azul narró que durante las tres experiencias de noviazgo pasó por distintos tipos de violencia, entre los cuales se presentó violencia sexual, violencia física y violencia psicológica. En consecuencia, de estas experiencias Azul hizo una analogía, en la cual ella expresó que en las tres experiencias de noviazgo sus parejas representaron dos novios diferentes, por un lado, una persona que la hacía sentir feliz, porque era buena pero, por otro lado, tenía un novio que la lastimaba y se convertía en un demonio.

Al principio son lo mejor del mundo, los hombres perfectos, el niño que te apoya, que está para ti y luego es ese demonio. Y siempre en los tres que me di cuenta, es que yo pensaba “tengo dos novios”, porque de repente tengo un novio que es súper lindo y de repente tengo un novio que es un demonio y que golpea esto o que me hace caras o que me dice de cosas y se sentía horrible, porque yo me sentía como una montaña rusa en el que de repente estoy súper feliz y de repente estoy tirada en el piso llorando (Azul, 22 años, primera relación: tres años de noviazgo; segunda relación: un año, siete meses de noviazgo; tercera relación: seis meses de noviazgo).

Los mitos del amor romántico suelen poseer gran carga de sentimientos y emociones, por lo que al crear y mantener esas creencias del amor dificultan ser resistentes al cambio (Bosch, 2007). Es así que, vemos en un principio cómo en las experiencias de Azul se presentó ese ideal del amor, en el cual ella identificó en sus novios a un hombre que es perfecto, que la apoya y esta para ella, es decir que, sí se cumplió esa construcción social que idealizó través

de esos cuentos y películas que vio a lo largo de su vida. Sin embargo, ese ideal se rompió cuando ese ser que tanto esperaba se transformó de repente en violencia, en eso que ella describió como demonio. Es por ello que, se genera una carga de emociones, ya que esa felicidad que sintió se convirtió en algo que la perjudicó.

Los ejemplos que hemos mencionado son algunas narrativas que representan la complejidad de los noviazgos violentos. Por un lado, observamos que las relaciones no solo constituyeron las experiencias de violencia, sino también hubo momentos “buenos o bonitos”, que son los que contribuyeron a reforzar los sentimientos de amor. Es por ello que, fue difícil para las mujeres alejarse de esas dinámicas o relaciones de violencia, así como también dificultó el proceso emocional para cuestionar la relación y considerar el distanciamiento de la pareja.

Por otro lado, observamos que la cultura emocional reforzó la idealización de la pareja, por lo que las mujeres no esperaban que en sus relaciones pudieran presentarse prácticas de violencia por parte de sus parejas y a consecuencia de ello se experimentaron diversos sentimientos como la frustración y la decepción, porque se rompió el ideal que tenían acerca de sus relaciones y los noviazgos en general.

Finalmente, esta categoría nos permite reflexionar que la violencia en el noviazgo no es un problema individual, es decir, una problemática de las mujeres y hombres quienes viven esas relaciones de violencias, sino que es una problemática social, porque se configura a partir de construcciones sociales de las nociones del amor basadas en discursos que reproducen expectativas ficticias y que pueden contribuir en la invisibilización y normalización de la violencia.

Capítulo III

3. Estrategias emocionales ante la violencia en el noviazgo: la perspectiva de las mujeres

Esta categoría abarca las diversas estrategias emocionales que utilizaron las mujeres para enfrentar la experiencia de un noviazgo violento, no sólo durante la relación, sino al término de ésta y aún después de tiempo de haber terminado la relación. Las estrategias emocionales las entendemos como una serie de prácticas que responden a las necesidades emocionales de cada mujer durante los distintos procesos por los que pasaron.

Para aproximarnos al análisis de las estrategias emocionales partimos del concepto de *elaboración emocional* de Hochschild (2008), este se entiende como el acto que intenta

producir una configuración o cambio en la emoción. Esta elaboración no pretende que se controle o evite las emociones, sino que tiene la finalidad de que se lleve a cabo una *actuación profunda* en la que por medio de un esfuerzo puede o no lograr su cometido. Lo que interesa en este sentido es la posición activa frente al sentimiento, debido a que no existen formulaciones ideales que guíen el intento. De tal manera que, la propia noción de la acción de intento sugiere que existe una posición activa frente al sentimiento.

Para el desarrollo del análisis, esta categoría se divide en dos: las estrategias emocionales centradas en el yo, es decir, las estrategias que se basan en una construcción individual y, en las estrategias emocionales centradas en los otros, es decir, las estrategias que surgen a partir del apoyo externo que las redes les brindan a las mujeres.

3.1 Estrategias emocionales de las mujeres centradas en el yo

Las estrategias emocionales de las mujeres centradas en el yo que observamos en las narrativas frente a diversos episodios de violencia en el noviazgo fueron las siguientes: el proceso de reconocimiento e identificación de las situaciones que les producían malestar; poner distancia o alejarse de sus novios al terminar la relación. Esta distancia fue tanto física, como en redes sociales; así como alejarse del círculo social de la pareja para evitar encontrarlo.

Otras de las estrategias emocionales de las mujeres fue reforzar sus redes de apoyo, buscando ayuda y retomando lazos sociales que se habían dejado durante la relación; retomar actividades y proyectos personales que también se habían abandonado, así como buscar apoyo profesional, especialmente terapia psicológica. A continuación, describimos los procesos de elaboración emocional o estrategias emocionales ante la violencia en el noviazgo a la luz de las experiencias de las mujeres que entrevistamos.

3.1.1 No era feliz: Reconocimiento de los malestares emocionales

Observamos en las narrativas de las mujeres que, experimentaron diversos malestares emocionales, debido a las prácticas violentas que ejercieron los novios contra ellas a lo largo de la relación. Entre estos malestares se encontraron emociones y sentimientos como la tristeza, irritabilidad y la infelicidad. Es por ello que, las mujeres recurrieron a la elaboración emocional para identificar el origen de esos malestares emocionales en sus vidas.

Por ejemplo, Rosa experimentó sentimientos ambivalentes en torno a su relación, que dificultaron el proceso de ruptura. Por un lado, experimentó el sentimiento de no querer

terminar la relación y arreglar las cosas, como una forma en la que manifestó lo que ella denominó su “apego” y “dependencia” hacia su novio. Sin embargo, por otro lado, también experimentó el deseo de terminar la relación, incluso expresó que “necesitaba dejarlo desde hace mucho”, porque se dio cuenta que desde hace tiempo ya no se sentía feliz en la relación.

...Me sentí como si eso no era real o como qué había sido una discusión más y que pronto se iba a arreglar ... pero pues en el fondo ya no quería... (Rosa, 21 años, dos años de noviazgo).

...era más mi apego, era más mí, digamos dependencia, que las ganas realmente de seguir ahí, [...]fue como un balde de agua de muchas emociones, de caer en cuenta que hace mucho tiempo no era feliz y que realmente necesitaba dejarlo desde hace mucho. (Rosa, 21 años, dos años de noviazgo).

En ese sentido, a partir de las diversas discusiones previas y su constante malestar durante la relación por las prácticas de violencia física, psicológica y verbal que realizaba su novio contra ella, Rosa identificó que su deseo de continuar la relación provenía de un apego emocional, ya que en el fondo no quería continuar con la relación, porque ya no se sentía feliz.

Es así que, como parte de una estrategia emocional, Rosa identificó estos sentimientos ambivalentes y llevó a cabo una elaboración de esas emociones, es decir, hizo un esfuerzo por posicionarse activamente en sus emociones y responder a sus sentimientos de infelicidad y a su deseo de no continuar en esa dinámica relacional, así que intentó alejarse de la violencia, por lo tanto, de su novio y de la relación que tenían. Para ello Rosa decidió terminar la relación, se esforzó para que fuera definitivo y que su novio no la volviera a buscar como en ocasiones anteriores a lo largo de la relación, para que así ella ya no tuviera la oportunidad de volver, como respuesta a su apego emocional.

Por otra parte, Esmeralda expresó que en su relación ya no se sentía bien, como consecuencia de las discusiones constantes que tenía con su novio, por lo que expresó que llegó a sentir tristeza, lo cual se volvió parte de su vida cotidiana. En ese sentido, el identificar las emociones le permitió cuestionar la relación e identificar que el noviazgo no tenía un futuro.

Yo creo que cuando me di cuenta de que ya lloraba cada semana, o sea, en serio, no había una semana en la que no llorara. Eh, teníamos muchas discusiones, yo sabía que no iba a terminar bien, ya no le veía futuro a esa relación (Esmeralda, 19 años, año y medio de noviazgo).

Hochschild (2008) plantea que, las emociones comprendidas desde la *imagen del yo sensible* tienen la capacidad de sentir y reflexionar en el sí mismo. Para que el yo pueda expresar el sentir, existe un *vocabulario emocional* que permite expresar malestares y tensiones. Por ejemplo, en la narrativa de Esmeralda observamos cómo a partir del entorno violento del

noviazgo se manifestaron discusiones, las cuales generaron en ella malestares emocionales que expresó a través de la emoción de tristeza y el llanto; estos malestares se conformaron como parte de su vida cotidiana. Es así que, al identificar su sentir, Esmeralda cuestionó la relación de noviazgo, por lo que podemos interpretar que eso dio paso a pensar en la posibilidad de alejarse de esas dinámicas violentas que no la hacían sentir bien.

También, Lila expresó que, en el transcurso del noviazgo violento se sintió irritable, dicho malestar emocional no fue identificado durante la relación, sino que fue un sentimiento reelaborado después del noviazgo. Asimismo, ella identificó en su narrativa que su pareja no le permitía expresar los sentimientos que le generaban irritabilidad. Posteriormente, cuando finalizó su relación señaló que experimentó sentimientos de alivio e identificó que, ya no estar en la relación le generó ya no sentir pesadez.

Estaba muy irritante, y no me percataba realmente lo que, la actitud que yo tenía por él ...eh, cuando se terminó, yo me acuerdo que, yo soy una persona que chilla por todo, eh si el perro lo atropellaron ya me pongo a chillar, así ríos, y yo me acuerdo que cuando terminé con él, no hubo ni una lágrima, de hecho, sentí quitarme un gran peso, sentí un alivio (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

Me irritaba muy fácil y entonces él también como que evitaba pelearnos y también si yo quería alejarme, él se acercaba mucho, no me dejaba alejarme (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

Esta narrativa nos permite observar que reconocer la violencia en el noviazgo es un proceso que lleva tiempo, ya que, desde la experiencia de Lila, ella no identificaba que el sentimiento de irritabilidad era resultado de las formas de control del novio. Asimismo, podemos interpretar que el malestar emocional de Lila no fue reconocido en primera instancia como consecuencia de la violencia, debido a la coerción que ejerció su pareja, quien no permitió que tomara distancia cuando las discusiones se hacían presentes en la relación, al contrario, cuando su pareja veía la manifestación de irritabilidad en Lila no le permitía tener su espacio.

Sin embargo, a pesar de las prácticas de control que ejerció su pareja, ella continuó elaborando el malestar emocional desde la actuación profunda; en un primer momento identificó la irritabilidad y, posteriormente, resignificó la experiencia de noviazgo al reconocer de dónde provenían los sentimientos que no la hacían sentir bien y de esa manera reconoció que ese malestar fue generado, porque su pareja la alejaba no solo del reconocimiento de sus emociones, sino también de las personas que la rodeaban. Como efecto de su elaboración emocional, Lila evocó sentir alivio cuando se alejó de su novio.

Es así que, podemos observar cómo a partir de las *elaboraciones emocionales*, las mujeres intentan de distintas maneras la evocación de su sentir y como resultado de ello se producen cambios. Dichos cambios permiten a las mujeres conectar con ellas mismas, reflexionar lo que sienten y así dar paso para cuestionar los noviazgos violentos.

3.1.2 *Lejos de ti*: Tomar distancia física

Para las mujeres fue necesario tomar distancia de sus parejas físicamente, como una estrategia emocional que les permitieron cuestionar las experiencias de noviazgo que estaban viviendo. Esta distancia se dio en distintos contextos, por ejemplo, algunas mujeres, compartieron que el confinamiento debido a la pandemia les permitió tomar distancia de las parejas, pero también hubo experiencias en donde cambiar de escuela les ayudó a alejarse de sus novios.

Por ejemplo, Rubí narró que el noviazgo concluyó debido a que su novio le expresó que sus sentimientos afectivos estaban dirigidos hacia otra joven. Sin embargo, siendo exnovios él continuaba buscando a Rubí con intenciones de ejercer prácticas de control sobre ella por medio acerca de seguir difundiendo sus fotografías íntimas. De modo que, Rubí identificó que cuando cambió de escuela logró romper la comunicación con su expareja, puesto que ya no había ningún contacto constante y eso le permitió también romper el vínculo afectivo.

Yo creo que realmente cuando se cortó el lazo fue cuando cambié de escuela y que ya pude, te bloqueo, te borro, no te sigo en insta no nada (Rubí, 21 años, dos meses de noviazgo).

De acuerdo con Rubí, el distanciamiento físico que se dio cuando se cambió de escuela, cumplió como una estrategia emocional que sirvió para cortar el lazo que tenía con su novio y de manera simultánea se alejó de la violencia por la que pasaba al estar con él; pero también de la violencia que pasaba en su escuela, con sus compañeros, a partir de la difusión digital de su vida sexual; con la finalidad de procurar su bienestar emocional. Además, esta estrategia emocional actuó como una forma de resistencia a la violencia, debido a que Rubí no permitió que su expareja continuara transgrediendo su vida privada a través de las amenazas. Desde el punto de vista de Alencar-Rodrigues y Cantera (2013), romper o terminar la relación es una manera de resistencia a través de la cual se busca rescatar la libertad por medio de mucho esfuerzo. Este esfuerzo lo vemos en Rubí, porque a pesar del contexto donde se presentaban prácticas de control hacia ella, recurrió a sus estrategias emocionales para alejarse de la violencia.

Por otra parte, Blanca narró que a lo largo de su segunda relación significativa se encontró en un ambiente que nombró como tóxico, ya que su pareja tenía problemas de alcoholismo y drogas. Blanca pasó dos años en ese entorno hasta que al llegar el confinamiento por la pandemia pudo tomar distancia física del noviazgo, lo cual le permitió elaborar sus emociones, es decir, le permitió tener un momento de reflexión con ella misma que la llevó a cuestionar la experiencia de noviazgo que estaba viviendo y en una actuación profunda evocó que, el noviazgo que estaba viviendo no era en realidad lo que ella quería.

Duré con él dos años, hasta que... es una de las pocas cosas que le agradezco a la pandemia, la verdad. La pandemia me hizo darme cuenta, al estar pensando en mí y estar como a solas con mi cabeza fue que me di cuenta de que pues no era la vida que yo quería (Blanca, 20 años, segunda relación: dos años de noviazgo).

Lagarde (2000), indica que, la soledad es necesaria para dudar acerca de la vida, del mundo, de lo que se cree y de lo que ya no se quiere seguir creyendo. En ese sentido, podemos observar a través de la narrativa de Blanca que, en su caso, el contexto de confinamiento le permitió encontrar un momento de soledad para fortalecer sus momentos de reflexividad y cuestionar no solo los sucesos violentos que vivió durante el noviazgo, sino que también empezó a reflexionar qué es lo que quería para encontrar su propio bienestar. Asimismo, la narrativa de Blanca nos permite observar que el proceso para llegar a la elaboración emocional no sucede de forma inmediata, ya que para evocar los sentimientos deseados le tomó varios intentos, puesto que, ella se encontró por varios años intentando expresar su sentir de no continuar en el noviazgo violento.

Otro ejemplo que da cuenta del proceso de la elaboración emocional fue la experiencia de Jade, ya que se observa en su narrativa que fueron varias ocasiones en la que su pareja recurrió a las expresiones amorosas, como decirle cosas “bonitas “para que ella continuara dentro de la relación violenta, por lo que Jade al identificar esas prácticas de manipulación, decidió recurrir a sus estrategias emocionales por medio de la distancia física para alejarse del noviazgo.

tiene una labia extremadamente muy buena porque me hacía... de repente me decía algo bonito y ya era cuando yo volvía a caer, pero ya llega un límite en el que ya no, y ya ahorita necesito alejarme de él (Jade, 22 años, cuatro años de noviazgo).

Hochschild (2008), señala que, cada persona es consciente de las discrepancias entre lo que uno siente en realidad y lo que quiere sentir. De manera que, en respuesta, el individuo puede intentar eliminar esa discrepancia que se le presenta elaborando sus emociones. Por ejemplo, podemos observar que Jade, por un lado, expresó que la respuesta afectiva de su pareja le

producía un sentimiento que correspondía al afecto hacia su pareja, cuando ella menciona: “me decía algo bonito y ya era cuando volvía a caer”. Por ello, en un primer momento accedió en continuar el noviazgo.

Sin embargo, podemos interpretar que existía una discrepancia emocional, ya que a pesar de las palabras amorosas de su novio existía una contradicción en las acciones de su pareja, lo cual generó en Jade el deseo de alejarse de él. De manera que, recurrió a sus estrategias emocionales al decidir alejarse de su pareja para elaborar sus emociones con el fin de hacer una reflexión que respondiera a la discrepancia emocional y de esa manera buscar su propio bienestar emocional.

Esto nos permite reflexionar la complejidad en la cual se encuentran muchas mujeres, ya que están en una constante lucha para enfrentar los discursos amorosos disfrazados de violencia. Desde sus estrategias emocionales resisten la violencia, intentando alejarse de sus parejas de distintas maneras, como en este caso, desde la distancia física, pero esto solo es una de muchas formas de resistir las violencias en el noviazgo.

3.1.3 *Lo borré de redes:* Distancia en las redes sociales

En esta subcategoría podemos observar que otra forma de estrategia emocional fue la distancia por medio de las redes sociales, lo que permitió a las mujeres romper con las interacciones virtuales, estas fueron a partir del “bloqueo” o “eliminación” de los novios en las redes sociales de las mujeres. Asimismo, este distanciamiento virtual no fue exclusivamente de la pareja, sino también de los conocidos de la pareja, lo cual les permitió alejarse de todo el entorno que tuviera una relación con el noviazgo.

Por ejemplo, Lila narró que, cuando identificó las prácticas de control de su novio a través de la manipulación emocional, decidió finalizar la relación de noviazgo. Es así que, decidió recurrir a estrategias, como bloquear a su exnovio y a los amigos de su ex novio; esa estrategia emocional le permitió a Lila distanciarse y no recibir más mensajes donde le pedían regresar con él. Estas acciones cumplieron como estrategias para resistir a la violencia que vivía en la relación y a aquello que le generaba malestar, como la relación de noviazgo y lo relacionado con él, como sus amigos. El distanciamiento le sirvió para llevar a cabo cambios en su vida sin la interferencia de su novio anterior, como terminar la relación e iniciar una nueva.

Tuve mensajes de sus amigos diciéndome que lo perdonara, que regresara con él, yo me acuerdo haberlo eliminado y bloqueado de todo (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

Hochschild (2008) indica que, para elaborar la emoción o el sentimiento basta con el solo hecho de hacer el intento para que se produzca un cambio, ya que eso habla de una posición activa frente al sentimiento. En ese sentido, podemos observar en la narrativa de Lila que, ella elaboró los malestares suscitados en el noviazgo, como la irritabilidad, cuando decidió recurrir a su estrategia emocional para intentar alejarse, ya que Lila al darse cuenta de las prácticas violentas que ejercía su novio hacia ella, decidió eliminarlo de redes sociales para no tener ningún tipo de contacto que tuviera que ver con el entorno de su pareja.

Otro ejemplo lo vimos en la narrativa de Esmeralda, cuando expresó que tomó la decisión de alejarse virtualmente de su exnovio, ya que después de haber finalizado la relación, él aún estaba presente en su vida por medio de las redes sociales. La estrategia emocional de distanciarse virtualmente surgió a partir de las reminiscencias de la experiencia del noviazgo violento que emergieron el día 8 de marzo (día internacional de la mujer), aunado a que ese día muchas mujeres expresaron su indignación y rechazo a la violencia de género. A partir de las reminiscencias, Esmeralda llevó a cabo una resignificación de la experiencia del noviazgo, al darse cuenta de que el noviazgo sí significó para ella una mala experiencia.

Me siento bien, cuando fue lo del 8 de marzo si me llegaban como que todos esos recuerdos, eh, pero fuera de eso creo que estoy segura, ya, lo bloquee de todas mis redes sociales y todo, porque pasó un tiempo en donde decía como bueno x, solo fue una mala experiencia, okey, podemos ser amigos, pero ver que interactuaba ahí en mis redes sociales con sus *likes* y todo eso, era como de “no, no lo hagas”. Entonces ya empecé eliminándolo, bloqueándolo. (Esmeralda, 19 años, año y medio de noviazgo).

De nuevo podemos observar lo que Hochschild (2008), refiere como *discrepancias emocionales*, ya que miramos desde la narrativa de Esmeralda que, el día 8 de marzo suscitó los recuerdos de su experiencia del noviazgo, en la cual estuvieron presentes diversas prácticas de control que le generaron miedo en varias ocasiones. Ese hecho provocó en ella una discrepancia, por un lado, pensó que podía continuar siendo amiga de su exnovio en redes sociales, sin embargo, las reminiscencias de la violencia le permitieron resignificar que ser su amiga no era lo que realmente quería. En consecuencia, de dicha resignificación realizó una *actuación profunda* de sus sentimientos, la cual generó una estrategia emocional para alejar totalmente de su vida a la ex pareja, incluyendo redes sociales, que fue la “eliminación” y el “bloqueo” en redes.

3.1.4 *Pensar en mí: Retomar actividades o proyectos personales*

Otra de las estrategias emocionales de las mujeres fue la reanudación de las actividades personales. Estas estrategias surgieron a partir del cuestionamiento del noviazgo violento, por lo que hubo casos en los que se retomaron actividades como: salir de nuevo con amigos, retomar actividades académicas y encontrar nuevos proyectos. Dichas actividades habían quedado en pausa por las formas de control que los novios habían ejercido hacia ellas, sin embargo, como parte de las estrategias emocionales de las mujeres, no abandonaron los proyectos que les generaban satisfacción.

Por ejemplo, Blanca narró que durante su segundo noviazgo significativo no solo estuvo presente la violencia que la pareja ejerció hacia ella, sino también un ambiente de drogas que pusieron en riesgo el bienestar de Blanca. Posteriormente, cuando decidió alejarse de dicho noviazgo, y entró a la universidad, conoció otros ambientes más sanos, como el ámbito académico, puesto que al entrar a una nueva etapa académica se le abrieron nuevas puertas para sus proyectos académicos futuros, lo que la motivó a pensar nuevamente en sus metas a futuro.

...pero creo que fue, principalmente, cuando entré a la universidad que poquito después terminé con la relación y se me empezaron a abrir muchas puertas y empecé a ver que mis compañeros de la carrera estaban, o sea, intelectualmente arriba, estaban muy cañones y yo estaba por los suelos y entonces me empezaba a preocupar mi futuro (Blanca, 20 años, segunda relación: dos años de noviazgo).

Es importante mencionar que, la narrativa de Blanca da cuenta de la influencia que tiene el entorno social para dirigir nuevas expectativas, ya que cuando ella se encontraba en el noviazgo violento estaba rodeada de un ambiente dañino, el cual repercutió en su bienestar emocional. Sin embargo, posteriormente, alejarse del ambiente violento del noviazgo, le permitió buscar nuevas oportunidades, posibles metas y proyectos. Como afirma Giddens (1997), se generan nuevas oportunidades para el desarrollo propio cuando el yo se desprende del pasado mediante diversas técnicas de liberación de hábitos emocionales opresivos. Es así que, las estrategias emocionales de Blanca, centradas en el yo, le permitieron reflexionar en torno a sus proyectos a futuro y de esa manera comenzar a generar nuevas oportunidades para buscar su propia satisfacción.

Desde otra perspectiva, Lila narró que al concluir el noviazgo violento retomó de nuevo sus proyectos y actividades personales, lo cual le hizo sentir libertad, ya que nadie controlaba lo que ella desea realizar, como sí pasaba en su anterior relación. Por ende, ella también reforzó sus lazos de amistad y familiares. En cuanto a sus proyectos, tuvo un mejor rendimiento académico, puesto que empezó a ser más atenta. Anteriormente, priorizaba su relación y eso le

impedía asistir a las clases.

La libertad de salir con más amigos, decirle a amigos que ya no les hablaba oigan vamos a vernos, salir ya a fiestas que yo quisiera, el hablar con mi mamá sin pelear tanto, porque de verdad parecíamos gatos, el mejorar mis calificaciones en la escuela, el rendimiento en mi escuela fue un gran cambio, porque estando con él faltaba mucho, casi no iba porque él era como de “vamos a tal parte” creo que cuando se terminó la relación sí me sentí más atenta a las clases y mis calificaciones subieron, entonces creo que fue más en la escuela (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

De acuerdo con Quintero (2020), las resignificaciones permiten la exploración de las habilidades que cada uno posee, así como de las capacidades que se tienen para salir adelante y seguir luchando por las metas. En este sentido, observamos que Lila la identificación de la manipulación que ejercía su novio hacia ella, le permitió resignificar el noviazgo, por lo que dio paso a cuestionarlo y alejarse de esa relación.

A partir de la resignificación del noviazgo, Lila decidió retomar sus habilidades y capacidades para salir adelante en la escuela y así mejoró su rendimiento académico. Asimismo, fortaleció la relación que tenía con su mamá, pero eso también se debió a que su estado de ánimo mejoró, ya que no se sentía todo el tiempo irritada como antes, producto del malestar emocional y psicológico que le producían las prácticas violentas de su novio. Además, retomó sus lazos de amistad que había dejado durante la relación a causa del control y la manipulación de su novio; todo esto muestra un notable cambio en su calidad de vida y en su bienestar emocional.

Por otra parte, observamos que las mujeres además de retomar sus actividades personales, hubo casos en los que surgieron nuevos proyectos, por ejemplo, en la narrativa de Violeta, después de haber pasado por muchas adversidades en consecuencia del noviazgo violento, decidió contar su experiencia de violencia en las redes sociales. Posterior a compartir su testimonio, ella empezó a recibir otros testimonios de mujeres que habían pasado por violencia de género, tal situación llevó a Violeta a involucrarse en acciones políticas desde el activismo feminista, lo cual es muestra de sus estrategias emocionales para resistir a la violencia.

Conté mi historia y se hizo viral y después de hacerse viral, llegó a muchos países de hecho. Muchas personas, miles de personas empezaron a mandarme mensajes diciéndome que: “Gracias a ti me di cuenta de que mi relación también está mal” ... (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Entonces yo ahí fue cuando me di cuenta que, yo ya me había adentrado un poquito en el activismo, y también por eso empecé a aprender como algunos conceptos por ahí (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Giddens (1997) plantea que, existe una reflexividad en el yo en donde constantemente el

individuo se interroga, es decir, se encuentra en autoobservación. Lo cual indica que el yo es un sistema de acción y no una entidad pasiva. Es así que, podemos observar desde la narrativa de Violeta que su yo no se mostró pasivo ante la violencia, así como otras mujeres, pasó por un proceso discontinuo, pues expresó que durante la relación no se sintió violentada, pero sí se sintió triste y enojada; lo cual da cuenta del trabajo emocional que pasó hasta el punto de cuestionar el noviazgo violento.

Cuando Violeta reconoció que la violencia estuvo presente en su noviazgo decidió evocar su experiencia de noviazgo por medio de un testimonio publicado en redes sociales. Compartir su testimonio le permitió resignificar la violencia, así como conocer otras situaciones por las que pasan las mujeres en consecuencia de la violencia de género; esto le abrió paso para recurrir a sus estrategias emocionales y buscar nuevos proyectos en el activismo feminista. Empezó a elaborar nuevas estrategias para continuar en el camino de la resistencia de la violencia de género, para ello se informó acerca del tema del feminismo y escuchó a otras mujeres que han pasado por situaciones de violencia.

Huggins (2002) señala que, la autonomía de las mujeres es una estrategia de transformación que permite el crecimiento personal y colectivo, cuestionando las diversas maneras que las colocaban en subordinación. Como se ve en las narrativas de las mujeres son sus estrategias emocionales las que reflejan la autonomía que les permite continuar con sus proyectos y metas, lo cual habla de su resistencia ante los contextos de violencia.

3.1.5 *Empecé a tomar terapia: Buscar apoyo profesional*

Dentro de esta subcategoría, se observa cómo a partir de los malestares emocionales manifestados en consecuencia de las violencias en el noviazgo las mujeres decidieron buscar ayuda profesional. Esto permitió a las mujeres fortalecer estrategias que les permitieron enfocarse en sí mismas y resignificar la violencia en el noviazgo.

Por ejemplo, Blanca cuando se alejó del segundo noviazgo violento decidió buscar apoyo psicológico, es importante mencionar que, el apoyo profesional no solo lo buscó en el último noviazgo, sino también cuando finalizó la primera relación. Podemos observar que las experiencias de violencia le causaron malestares emocionales, porque expresó que había cambiado su forma de ser, pensar y sentir; al identificar que no se sentía bien recurrió a sus estrategias emocionales para buscar un espacio de escucha que le permitiera procesar sus sentimientos.

A partir de eso, como a la semana empecé a ir otra vez a terapia y empecé a buscar como las razones del por qué me había metido yo en esas cosas, por qué me había descontrolado tanto, pues no sé, por qué había cambiado tanto mi forma de ser, por qué había cambiado yo mi forma de pensar, mi forma de ser, de sentir, todo... (Blanca, 20 años, segunda relación: dos años de noviazgo).

Blanca identificó que la terapia le permitía enfrentar situaciones que le generaban conflicto, en ese sentido, podemos observar su trabajo de *elaboración emocional*, ya que a partir de la autoobservación acerca de sus malestares que se produjeron en consecuencia de la violencia vivida, decidió recurrir a su estrategia emocional por medio de la búsqueda de ayuda profesional para lograr su propio bienestar.

No obstante, Illouz (2012) indica que, el ser emocional se suele pensar o analizar a partir de la individualidad, sin embargo, en cuestión de las emociones no se trata de un tema ligado a los principios tradicionales que responsabilizan a los actos individuales -infancias disfuncionales o falta de autoconocimiento psíquico-, sino a un conjunto de tensiones y contradicciones culturales que constituyen al yo.

Es por ello que, la narrativa de Blanca nos permite reflexionar acerca de la individualidad en torno a la violencia en el noviazgo, ya que nos compartió que buscaba a través del apoyo profesional las “respuestas del por qué se había descontrolado”. No obstante, no se trató de un problema del yo de Blanca o un problema de *autoconocimiento psíquico*, sino que fue en consecuencia de las tensiones que surgieron a partir de la experiencia del noviazgo violento. Es decir que, la experiencia no se limita a un problema de la pareja, sino más bien de un problema social que está basado en la desigualdad y, por ende, reproduce la violencia. Sin embargo, Blanca cuestiona este posicionamiento social, debido a que le suscita malestares emocionales.

Por otra parte, Esmeralda decidió enfrentar la ruptura y las consecuencias de la violencia en el noviazgo que vivió, especialmente en sus emociones, a partir de la búsqueda de una red de apoyo terapéutico. La terapia le permitió a Esmeralda resignificar su experiencia de violencia en el noviazgo, producto de ello también le permitió hacer una reelaboración de sus emociones, resignificando el sentimiento de culpa que tenía, a pensar que no fue su culpa lo que vivió.

En ese sentido, la resignificación se convirtió en un proceso que le permitió a Esmeralda dar nuevo sentido a la violencia que había vivido y así le dio un nuevo valor a su realidad (Quintero, 2020). Es así que, la resignificación de su experiencia que trabajó en terapia le ayudó también a mejorar su calidad emocional, a no engancharse con el pasado, a no culpabilizarse, a ver su

experiencia como un aprendizaje; de modo que el recuerdo de la violencia ya no le produjera ansiedad, consecuencia de la violencia vivida en el noviazgo

Siempre me culpé, pero la psicóloga me hizo ver que no fue mi culpa. Que sí, ahorita lo puedo ver como algo que estuvo mal, pero yo no soy la misma conmigo como era antes, por madurez ya sé poner altos y me ayudado; por lo menos ya puedo contar como la historia sin tener ataques de ansiedad, porque me llegaban a dar ataques de ansiedad, ya es como un recuerdo que sí voy a tener, pero es como un aprendizaje para no caer en lo mismo (Esmeralda, 19 años, año y medio de noviazgo).

El tratamiento psicológico, tiene el objetivo de validar las experiencias de cada persona y fomentar la propia independencia, a partir del fortalecimiento de estrategias que dirijan al individuo en una posición de mayor toma de decisiones, de modo que se logre recuperar el control de su vida (Matud et al., 2005). En este caso, podemos interpretar que la terapia le ayudó a Esmeralda a validar la experiencia que vivió, resignificando la culpa que sentía, y a recuperar el control de su vida al deshacerse de la ansiedad que le generaba el sólo hablar de lo que vivió.

Sin embargo, las mujeres no siempre reciben el apoyo psicológico que buscan, ya que hubo narrativas particulares en donde el apoyo que buscaron no fue una buena alternativa. Por ejemplo, Violeta narró que no fue buena su experiencia al acercamiento del apoyo psicológico, porque el terapeuta guió su experiencia violenta hacia un discurso de revictimización.

Empecé a ir, pero empecé a ir con un psicólogo hombre que la verdad fue muy feo, porque me acuerdo que una de las primeras sesiones yo le empecé a contar, a mencionar las cosas y él me hizo un comentario[...] él pensaba que solamente estaba ahí por el sexo, no sé y en ese momento si me quedé como “No”; ya de ahí, fui como otras dos o tres sesiones más, pero la verdad es que no. Una vez que te adentras en el mundo del feminismo y demás, empiezas a identificar muchas cosas que dices “Verga, pues este psicólogo no tiene perspectiva de género” (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Podemos observar desde la narrativa de Violeta que, a pesar de que no encontró el apoyo que buscaba, ella recurrió a otras estrategias emocionales para rechazar el discurso del terapeuta y decidió alejarse de otro espacio que reproducía la violencia. Esto da cuenta de las resignificaciones de Violeta, que le permite cuestionar las nociones sociales para generar nuevos discursos que permiten visibilizar a la violencia.

Finalmente, podemos reflexionar que las estrategias emocionales de las mujeres centradas en el yo fueron un proceso discontinuo por el que pasaron, a través de varios intentos para alejarse del noviazgo. El proceso para el cuestionamiento de la violencia llevó su tiempo, puesto que, se manifestaron discrepancias emocionales, debido a que las mujeres enfrentaron las prácticas

violentas que les generaron malestares emocionales y al mismo tiempo a los sentimientos amorosos que las parejas les externaron. Por lo que ellas tuvieron que enfrentar la discrepancia para encontrar el propio bienestar emocional.

Asimismo, el surgimiento de las estrategias emocionales de las mujeres se dio por medio de una reflexividad profunda, que les permitió interrogar la violencia que las estaba perjudicando, es así que el yo se puso en acción para enfrentar la situación. Por lo que ellas recurrieron a la búsqueda de apoyo para fortalecer sus estrategias emocionales, como tomar distancia de la violencia, retomaron actividades que habían dejado como consecuencia del noviazgo violento y buscaron cambios en sus vidas que les permitieran encontrar lo que en realidad querían para ellas mismas.

Dicho lo anterior, muestra que las agencias de las mujeres se mostraron en acción de cambio, lo cual rompe con la norma social que se basa en la sumisión de las mujeres. Al contrario, las mujeres buscaron formas de resistir la violencia a la que la sociedad las orilló por las bases de desigualdad de género. Es por ello que las mujeres no son víctimas, no son pasivas a la violencia, ya que ellas actuaron y cuestionaron a la violencia a lo largo de un proceso discontinuo, puesto que para reconocer a la violencia lleva su tiempo, suscita contradicciones y emociones encontradas.

3.2 Estrategias emocionales centradas en los otros: redes de apoyo

Las estrategias emocionales centradas en los otros abordan el papel que tuvo la sociedad en la experiencia de las mujeres para enfrentar la violencia en el noviazgo y el impacto que tuvo en las mujeres que vivieron violencia para poder llevar a cabo la elaboración emocional. Asimismo, en este apartado no se pretende ver a las redes de apoyo desde una perspectiva polarizada, como un buen o mal papel, sino desde los claroscuros que se llegaron a presentar en la familia y en las amistades de las mujeres frente a las situaciones de violencia en el noviazgo.

En esta categoría se muestra que, una de las estrategias emocionales de las mujeres fue acudir a sus familiares y amigos en búsqueda de apoyo para enfrentar la experiencia violencia en el noviazgo, durante y después de la relación. Sin embargo, las respuestas que obtuvieron por parte de sus redes de apoyo fueron cruciales en la forma de elaborar sus emociones en torno a la problemática de la violencia, lo que repercutió en el mejoramiento de su estabilidad

emocional o en el mantenimiento de un estado de malestar constante. Dado que, en algunos casos se brindó el apoyo por medio de la confianza y el espacio de escucha sin juicios.

En otros casos se manifestó interés por parte de las redes de apoyo, pero no brindaron la confianza que buscaban las mujeres, ya que expresaron juicios y recriminación por la violencia que vivían o vivieron en el noviazgo, por lo que decidieron alejarse de sus redes, no obstante, al término de la relación hubo varios casos en los que las mujeres retomaron esos lazos sociales y eso contribuyó en las elaboraciones emocionales respecto a la violencia vivida.

3.2.1. Ya déjalo: Las redes de apoyo visibilizan la violencia

En las narrativas de la violencia en el noviazgo que analizamos, se presentaron casos en los que la violencia fue visibilizada por las amistades o familiares de las mujeres. A lo largo de las narrativas pudimos observar que en la mayoría de los casos la violencia fue visibilizada a partir del reconocimiento del malestar experimentado por las mujeres, pero al mismo tiempo hubo manifestaciones de rechazo por parte de amistades y familiares contra las prácticas violentas y en contra de que las mujeres continuaran en la relación.

Como podemos ver a continuación, en el caso de Rosa, Esmeralda y Violenta, ellas en un principio se acercaron a sus amistades para hablar acerca de lo que les causaba malestar en el noviazgo. Las tres coinciden en que sus amistades respondieron con reprobación hacia las prácticas violentas que ejercían sus novios y en el caso de Rosa, le comentaban acerca de las prácticas que observaban en su novio que les parecían inadecuadas, sin embargo, en los tres casos sus amistades comenzaron por aconsejarles y después por demandarles que terminaran la relación. En consecuencia, Rosa y Esmeralda optaron por alejarse de sus amistades y dejar de contarles lo que les pasaba, ya que en ese momento ellas no significaban las prácticas de sus novios como violencia y tampoco querían terminar la relación por el vínculo afectivo que tenían con ellos.

Al principio si lo contaba y después me lo empezaba a guardar por miedo a que, pues me criticaran, a que supieran qué pues lo estaba yo permitiendo, a que él no había cambiado como lo había prometido... (Rosa, 21 años, dos años de noviazgo).

Con muchas personas conté, pero yo misma me fui alejando de esas personas debido a que no quería aceptar la realidad, en el momento no me daba cuenta y sentía como qué me estaban hablando mal de él, como qué no les caía bien y le tenían saña, entonces las personas que me llegaban a aconsejar era como de “ya por favor déjalo te hace mucho daño” y yo como de “están en contra de él y no saben lo bueno que es” y entonces, si, muchas veces me llegué a alejar. (Rosa, 21 años, dos años de noviazgo)

Con mis papás nunca he tenido una relación muy cercana, y entonces esa no era la opción. Y con mis amigos pues siempre me decían lo mismo de “no pues ya terminalo”. O sea, como que era la única opción y yo no quería terminarlo. Entonces era como de “no, ya no les digo nada” Entonces me cansé de intentar hablar con alguien de que me escuchara, entonces preferí “que pase lo que tenga que pasar” (Esmeralda, 19 años, año y medio de noviazgo).

En el caso de Violeta, sus amistades al ver que ella no quería dejar a su novio, optaron por distanciarse de ella para no seguir presionándola con la idea de dejar a su novio, pero al mismo tiempo le quitaron el apoyo emocional en cuanto a que no quisieron seguir al tanto de lo que seguía pasando Violeta en el noviazgo y por ende de cómo esto la afectaba.

...Porque sí les empecé a contar al final de la relación que pues no estaba chido y que me hacía llorar mucho. O sea, no sabían de la agresión física, pero sabían de la violencia emocional que ejercía sobre mí; entonces ellas ya no lo querían y eran como “ya déjalo, ya déjalo”, o sea, incluso ellas se distanciaron de mí, porque se hartaron de ver que yo no quería dejarlo y era como “bueno, te vamos a dar tu espacio, no vamos a apoyar esa relación, no te vamos a decir qué hacer, pero tampoco esperes que estemos viendo cómo te destruye. Y ya después, cuando se enteraron de lo que había pasado, todo mundo me iba a visitar a mi casa, todo mundo era como, “pues aquí me tienes cuando quieras hablar, cuando quieras llorar”, o sea, realmente tuve una red de apoyo muy fuerte (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

El apoyo social consta de un conjunto de relaciones interpersonales que permiten mantener o mejorar el bienestar material, físico y emocional (Huenchuan y Sosa, 2002). Sin embargo, de acuerdo con Rodríguez et al. (2018), los sentimientos de vergüenza o miedo por la violencia vivida impiden que las mujeres se acerquen a contar lo que están pasando o aceptar ayuda. Así como lo vemos en las experiencias de Rosa y Esmeralda, quienes decidieron dejar de apoyarse en sus amistades, porque temieron ser juzgadas por no cumplir con sus demandas acerca de terminar la relación. Cabe mencionar que el hecho de que sus amistades les demandaran insistentemente que terminaran la relación, también influyó para que las mujeres se sintieran responsables de la violencia que estaban viviendo, como se observa en la narrativa de Rosa cuando mencionó que dejó de contarles lo que vivía en el noviazgo por el miedo de que la criticaran porque ella estaba permitiendo esa violencia, dado que su novio no había cambiado aún.

Al respecto, Trotter y Allen (2009), aluden a que las respuestas negativas por parte de la red social son: culpar a la persona afectada por la violencia vivida, minimizar sus sentimientos, criticar sus decisiones, dar consejos de lo que deberían haber hecho, alentarlas a mantenerse en la relación de maltrato y facilitar el contacto de la persona afectada con la pareja agresora. En este sentido, podemos reflexionar que, por un lado, la respuesta de las amistades de las mujeres fue acertada, porque mostraron interés por su bienestar, así como les hicieron notar a las mujeres las prácticas violentas que observaron en sus novios y que no tenían que tolerar dichas

prácticas, como una alternativa para salir de las violencias y cesar con el malestar producido por la violencia.

Por otro lado, también podríamos considerar que las respuestas de sus amistades no fueron del todo acertadas, ya que más que consejos, les demandaban terminar la relación y con ello contribuyeron al distanciamiento de las mujeres. Podemos interpretar que no tomaron en cuenta la complejidad del noviazgo en el que se encontraban las mujeres, ya que no sólo se presentó el malestar por las prácticas violentas, sino que también experimentaron sentimientos de amor, además de que tenían la esperanza de que sus novios cambiaran, razones por las cuales en esos momentos ellas no consideraron el término de la relación como la mejor ni la única opción para terminar con la violencia y el malestar que esta les generaba.

En cambio, en la narrativa de Azul se presentó una experiencia diferente en la forma en la que sus amistades visibilizaron la violencia, ya que no le exigieron que enfrentara la situación de violencia de determinada manera, sino que hablaron con ella, la cuestionaron respecto a su relación y le plantearon una perspectiva diferente acerca de la relación en cuanto a que su novio fuera cristiano y de su deseo de ser salvada a través de pertenecer a una religión. En este caso, Azul no mencionó haberse distanciado de sus amistades cuando cuestionaron la relación, esto pudo deberse a la forma distinta en la que comunicaron su interés por el bienestar de ella, dado que no la veían feliz, así como la forma en la que le expresaron ideas diferentes en torno a los ideales que Azul tenía acerca de su novio.

De esta manera, la visibilización de la violencia y de la presencia de perspectivas diferentes acerca de la relación y de su novio, le permitió a Azul cuestionar y replantearse a ella misma en la relación, por lo que decidió ir a terapia como una estrategia emocional y también reformuló la idea de que no necesitaba un hombre.

Fue gracias a dos chicos de ese trabajo que se sentaron a platicar conmigo y me dijeron “A ver, ¿por qué andas con este chico?”, y yo les decía, porque es el chico que me ayudó es cristiano, no me va a hacer daño y ellos me decían: “No, es que no te vemos feliz” y me dijeron que el ser cristiano el pertenecer a una religión no te ayuda a salvarte de esa tristeza que tú tienes, o sea nada más te estás queriendo hacer mensa. Fue gracias a ellos que salí de tantas burbujas y que decidí ir a terapia, que decidí vivir realmente mi vida y decidí pues fortalecerme sin necesidad de tener a un hombre (Azul, 22 años, segunda relación: un año, siete meses de noviazgo).

En otros aspectos, a pesar de que la forma en la que las amistades y familiares de las mujeres visibilizaron la violencia provocó, en un principio, que las mujeres se distanciaran, el hecho de que la violencia ejercida por sus novios fuera visibilizada también provocó cambios en la

manera en la que las mujeres enfrentaron el noviazgo, ya que cuestionaron las prácticas violentas. Como podemos ver a continuación, en las narrativas de Rosa y Coral, ambas cuestionaron las prácticas violentas y eso también dio pauta para que repensaran la relación y lo que no querían seguir viviendo en ella.

...a pesar de que lo quería negar y a pesar de que según yo decía que, pues todos le tenían mala fe, todo lo que me decían si se me quedaba y algunas veces cuando discutíamos, no le decía como tal esta persona dice esto de ti pero si recordaba lo que me decían y le decía a él eso es violencia [...], le decía "oye no tienes por qué decir que invento cosas y creo que esto ya me está cansando" entonces sí creo que de poquito a poquito fue entrando en mi la idea de que estaba mal (Rosa, 21 años, dos años de noviazgo).

“No mames, mi familia ya no quiere que esté contigo, y yo ya no quiero estar con una persona que me trate así”. (Coral, 22 años, primera relación: un año de noviazgo) [...] Y a mí mi familia ya no me hablaba, mi abuelita y mi abuelito eran que no me dirigían la palabra, mi mamá tampoco. [...] yo iba antes de que empezaran a comer, entonces llegué a un punto donde dije, “ya no puedo estar con una persona que hace que todos me odien”. Bueno, no tanto que me odien, pues ahora los entiendo, imagínate el coraje de ver que a tu hija la traten mal, pues ni modo que la vas a premiar (Coral, 22, primera relación: un año de noviazgo).

De acuerdo con Huerta (2021), el apoyo que reciben las mujeres de sus amistades no necesariamente implica ayudar a que se desvinculen totalmente de sus novios, ya que como Rosa, Esmeralda, Coral y Violeta, buscaron apoyo de sus amistades, generalmente para hablar acerca de lo que estaban viviendo y muchas veces la respuesta provocaron su distanciamiento, en consecuencia, el distanciamiento por parte de las mujeres o de las redes, impidió que las mujeres pudieran apoyarse en sus amistades durante el noviazgo violento.

3.2.2 *Me lo hubieras dicho*: Las “redes de apoyo” que silencian la violencia

Es importante destacar que no en todas las experiencias la violencia del noviazgo fue visibilizada por las redes de apoyo; esto trajo repercusiones distintas en las experiencias de las mujeres; este fue el caso de Lila y de Azul en su segunda relación. En su caso podríamos decir que sus amigas, en el caso de Lila y la mamá de Azul como red de apoyo, mantuvieron un papel pasivo durante el noviazgo, ya que observaron las prácticas violentas por las que estaban pasando, como la manipulación o prácticas que la mamá de Azul identificó como machistas. Sin embargo, a pesar de que observaron e identificaron la violencia, durante la relación no se los hicieron saber, en el caso de Lila, por temor a crear un malentendido que pudiera afectar su amistad.

Cuando terminó esta segunda relación, mi mamá sí me comentó que ella sí había visto machismo en este chico y que no me había comentado, porque me veía pues tranquila con él y no quería volver a sacar el tema de “Ay otra vez estás con alguien que te puede hacer daño”.

Pero fue hasta el final que me comentó, de hecho, no me comentó cuando terminó la relación, me comentó como un año después, un año y cachito después. “Ay qué bueno que terminaste con él, porque era un machista y hacía esto, esto y esto” Ay gracias por decirme apenas (Azul, 22 años, segunda relación: un año, siete meses de noviazgo).

Mis amigas... una de ellas si me dijo como “es que yo si te lo quería decir, pero nunca pude porque sabía que estabas tan manipulada que me daba miedo, que, si yo te decía, ibas a creer que era porque él me gustaba o algo” y yo de no, me lo hubieras dicho y las dos amigas que yo tenía en ese tiempo eran las que decían que no, que precisamente para evitarme un problema con él o por la manipulación que tenía no me decían las cosa (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

Empero, de las narrativas es importante destacar que, tanto Lila como Azul habrían preferido que sus redes les hubiesen compartido lo que observaban acerca de las prácticas violentas que, durante la relación, Lila y Azul no notaban y no se dieron cuenta de ello hasta después de haber experimentado más situaciones de violencia que para ellas se volvieron más evidentes. Como afirman Richards y Branch (2012), se ha demostrado que cuando las mujeres que viven violencia reciben apoyo por parte de sus amistades, los niveles de violencia en el noviazgo son menores. En cambio, de acuerdo con Homer et al. (1985), el aislamiento de las redes de apoyo por parte de las personas que viven violencia se ha asociado con el aumento en la severidad de la violencia en la pareja.

A partir de las narrativas de Lila y Azul, hemos podido observar que sí hizo la diferencia que las redes de apoyo visibilizaran la violencia a cuando aún no lo habían hecho, o no lo hicieron. En el caso de Lila, ella identificó las prácticas de manipulación por sí sola cuando descubrió las mentiras de su novio y fue en ese momento que Lila cuestionó dichas prácticas y tomó la decisión de salir de esa relación definitivamente.

En el caso de la segunda relación significativa de Azul, pudimos observar que empezó a notar las prácticas violentas de su novio cuando las personas de la comunidad de la iglesia le dejaron de hablar, porque su novio se los había prohibido. No obstante, tuvo un efecto distintivo en Azul cuando sus compañeros de trabajo se acercaron para hablar con ella acerca de lo que observaban en relación a las prácticas violentas y acerca de cómo la veían emocionalmente, ya que de algún modo esto le permitió poner en perspectiva lo que ella ya había empezado a notar y confirmarlo, no sólo las prácticas violentas, sino también acerca de cómo se sentía ante la violencia en el noviazgo.

De esta manera, podemos reflexionar que no actuar ante la violencia observada en el noviazgo, así como no hablar de ella, es una forma de silenciar la violencia que contribuye a que se siga

reproduciendo, incluso a que se potencialice, al mismo tiempo que contribuye a que estas prácticas continúen perjudicando el bienestar y la calidad de vida de las mujeres que lo viven.

3.2.3 Buscar y reforzar las redes de apoyo para enfrentar la violencia en el noviazgo

En esta subcategoría se pretende estudiar la influencia e impacto que tienen las redes de apoyo para la superación de la experiencia de violencia en la relación de noviazgo, especialmente cuando las mujeres son quienes buscan el apoyo de sus redes. Para este análisis es importante tener en cuenta que la respuesta que reciben las mujeres de sus redes de apoyo puede repercutir de forma importante en su bienestar emocional. Asimismo, influirá en el difícil proceso para alejarse de un noviazgo violento y retomar la propia vida fuera del mismo.

En la mayoría de las experiencias, fue al término de la relación que las mujeres retomaron o crearon nuevos lazos de amistad. El interés de las mujeres por retomar lazos de amistad fue una forma de elaborar sus emociones que, les sirvió para mejorar su calidad de vida, ya que sus amistades significaron un sostén emocional importante. Todas las narrativas coincidieron en que al término del noviazgo pasaron por un proceso emocional complejo, en el cual, por un lado, se llegaron a sentir libres, pero, por otro lado, también se llegaron a sentir tristes y culpables, en su mayoría, mencionaron que se sintieron deprimidas o que cayeron en depresión.

En el caso de Blanca, Rosa y Violeta, podemos observar que buscaron apoyo en sus redes después de haber terminado la relación. De acuerdo con las siguientes narrativas, el acercamiento de las mujeres a sus redes de apoyo fue una experiencia positiva ya que, volver a relacionarse con sus amigos o formar nuevos lazos de amistad, las hizo sentir libres y fueron un apoyo para enfrentar la depresión por la que estaban pasando.

Estaba como muy shockeada de todo lo que me había hecho y, obviamente, conforme fueron pasando las terapias, conforme fui ganando a mis amigos de nuevo, me sentí libre, dije “Ay por fin, ya nadie va a estar atrás de mí como perrito” Entonces salí con mis amigos de nuevo a todos lados... (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo).

Sí, mis amigos. Mis amigos fue lo que más me ayudó, mis amigas me ayudaron demasiado. Yo había un poquito en depresión, bueno no sé si como depresión, pero estaba como muy desganada [...] El recuperar a mis amigos fue grandioso (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo).

Cuando yo decidí terminarlo se acercaron a mí para ver cómo estaba, porque caí también en una depresión muy fuerte cuando terminamos entonces fue como que toda la gente se volvió a acercar a mí y creo que eso también me ayudó mucho a pues ya no querer regresar (Rosa, 21 años, dos años de noviazgo).

Y ya después, cuando se enteraron de lo que había pasado, todo mundo me iba a visitar a mi casa, todo mundo era como, “pues aquí me tienes cuando quieras hablar, cuando quieras llorar”, o sea, realmente tuve una red de apoyo muy fuerte (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Tuve una nueva red de apoyo de mis amigas, mis mejores amigas que siempre han estado ahí y las voy a amar para siempre por eso y empecé a hacer nuevas amigas gracias al movimiento feminista también, que también cuando yo, me daban nuevamente mis bajones, les mandaba mensajes y siempre me acuerpaban y era como: “No bebé, tú vas a estar bien, aquí estamos para ti, lo que tú necesites, es más si un día quieres besar a alguien, bésame a mí”, ya sabes cómo esos chistecitos (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Hochschild (2008) plantea que, las circunstancias sociales influyen en la expresión de las emociones, por lo tanto, también guían nuestras maneras de etiquetar, interpretar y manejar las emociones. Es por esta razón que el apoyo de las redes de las mujeres fue fundamental en su experiencia, si consideramos que, en la narrativa de las mujeres, el apoyo de sus amistades les ayudó a elaborar sus emociones de forma que mejoró su estado de ánimo durante el proceso emocional por el que pasaron después de la relación, donde experimentaron sentimientos de tristeza, falta de ánimo y motivación para realizar actividades, así como extrañar a sus novios, aunados al deseo de volver a buscarlos, lo cual, dadas las prácticas violentas, representaba un riesgo para ellas. Es así que, el que sus amistades las ayudaran a mantenerse alejadas de sus novios, por lo tanto, de la violencia, también fue una forma distinta de ayudarlas a elaborar sus emociones, a partir de intentar cambiar el grado del deseo de volver a buscarlos, para que en lugar de llevar a cabo su deseo y buscarlos, las amistades les ayudaron a intentar suprimirlo¹², por medio de estrategias como escucharlas y reconocer y validar sus emociones.

De igual forma, Giddens (1997) plantea que, existe una reflexividad en el yo en la cual constantemente el individuo se interroga, es decir, se encuentra en autoobservación. Esto indica que el yo es un sistema de acción y no una entidad pasiva. En ese sentido, el intento de las mujeres por suprimir el deseo de buscar a sus parejas partió de una autoobservación con base en la cual las mujeres interrogaron ese sentimiento de deseo en relación con el sentimiento de rechazo por la violencia vivida. A partir de esta autoobservación las mujeres llevaron a cabo estrategias centradas en sus amistades para intentar suprimir ese deseo; como observamos en las narrativas, lo hicieron por medio de la convivencia con sus amistades, es decir, buscar, salir y platicar con sus amistades. Esto les permitió mantenerse seguras emocional y físicamente.

¹² De acuerdo con Hoshild (2008), la supresión consiste en elaborar una emoción dirigida a un sentimiento no deseado que en el inicio está presente, como lo fue el deseo por buscar a sus exnovios. La elaboración de las emociones no se trata de controlar o evitar las emociones, sino de realizar un esfuerzo por cambiar el grado o calidad de una emoción o un sentimiento.

Finalmente, podemos considerar que retomar los lazos de amistad y recibir apoyo de sus amistades influyó en el proceso de elaboración emocional de las mujeres en torno a la relación violenta. Por ejemplo, como mencionó Blanca, al salir de la relación ella se sintió en estado de shock, desganada, como si estuviera deprimida y recuperar a sus amigos para ella significó algo importante y la influyó de manera positiva en el procesamiento de sus emociones, ya que la hicieron sentir mejor; pasó de un estado de shock y tristeza, a experimentar un sentimiento de libertad. Aquí vemos cómo las emociones son relacionales, es decir, se construyen en la relación con el otro y por ello son fundamento del lazo social.

3.2.4 *Yo te apoyo en todo lo que tú hagas*: La familia y las amistades como fuente de confianza

A lo largo de las narrativas hemos podido observar que, fue más común que las mujeres se acercaran a sus amistades para hablar de los conflictos a los que se enfrentaban durante la relación. En cambio, en la mayoría de las experiencias, las familias no solían estar involucradas en los noviazgos de las mujeres; no conocieron a las parejas de las mujeres y tampoco supieron acerca de la violencia que vivieron sino hasta terminado el noviazgo. Sin embargo, hubo casos en los que las mujeres sí recurrieron a sus familiares en búsqueda de ayuda frente a la violencia vivida en el noviazgo.

Cabe mencionar que la respuesta que reciben las mujeres cuando deciden buscar ayuda y acercarse a sus familiares es de suma importancia, ya que esto puede repercutir positiva o negativamente en su bienestar emocional durante el difícil proceso que implicó salir del noviazgo violento y retomar la propia vida fuera de una relación de pareja. A continuación, se presentan dos casos diferentes, uno donde los familiares brindaron respuestas asertivas, a partir de las cuales generaron confianza en la mujer para acercarse a pedir apoyo.

Por ejemplo, en el caso de Blanca, el apoyo por parte de su familia estuvo presente durante y después de la relación. En la narrativa de Blanca podemos observar que a pesar de que no se acercó a su familia cuando vivió violencia sexual, durante el noviazgo, su mamá fue quien constantemente le recordó que contaba con su apoyo.

La mamá de Blanca estuvo presente como red de apoyo, le hacía saber que contaba con ella. Aunque durante la relación, Blanca decidió no apoyarse en ella, por la dificultad que le causaba contarle lo que estaba viviendo. No obstante, como podemos observar en la siguiente narrativa,

su mamá se preocupaba por ella y constantemente le recordaba, de alguna manera, que podía contar con ella si lo necesitaba.

A lo mejor mi mamá era la que más estaba, no sé si pendiente, pero sí sabía que él tomaba y fumaba y creo que lo de las drogas no, pero creo que con que tomará mucho era suficiente. Siempre me decía: “Ay por favor cuídate mucho, cualquier cosa márcame, no salgas tan tarde...”, o sea mi mamá siempre intentaba que yo me cuidara mucho (Blanca, 20 años, segunda relación: dos años de noviazgo).

A Blanca le sirvió que su mamá le hiciera saber que contaba con su ayuda, porque al término de la relación, su mamá fue una de las primeras personas con quien acudió, es decir, cuando Blanca estuvo lista para pedir su ayuda. Cuando Blanca decidió hablar sobre cómo se sentía en la relación, su mamá le brindó apoyo a partir de la confianza, la escucha y muestra de interés; también le brindó apoyo económico, pagando sus terapias y la llevó a sus sesiones.

Pues casi casi hasta el final, cuando le decía que ya no me sentía bien, que no estaba a gusto y ella me decía: “Pues yo te apoyo en todo lo que tú hagas. Si ya no te sientes bien termina la relación (Blanca, 20 años, segunda relación: dos años de noviazgo).

...incluso me ha ayudado con las terapias, me llevaba a las terapias, me las pagaba, todo eso (Blanca, 20 años, segunda relación: dos años de noviazgo).

También podemos observar que, cuando Blanca decidió enfrentar la experiencia de violencia sexual que vivió y se alejó de su novio, recibió mucho apoyo por parte de sus familiares y amistades, la escucharon, le hicieron sentir confianza, en el caso de su familia, también le ofrecieron apoyo económico para tomar la terapia psicológica que ella buscaba, no la juzgaron ni condicionaron el apoyo que le ofrecieron.

En cuanto a sus amistades, Blanca narró que tuvo mucho apoyo de sus amigas y de su mejor amigo. En su narrativa dio énfasis en el apoyo que obtuvo de su mejor amigo, ya que fue la primera persona con quien tuvo la confianza para contarle que había sido abusada sexualmente, además de que después de eso recibió mucho apoyo de su parte, ya que no la juzgó y le brindó la confianza y escucha para poder seguir hablando con él, la ayudó a hacerse preguntas que antes no se había planteado acerca del noviazgo en relación con la violencia que había vivido. En la narrativa también podemos observar que hablar con su amigo le sirvió para desahogarse, como una forma de elaborar sus emociones en torno al estado de depresión en el que sentía que había estado durante meses.

Mi familia también, a pesar de que ellos no sabían mucho, me felicitaron, me dijeron: “Qué bueno, no era para tí”, incluso también se ofrecieron a pagar mis terapias y así. Ellos (*entusiasmada*), lo que me gustó fue que ni siquiera preguntaron por qué necesitaba ir a terapia,

sólo me dijeron: “Lo que tú necesitas, aquí está” (Blanca, 20 años, segunda relación: dos años de noviazgo).

Tiene que ver con mi mejor amigo de la prepa, que él también se había alejado de mí por cómo cambié yo y casualmente la pandemia... regresó a mi vida, que habláramos otra vez y de hecho él fue la primera persona que se enteró que me habían violado y todo lo que me habían hecho y ahí fue que me dijo: “¿y qué sigues haciendo ahí, o sea qué estás esperando?”, y yo... (*breve pausa, como recreando el impacto que le causó la pregunta de su amigo*), ahí fue cuando dije: “Bueno pues al fin alguien está hablando conmigo, ahí fue cuando abrí los ojos”, y dije: “pues claro tiene toda la razón, ¿qué sigo haciendo ahí?”. Yo también ya me había dado cuenta de que llevaba varios meses en depresión, o sea sintiéndome muy mal conmigo, entonces seguí hablando con él, seguí platicando las cosas, como desahogándome y él dándome ánimos, “Haber, ¿por qué sigues ahí?, ya mejor pues *Bye*”, y pues al último terminó siendo mi novio (*se ríe*). Pero mucha parte de eso fue gracias a él, a que me abrió los ojos y me empezó a meter las preguntas a mi cabeza (Blanca, 20 años, segunda relación: dos años de noviazgo).

De acuerdo con Holt y Espelage (2005), el apoyo social frente a la violencia en el noviazgo tiene un papel moderador, entre la violencia física y emocional ocasionada por la pareja y los niveles de ansiedad y depresión. Asimismo, Mitchell y Hodson (1983) mencionan que, si las mujeres que han vivido violencia en el noviazgo, han recibido apoyo de una red social, es más probable que recuperen su salud psicológica y emocional. Al respecto, en el caso de Blanca, el apoyo emocional de sus familiares y amistades facilitó el proceso de elaboración de sus sentimientos, como el conflicto identitario, la resignificación de la violencia sexual y con ello del noviazgo en el que se encontraba, el enfrentamiento de la experiencia de violencia y de sus emociones ante esa vivencia, como la depresión.

3.2.5. Fue tu culpa: Respuesta negativa de las “redes de apoyo”

En esta subcategoría, se observa que cuando las mujeres decidieron buscar ayuda la respuesta fue negativa y esto obstaculizó su bienestar emocional durante el proceso de elaboración emocional para cuestionar el noviazgo violento. Se presentaron narrativas donde la respuesta de la familia fue revictimizante, por lo que no hubo confianza y los efectos fueron contraproducentes en la estabilidad emocional de la mujer durante y después del noviazgo violento.

En el caso de Rubí, Lila y Azul fue diferente pasar por ese proceso de elaboración emocional dadas las respuestas negativas de sus redes. En el caso de Rubí, tuvo que pasar por ese proceso sola, ya que cuando buscó ayuda en su familia, en lugar de recibir apoyo, fue revictimizada y, cuando quiso buscar apoyo psicológico en su preparatoria, no pudo obtenerlo, porque no brindaban ese apoyo. En el caso de Lila y Azul, cuando salieron de la relación y contaron a sus redes por lo que habían pasado, sus redes las culpabilizaron por la violencia vivida

Rubí vivió violencia emocional y sexual en el noviazgo. Por medio de la difusión de los detalles de su vida sexual sin su consentimiento, ser juzgada e insultada por su vida sexual, la manipulación por parte de su novio. ya que durante la relación su novio la coaccionó para realizar prácticas sexuales; como parte de la violencia sexual, también vivió violencia digital, ya que su novio difundió con sus amigos fotografías íntimas de Rubí y a su vez estos las difundieron con más compañeros y compañeras de la escuela, por quienes fue juzgada.

Cuando Rubí decidió buscar ayuda y contarle a su mamá y a su abuela lo que estaba pasando en la escuela, su familia la culpabilizó por la violencia que estaba viviendo, ya que de acuerdo con su familia Rubí no estaba en edad para tener una vida sexual activa, basados en un discurso patriarcal a partir del cual la sexualidad de la mujer es subordinada, donde la mujer debe darse a respetar y es mal vista si se sabe que vive una vida sexual activa, ya que, de acuerdo con el discurso patriarcal, eso sólo es aceptable para los hombres. Es así que, Rubí narró que no se sintió apoyada, por el contrario, se sintió recriminada. Para Rubí su familia fue su única red donde pensó que podía buscar y recibir apoyo para enfrentar la violencia vivida en el noviazgo, sin embargo, no recibió apoyo, por lo que podemos entender que Rubí tuvo que pasar sola por ese proceso.

Alguna vez se lo hice ver a mi mamá y con mi abuela que son con quienes vivo y como que me apoyan más [...] yo creo que sí lo viví muy fuerte, porque era de “pues fue tu culpa”, “ay, no estás en edad de eso”, “ay, te lo dijimos”, “ay, no estás en edad de tener novio”. Entonces, en lugar de sentir en realidad yo un apoyo, sentía esta recriminación que, “es tu culpa”, “te lo mereces y pues, yo creo que era mi único medio y pues no, no lo fue (Rubí, 21 años, dos meses de noviazgo).

Desde el punto de vista de Trotter y Allen (2009), la respuesta negativa por parte de la red social, se caracteriza por culpar a la persona de la situación de violencia vivida, minimizar sus sentimientos, criticar sus decisiones, dar consejos de lo que debería haber hecho, animarlas a mantenerse en la relación de maltrato, así como facilitar el contacto de la persona violentada con la pareja agresora. En este sentido, la familia de Rubí tuvo una respuesta negativa ante la violencia que vivió, dado que la revictimizaron haciéndola responsable por las agresiones que otro y otros ejercieron contra ella, “*es tu culpa*”, “*te lo mereces*”. La familia de Rubí la juzgaron y la culparon por llevar una vida sexual activa con su novio, sin embargo, su novio no fue juzgado ni agredido; esta postura repercutió en la normalización de las prácticas violentas reproducidas tanto por su novio, como por sus compañeros y compañeras de la escuela, y con ello que la violencia hacia Rubí se siguiera reproduciendo.

La recriminación por parte de su familia también se puede pensar como un problema de género, ya que, de acuerdo con Berkel et al. (2004) culpabilizar a la persona violentada y legitimar las actitudes y prácticas de los maltratadores, tiene que ver con el apoyo a la dominación masculina, de esta manera, de alguna forma la familia de Rubí también ejerció violencia hacia ella, al apoyar los prácticas y actitudes, por medio de las cuales Rubí fue afectada emocionalmente, motivó el despliegue de la violencia vivida en el noviazgo, sin un moderador que le permitiera favorecer sus estrategias emocionales para enfrentar la violencia.

En el caso de Lila y de Azul también fueron culpabilizadas por sus redes ante la violencia que vivieron. En la narrativa de Lila observamos que al término de la relación comenzó a relacionarse de nuevo con amistades de las que se había alejado durante el noviazgo, sin embargo, sus amistades manifestaron respuestas negativas ante la experiencia de violencia que vivió, ya que, en lugar de apoyarla, la culparon por no haberse dado cuenta de la violencia “...cómo no te diste cuenta” “tú no eras así, cómo caíste”. La respuesta negativa de sus amistades ocasionó que se sintiera peor.

...de hecho después de que terminó se me acercaron amigos que, pues ya no les hablaba precisamente por él, y me acuerdo que muchos comentarios que recibí fue como “qué estás pendeja, cómo no te diste cuenta” “tú no eras así cómo caíste” o sea fueron comentarios tan malos tan pésimos que te hacen sentir peor, a decirte que chido que saliste de ahí, fue lo contrario (Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

En la narrativa de Azul, observamos que cuando Azul vivió violencia sexual en el noviazgo, no se sintió con la confianza para acercarse a sus papás para contarles lo que estaba viviendo, porque temía que la juzgaran y la regañaran, ya que sus papás tenían una forma tradicional de pensar el tema de la sexualidad, basada en discursos patriarcales que, Azul llamó “conservadora”. Incluso, después de haber terminado la relación, cuando Azul les contó a sus papás acerca de la violencia que vivió en el noviazgo, su papá la culpó por haber permitido dichas prácticas violentas.

No, a mí me daba mucho miedo, porque mi papá era muy cerrado con esos temas y mi mamá también y el simple hecho de decirles que alguien estaba haciendo eso conmigo, yo pensaba que me iban a regañar y de hecho sí. Cuando yo lo conté, mi papá dijo que había sido mi culpa, que pues por dejada ¿no?, que porque yo iba a su casa o que porque yo lo seguía viendo. O sea, él jamás en ese momento entendió que yo tenía miedo. Por eso jamás les conté, porque yo tenía mucho miedo de lo que me dijeran y de que me fueran a juzgar, porque siempre he tratado de ser esa hija que no les da problemas (Azul, 22 años, primera relación: tres años de noviazgo).

La respuesta negativa por parte de las amistades de Lila y de los papás de Azul ante la violencia que vivieron en el noviazgo, las afectaron emocionalmente incrementando así las

consecuencias emocionales ocasionadas por la violencia vivida en el noviazgo. En el caso de Lila podemos observar que haber salido del noviazgo violento fue de por sí un proceso difícil para ella que la hizo sentirse deprimida, se la pasaba llorando y dejó de comer. La respuesta negativa de sus amistades fue contraproducente en este proceso, ya que en lugar de contribuir a realizar una elaboración emocional que le permitiera mejorar su calidad emocional, provocó mayor malestar y también que ese malestar persistiera por más tiempo. Así como se observa en la narrativa de Lila, cuando menciona que hubo un momento en el que lloraba, pero ahora por el sentimiento de culpa, propiciado por los comentarios de sus amistades.

Me acuerdo que cuando terminé con él, primero no lloré pero después sufrí una depresión, y estuve llorando y no comía y yo me acuerdo que tiempo después ya llegue a llorar pero por el coraje de pues que si me sentí tan tonta, tan cegada de no darme cuenta de que la mayoría de las cosas eran mentira y que la gente me hacía sentir como pendeja era como chale, creo que más en esos momentos llegué a llorar porque no me valoré a mí , eh deje que me tratara como quisiera...(Lila, 22 años, dos años de noviazgo).

En el caso de Azul, ella narró que se esforzó por salir de la relación con la finalidad de terminar con el malestar que le generaban las prácticas violentas que vivía en esa relación. Su esfuerzo ante el deseo de salir del noviazgo violento fue evidente cuando mencionó que, incluso, se apresuró a terminar antes la preparatoria para poder terminarlo, no volverlo a ver y que no la volviera a buscar, ya que su novio iba en la misma escuela. Ante esta situación podemos interpretar que la salida de la relación significó un resultado positivo para su seguridad física y emocional. No obstante, este proceso emocional a partir de la salida del noviazgo violento, se vio obstaculizado por la respuesta negativa de sus papás ya que la hicieron sentir avergonzada y triste.

Avergonzada, triste, porque siempre he sido muy fuerte y creo que ellos pensaban eso de mí y que de un momento al otro diga esto y que se den cuenta de que en realidad no era la niña fuerte que decía y que estaba pasando por muchas cosas, pues yo me sentí muy avergonzada (Azul, 22 años, primera relación: tres años de noviazgo).

Al respecto, Escriba-Agüir et al. (2010), mencionan que se ha mostrado que las redes de apoyo tienen un impacto en las respuestas asociadas con la salud de las mujeres que viven violencia. En contraste con la experiencia de Blanca, así como el apoyo emocional por parte de las redes puede favorecer para las mujeres el proceso de elaboración de las experiencias de violencia, las redes también pueden contribuir en la revictimización y con ello hacer más difícil el proceso de elaboración de las emociones entorno a la violencia, durante y después del noviazgo.

Capítulo IV

4. Resignificaciones de las mujeres y nuevas narrativas del amor

Esta categoría aborda cómo las mujeres resignifican sus experiencias en el noviazgo y cuestionan las prácticas de violencia que ejercieron sus parejas contra ellas, así como la noción de que las mujeres son pasivas ante la violencia en el noviazgo.

Para el análisis de esta categoría, es importante tener en cuenta que la resignificación se entiende como procesos de cambio en los cuales las mujeres transforman el significado acerca de las prácticas violentas, así como de las narrativas sociales del amor que justifican la violencia de género. De acuerdo con Molina (2013), la resignificación puede llevarse a cabo cuando hay discursos y acciones diferentes que permiten cuestionar los significados ya establecidos. Las resignificaciones son una condición de posibilidad, ya que, a partir del cuestionamiento y la transformación de significados en torno a la violencia, dan pauta para la transformación de la realidad de las mujeres que viven violencia en el noviazgo.

Para abordar el análisis de la resignificación, es importante tener en cuenta que para que las mujeres lleguen a cuestionar las prácticas violentas, así como que se produzcan los cambios prácticos en la realidad de las mujeres a raíz de la resignificación de la violencia, no sólo participan los discursos y acciones alternos que se presentan en el exterior, sino que también interviene la participación activa de las mujeres acerca de cómo responden ante dichas alternativas, ya que, de acuerdo con Giddens (1997), cada individuo no es una “entidad pasiva”, sino un sistema de acción que tiene la capacidad de interrogarse o autoobservarse en determinadas circunstancias.

La categoría está conformada por tres subcategorías, en la primera subcategoría, “Resignificación de las prácticas violentas de los novios” se abordará cómo las mujeres vivieron el proceso de resignificación de la violencia, desde cómo influyeron los discursos alternativos en su proceso para cuestionar y resignificar la violencia, y el impacto que tuvo en sus emociones.

En la segunda subcategoría “*Ahora no me apresuro: calmar las expectativas, poner límites y ensayar otras formas de noviazgo*”, se aborda una parte de las contribuciones de la resignificación de la violencia en la transformación de la realidad de las mujeres posterior a su experiencia en el noviazgo violento, especialmente, en cuanto a los cambios que se presentaron

en las formas en las que las mujeres se manifiestan ante el noviazgo en un intento de resistir a la violencia en próximas relaciones.

En la tercera subcategoría “*Ahora se habla más de esos temas*: Expresión de ideas en contra de la violencia de género”, se abordan las resignificaciones y cambios sociales que influyeron significativamente en la elaboración emocional de las mujeres acerca de su experiencia con la violencia en el noviazgo.

4.1 No identificaba que estaba sufriendo violencia: Resignificación de las prácticas violentas de los novios

A lo largo de las experiencias de noviazgo de las mujeres entrevistadas, se pudo observar que en la mayoría de los casos al principio y durante gran parte del noviazgo no identificaron las prácticas de sus novios como violencia, incluso, narraron que normalizaron dichas prácticas. Las consecuencias que se pudieron observar a partir de la normalización de la violencia fue la proliferación de la misma, así como la permanencia de las mujeres en el noviazgo violento, además de los diversos factores implicados que ya se han reflexionado anteriormente.

La resignificación de las prácticas violentas de los novios consistió en una serie de cambios acerca del significado y la percepción de las mujeres ante dichas prácticas, lo que repercutió en las maneras diferentes en las que las mujeres se manifestaron con sus novios cuando se presentaron situaciones de violencia.

Por ejemplo, en la narrativa de Blanca podemos observar que durante la relación significó las prácticas de control y vigilancia que ejerció su novio, derivados de los sentimientos de celos, como prácticas normales de un noviazgo. Las prácticas de control y vigilancia que ejerció su novio fueron: revisarle el celular, tenía sus contraseñas, le prohibía relacionarse con amistades y la manipuló para dejar de hacer actividades que le gustaban como el deporte.

Esta significación de las prácticas violentas, de acuerdo con Blanca, derivó de la inexperiencia que tenía en torno a las relaciones de noviazgo, ya que era su primera relación y no sabía muchas cosas de los noviazgos; además de que tampoco tuvo un punto de referencia acerca de otras relaciones para poder comparar lo que era normal o no en la dinámica de un noviazgo y, asimismo, en el que estaba viviendo.

Yo tenía 16 años creo y tuve mi primer novio que también era de ahí, pero era creo dos años mayor. Obviamente yo era una niña todavía, yo no sabía muchas cosas, apenas estaba viviendo

la prepa, mi primera relación, todo. [...] Y yo no tenía como un reflejo de cómo mis amigas vivían relaciones, porque pues ellas no tenían y pues para mí eso era muy normal (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo).

Normalicé los celos, que me checara mi celular todo el tiempo, incluso tenía las contraseñas de mis redes sociales, toda mi privacidad pues era de él (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo).

En el caso de Violeta, las prácticas violentas que llevó a cabo su novio contra ella fueron violencia física: jalones, la tiraba, la aventaba contra la pared o la jalaba del cuello. También la hacía sentir culpable de la violencia física y verbal por medio de la manipulación que también es una práctica violenta. A partir de su narrativa hemos podido observar que durante la relación Violeta también significó la violencia como algo normal, ya que en esos momentos no consideró las acciones de su novio como violencia, sino como parte de una relación complicada, en la que ambos tenían problemas.

Cuando estaba en la relación yo no identificaba que estaba sufriendo violencia, yo solamente estaba enamorada y tenía una relación complicada, porque mi pareja tenía problemas y porque yo tenía problemas y, me la pasaba justificando todo (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

La resignificación de las prácticas violentas por parte de Blanca y Violeta comenzó a estructurarse cuando tuvieron acercamientos a discursos diferentes acerca de situaciones semejantes a las que vivían con sus novios. En el caso de Blanca, de acuerdo con su narrativa, su primer acercamiento a una perspectiva diferente en relación a las prácticas de control y vigilancia de su novio, fue por medio de un cartel informativo que pegaron en su escuela acerca de los celos como una “toxicidad” que puede derivar en prácticas de manipulación, es decir, los celos y con ello las prácticas de control y vigilancia no como algo normal de una relación, sino como manifestaciones “tóxicas”, una forma común de nombrar a personas o prácticas que afectan negativamente a otras.

Para Blanca la perspectiva alterna que le brindó la información de ese cartel acerca de los celos, le permitió cuestionar y resignificar la normalización de las prácticas violentas de su novio, de modo que, en lugar de pensar que las prácticas de control y vigilancia estaban justificadas -razón por la cual ella se sentía culpable-, pasó a pensar dichas prácticas como formas de manipulación que no eran normales.

Me acuerdo que una vez en la prepa pegaron un cartel sobre los celos y yo creo que esa fue mi señal de vida. Entonces empecé a leer cómo se iban transformando los celos en una toxicidad y cómo podían manipular, cómo literalmente estaban describiendo mi relación, y eso me ayudó mucho a darme cuenta [...] Más que nada creo que me ayudó a sentirme bien, a saber que yo no había hecho nada malo o a que esas actitudes que él tenía no eran normales y que, por ende,

no eran culpa mía, que no era culpa mía que yo tuviera amigos, que no era culpa mía que me vieran, no era culpa que me gustara jugar algún deporte y que por eso me vieran, nada de eso era mi culpa (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo).

En el caso de Violeta, de acuerdo con su narrativa, sus primeros acercamientos a una perspectiva diferente en torno a las prácticas violentas de su novio fue cuando sus amigas le manifestaron que no estaban de acuerdo con su relación ni con el hecho de que Violeta persistiera en un noviazgo donde no la trataban ni la hacían sentir bien; en consecuencia, sus amigas prefirieron alejarse. Este primer acercamiento a una alternativa de persistir en un noviazgo violento no generó cambios en el significado que Violeta le atribuía al noviazgo violento. Además de que, durante la relación Violeta se involucró significativamente en la relación y en el entorno de su pareja y dejó de lado el propio, como sus amistades y familiares, lo que redujo las posibilidades de que se presentaran discursos alternativos de la violencia.

No obstante, cuando pasó a la universidad empezó a conocer otras personas y a formar nuevas amistades. Entre las amistades que formó en la universidad, tuvo un grupo de amigas que manejaban discursos de empoderamiento de la mujer, discursos que se volvieron constantes en la vida de Violeta. A partir de su narrativa, podemos observar que conocer a más personas, formar nuevos lazos de amistad, así como estar en constante relación con amigas que manejan discursos de empoderamiento influyó en Violeta para cuestionar las prácticas violentas que llevaba a cabo su novio contra ella, hasta que terminó con él. Sin embargo, el proceso de elaboración que experimentó Violeta en torno al noviazgo y a la violencia expresada por su novio, fue más largo, ya que esa no fue la última vez que volvió a relacionarse afectivamente con su novio.

En la universidad empecé a envolverme más con otras personas, porque te digo, yo solamente conocía su contexto, entonces empecé a tener como nuevos amigos y dije, bueno, esto está padre, creo que puedo conocer más gente, creo que no necesito estar aferrándome a él. Y a parte empecé a tener un grupo de amigas que estaban como muy empoderadas y empecé a escuchar un poco de lo mismo y fue como “oye”, como que esto me suena, me resuena, me hace eco, y empecé a decir, así como: “es que ya no me siento cómoda”, “es que tú nunca vas a cambiar”, “es que no sé qué...”, hasta que lo corté. Primero lo había cortado por lo sano, por la buena, “vamos a quedar como amigos...” (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

La resignificación derivó en diversas transformaciones, sí en el significado de las prácticas violentas, pero a su vez contribuyó a transformar las manifestaciones emocionales de las mujeres. En el caso de Violeta podemos observar que las transformaciones se manifestaron en su forma de enfrentar las situaciones de violencia en el noviazgo, ya que la llevó a cuestionar las prácticas violentas y a manifestar incomodidad ante dichas prácticas, como una forma de rechazo frente a la violencia.

En el caso de Blanca, a partir de su acercamiento a discursos alternativos acerca de la violencia expuestas en el cartel, pasó de sentirse culpable a sentirse bien, porque no había hecho nada malo, como antes pensaba y, por lo tanto, no era su culpa. Cabe mencionar que, aunque la resignificación del sentimiento de culpa por la violencia fue cuestionado y visibilizado a partir del cartel, las transformaciones producto de la resignificación no se elaboró de forma inmediata, sino que implicó un proceso, entendido como una condición que no es universal ni secuencial, ya que se caracteriza por la variación y el cambio (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013). Por lo que, en el caso de Blanca, además de su acercamiento a la información de los celos como violencia, la resignificación y las transformaciones se reforzaron cuando decidió ir a terapia psicológica, ya que mencionó que la terapia le permitió continuar elaborando sus sentimientos de culpa, aunado a la nueva perspectiva de la violencia, en un intento de asimilar que lo que había vivido no era normal en un noviazgo, que no era su culpa y, por ende, no tenía por qué sentirse culpable.

La terapia me ayudó bastante a entender que esto no era normal, no era mi culpa y yo no tenía por qué sentirme así (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo).

Finalmente, es importante reflexionar que, para que haya una resignificación no sólo basta con las manifestaciones alternativas del entorno, ya que las mujeres son una entidad activa que reacciona y actúa de diversas maneras ante un o varios sucesos. Es así que, la resignificación también gira en torno a cómo ellas reciben y manejan esos discursos alternos acerca de los noviazgos y las prácticas violentas de sus novios.

En ambos casos pudimos observar que para que los discursos alternos de la violencia tuvieran un impacto con posibilidad de cambio en sus experiencias, primero hubo sentimientos de identificación ante dichos temas. En este sentido, Blanca narró que se sintió identificada con la información que leyó en el cartel, ya que expresó que sintió que estaban describiendo su relación. En el caso de Violeta, cuando narró que le parecieron conocidos los discursos de empoderamiento como tema de género, en relación con su experiencia de violencia en el noviazgo.

4.2 Calmar las expectativas, poner límites y ensayar otras formas de noviazgo

En las narrativas de las mujeres se observó que después de haber pasado por uno o más noviazgos violentos, expresaron cambios en su forma de pensarse a sí mismas y también posicionarse de otras formas ante las experiencias de violencia.

Por ejemplo, en el caso de Blanca, pasó por un proceso de resignificación de las prácticas violentas que vivió en el noviazgo; la resignificación primero se dio a nivel cognitivo cuando tuvo acceso a discursos diferentes a su perspectiva acerca de las prácticas violentas a través de un cartel informativo y de la elaboración emocional en torno a la violencia que llevó a cabo en la terapia psicológica. Sin embargo, como podemos observar a continuación, el proceso de resignificación no se concluye cuando se transforma la manera en la que se percibe determinada situación o experiencia, sino que la resignificación se transfiere a las acciones de las mujeres.

Dado que, en el caso de Blanca, a partir de la resignificación de las prácticas de la violencia, también cambió su forma de relacionarse en los noviazgos, ya que extendió sus límites en cuanto al tema del control y la privacidad, por lo que mencionó que no ha vuelto a permitir, por ejemplo, que le revisen el teléfono.

...jamás he permitido de nuevo esas cosas. Esa es mi principal señal, de “te voy a quitar el teléfono”, nombre córrele de aquí (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo).

En el caso de Violeta podemos observar que los cambios que realizó a partir de la resignificación de su experiencia en un noviazgo violento, fueron acerca de priorizar sus necesidades afectivas en una relación de noviazgo, como comunicarse, así como expresar sus límites en cuanto a cómo es ella y lo que le gusta. De acuerdo con su narrativa, también podemos observar que el modelo ideal que tiene de un noviazgo es que exista una relación horizontal, donde la comunicación sea bidireccional, es decir, donde no sólo ella expresa e impone sus límites y necesidades, sino que también está en la disposición de escuchar a su pareja y tomar en cuenta tanto lo que quiere o no su pareja, como lo que ella quiere, con la finalidad de llegar a acuerdos.

Otro cambio importante que realizó Violeta en su noción respecto al amor, fue acerca de no considerar el amor como lo único importante e indispensable para que un noviazgo perdure y funcione, ya que ahora considera que también hay otros aspectos indispensables para que tanto ella como su pareja estén bien, como lo que mencionamos ya acerca de validarse a sí misma, responder a las necesidades mutuas, a la comunicación y a los límites establecidos de cada una.

Creo que lo que más aprendí a través de estas relaciones y todo lo que he aprendido, es a comunicarme, a poder poner límites y decir “Yo soy así.” “Yo hago esto. Esto no me gusta. Esto sí.” y yo me comunico y quiero de esta forma y escuchar cómo lo hace la otra persona y llegar como a acuerdos en conjunto, de entender “ok, si yo digo esto ella puede reaccionar así o si ella dice esto, yo puedo reaccionar así, si yo reacciono así qué es lo que va a pasar, o sea, ya no sólo actúo por lo emocional, sino en verdad centrarme y decir “Te quiero mucho, pero el

amor no es como lo único”, también tenemos que cuidar los otros aspectos para poder estar bien las dos (Violeta, 22 años, relación actual: no especifico el tiempo de relación).

A continuación, observamos que, en el caso de Azul, resignificó el amor propio; más no el ideal que tenía de una pareja:

Cambió mi noción sobre el amor propio, que me tengo que tener muchísimo amor propio para empezar otra relación. Sobre las parejas no. Así como creo que hay hombres malos, también creo que hay hombres muy buenos y que, en algún momento, si la vida me lo permite voy a tener ese amor tan bonito que siempre he deseado; no que he buscado, porque no lo he buscado, de que me gustaría que llegara a mi vida y sí me gustaría en algún futuro estar con hombre que me vea a mí, sólo a mí y me quiera a mí. Que me divierta con él, que no sólo sea una pareja, sino también mi mejor amigo. De los hombres no ha cambiado nada, sólo creció más el amor en mí (Azul, 22 años, primera relación: tres años de noviazgo; segunda relación: un año, siete meses de noviazgo; tercera relación: seis meses de noviazgo).

Estos cambios devinieron de una resignificación más profunda, que tiene que ver con la resignificación de las normas de género en relación con el amor, ya que, de acuerdo con los discursos patriarcales, las mujeres, en una relación afectiva, se manifiestan como seres para los otros, es decir, que ponen siempre en primer lugar el deseo y las necesidades de los otros, en este caso de sus parejas. Como hemos reflexionado en otras categorías, estas normas de género del amor motivan la reproducción de la violencia de género en el noviazgo, ya que cuando las mujeres se encuentran en una situación de violencia, generalmente, de manipulación, es difícil que impongan sus límites y los efectúen, porque, en consecuencia, de las normas de género, muchas veces las mujeres no cuentan con las herramientas sociales para hacerlo.

Es así que, la resignificación de la violencia y de su experiencia en el noviazgo, les permitió cambiar su forma de manifestarse en las relaciones de noviazgo, ya no desde las normas patriarcales del amor, donde se impone la dominación masculina, sino que elaboraron nuevas narrativas en relación al amor, en la que se priorizan a sí mismas e imponen sus necesidades amorosas en la relación con el otro.

Por último, otra transformación notable en la narrativa de Violeta en cuestión del amor, fue no idealizar el amor en el noviazgo, ya que ahora el amor no significa lo único importante en un noviazgo para que funcione, sino que hay otros ámbitos que son indispensables, como la comunicación, el establecimiento de los propios límites y las necesidades amorosas.

4.3 Ahora se habla más de esos temas: Expresión de ideas en contra de la violencia de género

En la narrativa de Azul, podemos observar que después de las experiencias de noviazgo violento que vivió, su familia experimentó una serie de cambios en su dinámica familiar, ya que antes no había mucha comunicación en su familia y esa fue una de las razones por las que Azul no se acercó a pedir ayuda o a hablar durante el noviazgo violento, de lo que estaba pasando; además de que, de acuerdo con la narrativa de Azul, sus papás tenían ideas “conservadoras” acerca del tema de la sexualidad y por ende de la situación de abuso sexual. Esta dinámica familiar y estas formas de pensar en relación con la violencia en el noviazgo, propició que Azul enfrentara la violencia del noviazgo sola, sin ningún apoyo por parte de su familia.

De acuerdo con Alencar-Rodrigues y Cantera (2013), la participación de las mujeres que viven violencia de género en el noviazgo no se traduce en pasividad o aceptación, sino que son las condiciones y la falta de recursos externos lo que dificulta la salida de la relación. En la narrativa de Azul se pudo observar que la falta de recursos externos, como el apoyo de sus familiares en su primera experiencia de noviazgo violento dificultó su salida de la relación, ya que, debido a las prácticas violentas de su novio contra ella y sus amistades, llegó a experimentar temor por terminarlo y no tuvo un apoyo externo que mitigara esos sentimientos, de modo que las consecuencias de la violencia fueran menores de sobrellevar.

En su segunda relación su familia tampoco tuvo intervención en ella, dado que, aunque su mamá llegó a observar prácticas patriarcales en su novio, las silenció. No obstante, fue hasta que sus compañeros de trabajo visibilizaron las prácticas violentas que observaron al hablar con Azul acerca del tema, lo que le permitió cuestionar la relación y con ello consideró la alternativa de salir del noviazgo violento.

Fue a raíz de estas experiencias que la familia de Azul se volvió más abierta en su comunicación, es decir, hablar más entre sí y puede hablar ahora de cualquier tema sin temor a ser juzgada, como antes lo había experimentado Azul.

Sí, la familia cambió muchísimo, se volvió mucho más abierta a hablar de cualquier tema, sin miedo a. Aprendieron que es mejor quitar los tabúes para que no volviéramos a vivir este tipo de violencias y sobre todo prevenirlo en mi hermana. Ahora aquí en la familia se puede comentar cualquier cosa, se puede hacer cualquier cosa y siempre hablamos “¿Qué aprendiste de esto?”. Cambió muchísimo la familia (Azul, 22 años, primera relación: tres años de

noviazgo; segunda relación: un año, siete meses de noviazgo; tercera relación: seis meses de noviazgo).

Podemos ver que, a partir de la resignificación de la violencia tanto de Azul, como de su familia, les permitió elaborar estrategias para resistir a la violencia en el noviazgo, no solo de forma individual o centrada sólo en el yo, sino desde la dinámica familiar. Es importante tener en cuenta este tipo de transformaciones sociales que se suscitaron a raíz de la resignificación social de las experiencias de violencia en el noviazgo como un proceso para resistir a la violencia.

Lo anterior da cuenta de la calidad social del problema de la violencia en el noviazgo, ya que para producir cambios en cuanto a la prevención y resistencia contra la violencia, ha sido necesaria la transformación de toda una estructura que no sólo se limita a un cambio de las mujeres que viven o vivieron violencia y de la pareja agresora, sino también del entorno social en el que se desenvuelven, ya que también forman parte importante de la constitución social del noviazgo violento, dado que, a partir de las respuestas que emiten como redes de apoyo, así como entidades sociales partícipes de la construcción de la identidad de género de Azul, pueden contribuir en la reproducción o supresión de la violencia.

Otras de las expresiones en contra de la violencia que se observaron en algunas de las narrativas, fue la presencia del feminismo. Violeta se considera una activista del feminismo, ya que difunde información, forma parte de colectivos y movilizaciones feministas. Para Violeta el feminismo fue una red de apoyo que le ayudó a resignificarse a sí misma, ya que gracias al apoyo de las mujeres que forman parte del movimiento no necesitó el apoyo emocional de una pareja, además de que comenzó a priorizarse y a hacer cosas por sí misma.

Cuando te vuelves feminista te salen amigas por todos lados y cualquier mujer que empatice con la forma de pensar y con el movimiento, aunque no la conozcas, sabes que te puedes apoyar en ella y que ella se puede apoyar en ti. Entonces tener esa red de apoyo, en verdad sí me ayudó demasiado, ni siquiera necesite... generalmente necesitaba el apoyo de una pareja sentimental, pero ya no, en este momento es como sé que tengo el apoyo de mis amigas, no las necesito... Como que considero que empecé a priorizarme yo también y hacer cosas para mí misma y en la terapia y todo lo demás que aprendí, que no necesitarme apoyarme en nadie más, y que yo solita podía sanarme y cuidarme y quererme y no necesitaba a nadie más para obtener esas cosas, no, lo tenía que encontrar en mí, lo fui encontrando en mí y la verdad que estoy muy a gusto con eso (Violeta, 22 años, menos de un año de noviazgo).

Respectivamente, Lagarde (2000), hace referencia a la propuesta feminista acerca del amor, la cual se basa en la capacidad de las mujeres de poner límites, tanto a sí mismas, como a los otros. Esto transforma las nociones del amor, en la que el amor no es una pasión irrefrenable que inhibe la capacidad de decidir, sino que, presenta el amor como una experiencia que se puede negociar, en la que se puede intervenir, decidir y elegir, es decir, amar con libertad. De

tal manera que, en la experiencia de Violeta, el feminismo y sus implicaciones en cuanto al apoyo y los discursos que maneja, le ha permitido resignificar el amor; esta resignificación del amor no sólo se traduce en la transformación de la dinámica en el noviazgo, sino también en la forma en la que se vive ella misma en su día a día fuera de cualquier noviazgo, ya que como se observó en su narrativa, se prioriza y hace cosas por sí misma como sanarse, cuidarse y quererse, sin la necesidad de una pareja que le brinde ese amor y protección.

En el caso de Blanca, consideró al feminismo como un movimiento que comprende varios feminismos; en su caso, se acerca al feminismo por medio de la lectura. A partir de la narrativa de Blanca podemos observar que el feminismo fue un medio a partir del cual se identificó y visibilizó la violencia contra la mujer. Para Blanca, su acercamiento al feminismo, le ayudó mucho, ya que, por un lado, le permitió conocer diversas perspectivas en torno a la violencia “el feminismo te abre muchas puertas, muchas perspectivas, visiones, te abre los ojos”. Asimismo, también le permitió sentirse identificada al ver que muchas mujeres habían pasado por experiencias de violencia similares a las que ella pasó.

Me empecé incluso a involucrar más en el feminismo, digo no 100%, o sea como todas, creo que cada quién tiene un feminismo diferente y yo no comparto muchas cosas con ellas, pero sí me abrieron muchas puertas también, también me apapacharon mucho y sobre todo mi facultad que está muy cañón el feminismo, pero creo que es un feminismo muy radical, por eso digo que no comparto muchas cosas con ellas, pero creo que sí lo que la mayoría exige (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo; segunda relación: dos años de noviazgo).

No obstante, para Blanca el feminismo también llega a ser muy radical, ya que manejan discursos de violencia contra los hombres que desde su perspectiva no son congruentes con las demandas de paz que hace el feminismo.

Entonces, siento que es una comunidad muy bonita, el feminismo hace cosas grandiosas y te abre muchas puertas, muchas perspectivas, visiones, te abre los ojos, pero también hay que tener cuidado con qué discurso vas a manejar tú, porque eso de querer casi casi eliminar a un género, al género de los hombres... Vaya, a mí no me parece, porque se supone que estamos buscando equidad, entonces es más bien bajarlos al mismo nivel, pero no puedes estar hablando de “Cortarles la verga”, “cortarles los huevos” o todavía estos discursos de violencia, que dices, estás pidiendo paz, estás pidiendo... no sé, a mí me causa mucho conflicto todos estos discursos (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo; segunda relación: dos años de noviazgo).

A partir de las narrativas de Violeta y Blanca, pudimos observar que el feminismo fue una fuente de unión y de apoyo por intereses, experiencias e incomodidades compartidas ante la violencia de género, que las hicieron sentirse no sólo identificadas, sino también acompañadas. En el caso de Blanca también, como parte de los feminismos, tuvo discrepancias en cuanto a

las formas de manifestar rechazo en contra, no sólo de la violencia de género, sino contra el género masculino.

En otros aspectos, Blanca también consideró que el feminismo le permitió conocer diferentes perspectivas en torno a la violencia de género. A partir de la narrativa de Blanca podemos observar cambios que ha habido en la difusión de información sobre la violencia de género, ya que actualmente, en el entorno social, se habla sobre las distintas formas de violencia en el noviazgo, así como las señales a partir de las cuales se puede identificar la violencia.

Creo que hasta cierto punto ayuda mucho, muchísimo, a abrir los ojos, porque yo era una niña y el feminismo todavía no estaba tan latente como ahorita. El hecho de que ahora se hable de relaciones tóxicas, de celos, de cómo señales y todo esto es muy sano para las niñas de ahora y las futuras generaciones, porque yo no le desearía a nadie pasar por donde yo pasé, porque son cosas muy fuertes, muy duras y que llevó de un proceso muy tedioso, muy largo (Blanca, 20 años, primera relación: seis meses de noviazgo; segunda relación: dos años de noviazgo).

De acuerdo con De Dios Mendoza (2016), el feminismo es una ideología que defiende, apoya y motiva el cuestionamiento de la realidad actual y del pasado a través de la historia, con el objetivo de identificar y evidenciar los distintos factores que oprimen a la mujer y, con base en ello, proponen estrategias que permitan devolverle a las mujeres su protagonismo como personas. Como se observó en la narrativa de Blanca y de Violeta, el feminismo puede considerarse como una agencia sociocultural que visibiliza y cuestiona la violencia de género, al tiempo que les permitió identificar, cuestionar y resignificar la violencia vivida en sus experiencias de noviazgo. A partir de ello, se presentaron transformaciones en la realidad cotidiana de las mujeres, como se observó en el caso de Violeta, por lo que, podemos considerar que los discursos feministas generan un impacto en la deconstrucción de la violencia en el noviazgo.

Cierre de análisis

En síntesis, en las narrativas de las mujeres se observó que las experiencias de noviazgos violentos se desarrollaron en un contexto donde la base patriarcal repercutió en la vida de cada una ellas, a partir de los discursos de desigualdad. Esto generó que las prácticas de control por medio de las cuales los hombres buscaron tener predominio de ellas, fueran respaldadas por los mandatos de género. A partir de los mandatos de género se presentaron prácticas de control como manipular emocionalmente a las mujeres desde el fundamento de que los hombres deben ser dominantes, derivado de este fundamento se constituye la noción de amor que se basa en poseer a las mujeres.

Estas prácticas de control que se presentaron en el noviazgo de las mujeres, nos permitió reflexionar que la violencia en el noviazgo se puede manifestar desde etapas muy tempranas, ya que hubo casos en los que las mujeres vivieron violencia en el noviazgo desde la etapa de la secundaria y perduró hasta inicios de la universidad. Esta es una muestra de la magnitud del problema de la violencia dado que va en aumento, como consecuencia de los discursos patriarcales que a lo largo de la relación tanto los novios como las mujeres asumieron.

Esto da cuenta que, en la sociedad la violencia es normalizada, ya que si bien, fueron los novios quienes llevaron a cabo las prácticas violentas en el noviazgo, la violencia fue legitimada desde las esferas sociales como la esfera escolar, la familia y las amistades, ya que en algunos casos silenciaron la violencia o, en otros casos, justificaron la violencia, al tiempo que culparon a las mujeres por la violencia que vivieron.

Al mismo tiempo, los mitos de amor romántico contribuyeron en la normalización de la violencia, lo que dificultó a las mujeres identificar las prácticas violentas, debido a que, a partir de los discursos de amor romántico se idealizó a la pareja como fuente de la felicidad, es decir, que la búsqueda de la felicidad se traducía en encontrar a un hombre con quien compartir la vida. Estos discursos acerca del amor, son discursos patriarcales que limitan la autonomía de las mujeres a la dependencia emocional de un hombre. Lo anterior fue parte del contexto social que permeó la experiencia de los noviazgos violentos en cuanto a las normas sociales de cómo se supone que se debe amar.

A pesar de la violencia presentada, a lo largo de los noviazgos, las mujeres experimentaron tensiones emocionales, ya que hubo expresiones de violencia por parte de sus novios, que les generaron emociones de enojo y tristeza, sin embargo, también hubo buenos momentos en las relaciones, que les generaron sentimientos de felicidad, razón por la cual, por un lado, fue difícil para las mujeres identificar y salir de los noviazgos violentos. Por otro lado, los constantes malestares emocionales permitieron que las mujeres fueran elaborando sus emociones, en función de la evocación de sus deseos de no querer continuar en esas violencias y al mismo tiempo ir cuestionando las prácticas violentas.

Lo anterior, llevó a las mujeres a recurrir a sus estrategias emocionales para enfrentar las violencias que estaban viviendo, así que como observamos a lo largo del análisis, las mujeres recurrieron a una variedad de prácticas centradas en sí mismas que les permitieron elaborar sus emociones, como: identificar los malestares emocionales, tomar distancia del entorno del

noviazgo y buscar apoyo profesional cuando identificaron los malestares; llevar a cabo dicha elaboración les permitió cuestionar y resistir a las violencias.

Asimismo, nos dimos cuenta de que a lo largo de sus narrativas no solo se dio la elaboración emocional desde el yo de las mujeres, sino al mismo tiempo cuando ellas recurrieron a la búsqueda de apoyo para enfrentar las situaciones que estaban viviendo en algunos casos las personas llegaron a brindar la ayuda que ellas pedían. Sin embargo, hubo casos en donde las respuestas de las personas a las que recurrían las mujeres no fueron un apoyo, puesto que se les recriminó a las jóvenes por las situaciones que estaban viviendo, a pesar de ello, las mujeres se alejaron de esas personas, por lo que nos permite reflexionar que ellas buscaron no solo apartarse de las violencias que estaban viviendo en sus noviazgos, sino también desde otras relaciones que invisibilizan o potencializan la violencia.

En ese sentido, reflexionamos que, si bien las mujeres han sido afectadas por los discursos patriarcales que legitiman la violencia, las narrativas muestran que no son pasivas ante la violencia, ya que pasan por un proceso de elaboración emocional por medio del cual reconocen y resignifican la violencia. La resignificación de la violencia por parte de las mujeres se dio a partir de la presencia de discursos que brindaron perspectivas alternas a las que las mujeres tenía acerca de las prácticas violentas, estas diferentes perspectivas manifiestas por amigos y familiares motivaron en las mujeres el cuestionamiento de la violencia y con ello la elaboración de un nuevo significado que se vio, más tarde, reflejado en sus acciones cuando elaboraron nuevas narrativas del amor. A partir de las nuevas narrativas del amor se manifestaron de forma distinta ante el noviazgo violento, dado que comenzaron a priorizarse en el amor, al procurar sus necesidades afectivas, al marcar sus límites, como una forma de resistencia contra la violencia de género en el noviazgo.

Cabe mencionar que este proceso no es lineal, ya que muchas veces aun la violencia fue identificada y se comenzó a cuestionar, también hubo momentos en los que los cambios a partir de la resignificación de la violencia no se efectuaron de manera inmediata, dado que, hubo otros factores implicados, generalmente, relacionados con los sentimientos de amor por el ideal de la pareja o de miedo por la violencia física y psicológica ejercida por su pareja que suscitaron conflictos emocionales ante el noviazgo.

Finalmente, hemos podido observar que en la actualidad es más común que se hable y se cuestione la violencia contra las mujeres. A partir de las narrativas pudimos observar que en algunos casos las expresiones del feminismo tuvieron un papel importante en la visibilización,

identificación y resignificación de la violencia de género, además de la resignificación del propio posicionamiento como mujeres que reafirmó su autonomía.

Consideraciones finales

A lo largo de las narrativas se pudo observar que las relaciones de noviazgo violentas son procesos complejos, en los que confluyen diversos discursos sociales en la legitimación de las prácticas violentas, por medio de construcciones socioculturales en torno al amor romántico y los mandatos de género, en relación con el noviazgo, con el amor y la sexualidad, que se fundamentan en el sistema patriarcal.

La violencia que estuvo presente en el noviazgo produjo malestares emocionales como: sentimientos de culpa, ansiedad, vergüenza, tristeza, enojo, miedo, entre otras manifestaciones. Es así que, la violencia en el noviazgo generó un desgaste emocional importante que repercutió en la autoestima de las mujeres y a su vez afectó sus proyectos personales, independientemente de la duración de los noviazgos. Debido a que hubo casos en los que en dos meses se experimentaron manifestaciones y consecuencias de violencia similares a lo que se presentó en una relación de mayor duración. Sin embargo, en ambos casos las expresiones de violencia en el noviazgo generaron un impacto significativo que no necesariamente se manifestaron de manera sincrónica.

No obstante, en las narrativas de las mujeres identificamos que las situaciones que les produjeron malestar emocional fueron gestionadas a partir de una elaboración emocional, esta elaboración permitió cuestionar, reconocer y resignificar la violencia en el noviazgo; para efectuar la elaboración emocional, las mujeres llevaron a cabo diversas estrategias emocionales que les permitieron construir nuevas significaciones acerca de las prácticas violentas, de las relaciones de noviazgo y de su lugar en éstas.

Si bien el proceso de elaboración emocional de la violencia les permitió a algunas de las mujeres alejarse o terminar la relación, para otras este proceso se presentó una vez que los novios las terminaron a ellas; lo cual da cuenta de las distintas formas en las que cada mujer lleva a cabo su proceso de elaboración emocional, puesto que la elaboración no tiene un manual para llegar al objetivo de evocar lo que cada mujer busca para encontrar su bienestar.

Se observó que, las mujeres decidieron terminar la relación de noviazgo como una forma de protegerse a sí misma, por lo que lograron sentirse mejor. Esto no implicó necesariamente que

el malestar cesara de inmediato, sino que pasaron por un proceso en el que experimentaron emociones ambivalentes. Es decir, se sintieron libres por alejarse de la pareja que ejercía prácticas violentas hacia ellas, pero a la vez experimentaron emociones de tristeza por la pérdida del ideal amoroso que tenían acerca de sus novios.

Dicho lo anterior, en todas las narrativas, se manifestó que se trata de un proceso complejo de reconocimiento y desnaturalización de la violencia en el noviazgo por parte de las mujeres, donde identifican una tensión entre las determinaciones que toman las mujeres en torno a alejarse de la relación y permanecer en ésta.

En esta investigación se cumplieron los objetivos que se plantearon, porque a partir de las experiencias de las mujeres, pudimos observar el contexto en el que se desarrollaron sus noviazgos; se identificaron los sentimientos de amor y los malestares emocionales que predominaron durante el noviazgo, derivados de las prácticas violentas de su pareja; conocimos el proceso de elaboración emocional, a partir del cual se llevó a cabo el cuestionamiento y las resignificaciones de la violencia. También se pudieron analizar las estrategias emocionales a partir del yo y de los otros que llevaron a cabo para enfrentar la violencia.

La búsqueda de las estrategias emocionales centradas en el yo y en los otros, a partir de la elaboración emocional, permitió visibilizar las tensiones que se suscitaron ante las bases patriarcales que muchas veces no se cuestionan y, esto posibilitó la búsqueda de nuevas rutas para enfrentar la violencia de noviazgo.

Es así que, como parte del contexto cultural en el que se desarrollaron las experiencias de las mujeres, también pudimos observar resistencias frente a la violencia, por parte también de familiares y amistades, quienes en varios casos manifestaron desacuerdo ante la violencia y presentaron posibilidades de nuevas formas de relacionarse. Asimismo, pudimos observar la influencia de los discursos feministas, que les permitieron a las mujeres visibilizar, cuestionar y resignificar la violencia por la que estaban viviendo, pero también sobre otras violencias contra las mujeres que se presentan en la sociedad actual. Ya que a lo largo de las narrativas las mujeres manifestaron que, actualmente, por medio del feminismo se habla abiertamente de prácticas violentas, como de “relaciones tóxicas”, de los celos y también se difunde información acerca de las señales que se presentan en dinámicas relacionales, a partir de las cuales se pueden identificar las prácticas violentas; como una forma de visibilizar la violencia.

Finalmente, a partir de la investigación surgió la interrogante acerca de ¿Cuáles son las posibles formas de intervención que brinden herramientas para el acompañamiento de las mujeres que permitan moderar los efectos de la violencia en el noviazgo?, ya que a lo largo de las narrativas pudimos observar que si bien las mujeres recibieron más apoyo al término del noviazgo por parte de sus amistades y familiares, durante la relación, la mayoría de las mujeres se distanciaron de ellos o estos de las mujeres, debido a que cuando las mujeres recurrieron a ellos mientras vivían violencia, la respuesta que recibieron fue la imposición del término de la relación, es por ello que, consideramos importante que las mujeres se sientan en confianza para manifestar los malestares emocionales ocasionados por la violencia.

Bibliografía

Alencar-Rodrigues, R. y Cantera, L. (2013). *Del Laberinto Hasta el Camino Hacia la Recuperación de la Violencia*. Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology - 2013.Vol. 47, núm. 1, pp. 61-70.

Ayén, X. (2021). Eva Illouz: El capitalismo ha creado grandes bolsas de miseria sentimental. En *Entrevista con la gran investigadora del amor contemporáneo. La vanguardia*. Versión digital en: <https://www.lavanguardia.com/cultura/20210117/6183807/eva-illouz-amor-libro-fin-katz.html>

Barberá, E. (1998). *Psicología del género*. Barcelona, España: Ariel.

Bassi, J. (2014). *Hacer una historia de vida: Decisiones claves durante el proceso de investigación*. Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social, 14(3), 129-170. Versión digital en: <https://atheneadigital.net/>

Berkel, L.A., Vandiver, B.J. y Bahner, A.D. (2004). *Gender role attitudes, religion and spirituality as predictors of domestic violence attitudes in white college students*. Journal of College Student Development, 45(2), 119-133.

Bonino, L. (1995). Desvelando los micromachismos en la vida conyugal. En J. Corsi (Eds.), *Violencia masculina en la pareja. Una aproximación al diagnóstico y a los modelos de intervención* (pp. 191-208). Buenos Aires: Paidós.

Bourdieu, P. (1998). *La dominación masculina*. Ed. Anagrama. España

Bosch, E. y Ferrer, V. (2002). *La voz de las invisibles. Las víctimas de un mal amor que mata*. Madrid: Cátedra

Bosch Fiol, E., Ferrer Pérez, V. A., Alzamora Mir, A., Cobo Bedia, R., y Moreno, M. (2006). *El laberinto patriarcal: reflexiones teórico-prácticas sobre la violencia contra las mujeres*. Anthropos.

Bosch, E; Ferrer, V; García, M; Ramís, M; Mas, M; Navarro, C. y Torrens, G. (2007). *Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja*. Ministerio de Igualdad. ISBN: 978-84-691-3157-2

Bosch, E. y Ferrer, V. (2013). *Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa*. Profesorado. Revista de currículum y formación de profesorado. Vol. 17, Nº 1 (enero-abril 2013). Versión digital en: <https://www.redalyc.org/pdf/567/56726350008.pdf>

Bowen, E., Walker, K., Mawer, M., Holdsworth, E., Sorbring, E., Helsing, B., y Awouters, V. (2014). “*It’s like you’re actually playing as yourself*”: Development and preliminary evaluation of ‘Green Acres High’, a serious game-based primary intervention to combat adolescent dating violence. *Psychosocial Intervention*, 23(1), 43-55.

Camarena, M. y Gilabert, C. (2010). *Amor y Poder. Replanteamientos esenciales de la época actual*. Universidad Intercultural de Chiapas. Razón y Acción, AC.

Castillero, O. (2021). Los 7 tipos de violencia de género (y características). *Psicología y mente*. Disponible en: <https://psicologiaymente.com/forense/tipos-violencia-de-genero>

Castro, R. y Casique, I. (2010). *Violencia en el noviazgo de los jóvenes mexicanos*. CRIM-UNAM: México, D.F.

Castro, R. (2012). Problemas conceptuales en el estudio de la violencia de género. Controversias y debates a tomar en cuenta. En *Violencia, género y la persistencia de la desigualdad en el Estado de México*. Buenos Aires: Mnemoyne.

Cerva, D. (2021). *La protesta feminista en México. La misoginia en el discurso institucional y las redes socio digitales*. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales* vol. 65, núm. 240. Versión digital en: <https://doi.org/10.22201/fcpys.2448492xe.2020.240.76434>

Cholíz, M. y Gómez, C. (2002). Emociones sociales: Enamoramiento, celos, envidia y empatía. En F. Palmero, E.G. Fernández-Abascal, F. Martínez y M. Chóliz (eds.), *Psicología de la Motivación y Emoción* (pp. 395-418). Madrid: McGrawHill.

Dávila, O. (2004). *Adolescencia y juventud: de las nociones a los abordajes*. Última Década, (pp.83-104). ISSN: 0717-4691. Versión digital en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=19502103>

De Garay, G. (1997). La entrevista de Historia de vida: construcción y lecturas, en: Graciela de Garay (coord.) *Cuéntame tu vida. Historia oral: Historias de vida*. México, Instituto Mora.

Dios Mendoza, V. (2016). *Feminismo: su relevancia e influencia en la participación política de la mujer y en la construcción de una política acertada*. Revista Hechos y Derechos, 1(36). Consultado en: <https://revistas.juridicas.unam.mx/index.php/hechos-y-derechos/article/view/10698/12857>

ENDIREH, 2016: INEGI. (2016). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016* (ENDIREH-2016). Versión digital en: <https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/>

Escribà-Agüir, V., Ruiz-Pérez, I., Montero-Piñar, MI, Vives-Cases, C., Plazaola-Castaño, J., Martín-Baena, D., y G. (2010). Para el Estudio de la Violencia de Género en España. *Violencia de pareja y bienestar psicológico: Amortiguador o efecto indirecto del apoyo social*. Medicina psicosomática, 72 (4), 383–389.

Esteban, M. L. (2005). ¿Por qué analizar el amor? Nuevas posibilidades para el estudio de las desigualdades de género. Simposio en “*Cambios culturales y desigualdades de género en el marco local-global actual*”. Congreso de Antropología de la F.A.A.E.E.

Esteban, M.L. (2011). *Crítica del pensamiento amoroso*. Madrid, Bellaterra. SBN: 9788472905498.

Facio A. y Fries L. (2005). *Feminismo, género y patriarcado*. Revista sobre enseñanza sobre el derecho de Buenos Aires. Núm. 6, p. 1

Ferrarotti, F. (2011). *Las historias de vida como método*. En: Portal de revistas científicas y arbitradas de la UNAM. Acta sociológica,1(56), 95. pp. 95-119

Ferrer, V. y Bosch, E. (2013). *Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa*. Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado. 105-122. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56726350008>

Flores, F. (2019). *Mecanismos en la construcción del amor romántico*. Revista de Estudios de Género. La ventana, 6(50), 282-305.

Flores-Garrido, Natalia y Magali Barreto-Ávila (2018). “*Violencia en el noviazgo entre estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de México. Un análisis mixto*”, en Revista Iberoamericana de Educación Superior (RIES), México, UNAM-IISUE/Universia, vol. IX, Núm. 26, pp. 42-63. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722018000300042

Follingstad, D. R., Wright, S., Lloyd, S. y Sebastian, J. A. (1991). *Sex differences in motivations and effects in dating violence*. Family Relations: Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies. 40, 51–57. <http://dx.doi.org/10.2307/585658>

Fortunato M., y Giménez V. (2006). Historia de vida y métodos biográficos. En: *Estrategias de Investigación cualitativa*, Barcelona, Gedisa

García, G. (2016). *La viralización de los contenidos en Facebook*. Universidad Camilo José Cela. Recuperado en: <https://iddigitalschool.com/contenidos-facebook/>

Garrido, Vicente (2001). *Amores que matan. Acoso y violencia contra las mujeres*. Valencia: Ed. Algar.

Giddens, A. (1997). *Modernidad e identidad el yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea*. Península. Recuperado en: <https://sociologiaycultura.files.wordpress.com/2014/02/giddens-anthony-modernidad-e-identidad-del-yo.pdf>

Guzmán, J. y Huenchuan, S. (2003). Redes de apoyo social de personas mayores: marco teórico conceptual. En L. Riveros (Presidencia), *Viejos y Viejas. Participación, Ciudadanía e Inclusión Social*. Ponencia llevada a cabo en el 51 Congreso Internacional de Americanistas de Santiago de Chile, Chile.

Herrera, C. (2007). *Los Mitos del Amor Romántico en la Cultura Occidental*. El Rincón de Haika, Recuperado de: <http://w390w.gipuzkoa.net/WAS/CORP/DBKVisorBibliotecaWEB/visor.do?ver&amicus=673603>

Hochschild, A.R. (2008). *La mercantilización de la vida íntima. Apuntes de la casa y el trabajo*. Madrid, España: Katz Editores.

Holt, M. K. y Espelage, D. L. (2005). *Social support as a moderator between dating violence victimization and depression/anxiety among African American and Caucasian adolescents*. School Psychology Review, 34, 309–328.

Homer, M., Leonard, A., y Taylor, P. (1985). Personal relationships: Help and hindrance. En N. Johnson (Ed.), *Marital violence* (pp. 93–108). London: Routledge & Kegan Paul.

Huenchuan, S. y Sosa, Z. (2002). *Calidad de vida y redes de apoyo social de personas mayores en Chile*. Documento presentado en la Reunión de expertos en redes de apoyo social a personas mayores. Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).

Huerta Mata, R. (2021). *Apoyo social y violencia de pareja en estudiantes universitarias*. Revista Secuencia, 0(110). Versión digital en: <http://secuencia.mora.edu.mx/index.php/Secuencia/article/view/1851/2166>

Huggins, M. (2002) *El enfoque de género. Plan Estratégico Social Componente Transversalidad de Enfoques: El Enfoque de Género*. MSDS. Caracas

Illouz, E. (2008). *Saving the Modern Soul: Therapy, Emotions, and the Culture of Self-Help*. Berkeley: University of California Press.

Illouz, E. (2012). *Por qué duele el amor. Una explicación sociológica*. Buenos Aires. Katz editores.

Juárez, J. (2019). *Cambio en la percepción del machismo en la Ciudad de México*. En generación millennial y generación X. Memorias del XXI concurso lasallista de investigación, desarrollo e innovación, (CLID). Consultado en: <https://repositorio.lasalle.mx/bitstream/handle/lasalle/2124/Cambio%20en%20la%20percepci%C3%B3n%20del%20machismo%20en%20la%20Ciudad%20de%20M%C3%A9xico.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lagarde, M. (1996). *Género y feminismo Desarrollo humano y democracia*. Versión digital en : <https://desarmandolacultura.files.wordpress.com/2018/04/lagarde-marcela-genero-y-feminismo.pdf>

Lagarde, M. (2000). *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*. Versión digital en: <https://diariofemenino.com.ar/documentos/Marcela%20Lagarde%20-%20Claves%20feministas%20para%20la%20autoestima%20de%20las%20mujeres.pdf>

Lagarde, M. (2001). *Claves feministas para la negociación en el amor*. Managua: Puntos de encuentro.

Lara A. y Enciso G. (2013). *El Giro Afectivo*. Athenea Digital, 13(3), 101-119. Recuperado en :<https://atheneadigital.net/article/view/v13-n3-lara-enciso/1060-pdf-es>

Matud, M.P., Padilla, V., y Gutiérrez, A.B. (2005). Mujeres maltratadas por su pareja. *Guía de tratamiento psicológico*. Madrid: Minerva ediciones.

Mitchel, R. y Hodson, C. (1983). *Coping with domestic violence: Social support and psychological health among battered women*. American Journal of Consulting Psychology. 629-654.

Molina, N. (2013). *Discusiones acerca de la Resignificación y Conceptos Asociados*. Revista Patrimonio: Economía cultural y educación para la paz (MEC-EDUPAZ). Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado en: <http://mec-edupaz.unam.mx/index.php/mecedupaz/article/view/36436/33013>

OASG. (2018). *Otros tipos de violencia y abuso contra la mujer*. Oficina para la salud de la mujer. Recuperado en: <https://espanol.womenshealth.gov/relationships-and-safety/other-types>

ONU Mujeres (2021). Preguntas frecuentes: *Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas*. Recuperado en: <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>

Osborne, R. (2009). *Apuntes sobre violencia de género*. Barcelona, España: Bellaterra.

Procuraduría Federal del consumidor. (2021). La Ley Olimpia y el combate a la violencia digital. Gobierno de México. Disponible en: <https://www.gob.mx/profeco/es/articulos/la-ley-olimpia-y-el-combate-a-la-violencia-digital?idiom=es>

Quintana, Q. (2006). *Metodología de Investigación Científica Cualitativa*. p. 58. Lima: Psicología: Tópicos de actualidad. Recuperado de: <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx:8080/jspui/bitstream/123456789/2724/1/Metodolog%c3%ada%20de%20investigaci%c3%b3n%20cient%c3%adfica%20cualitativa.pdf>

Quintero, S. (2020). *El acoso y hostigamiento sexual escolar, necesidad de su regulación en las Universidades*. Revista de estudios de género. La ventana. Versión digital en: <http://revistalaventana.cucsh.udg.mx/index.php/LV/article/view/7083>

Richards, T. N. y Branch, K. A. (2012). *The relationship between social support and adolescent dating violence: a comparison across genders*. *Journal of Interpersonal Violence*. 27, 1540-1561. <https://doi.org/10.1177/0886260511425796>

Rodríguez, R. y Ortiz, L. (2018). *Violencia de pareja, apoyo social y conflicto en mujeres mexicanas*. Revista trabajo social hoy. Versión digital en: <http://www.trabajosocialhoy.com/articulo/189/violencia-de-pareja-apoyo-social-y-conflicto-en-mujeres-mexicanas/>

Sanz Hernández, A. (2005). *El método biográfico en investigación social: potencialidades y limitaciones de las fuentes orales y los documentos personales*. Asclepio, vol. LVII-1.

Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública. (2021, 25 agosto). *Información sobre violencia contra las mujeres (Incidencia delictiva y llamadas de emergencia 9-1-1)*, julio 2021. <https://www.gob.mx/sesnsp/articulos/informacion-sobre-violencia-contra-las-mujeres-incidencia-delictiva-y-llamadas-de-emergencia-9-1-1-febrero-2019>

Silva-García, G. (2016). *De la desviación a la divergencia: introducción a la teoría sociológica del delito*. Derecho y Realidad. 10(19). Disponible en: https://revistas.uptc.edu.co/index.php/derecho_realidad/article/view/4885

Trotter, J. y Allen, N. (2009). *The good, the bad, and the ugly: Domestic violence survivors' experiences with their informal social networks*. *American Journal of Community Psychology*. 221-231. <https://doi.org/10.1007/s10464-009-9232-1>

Velázquez, S. (2003). *Violencias cotidianas, violencia de género: escuchar, comprender, ayudar*. Recuperado de: https://www.academia.edu/38664479/Violencias_cotidianas_violencia_de_g%C3%A9nero

Villanueva, J; Hernández, C. y Aparicio, O. (2021). *De la violencia al amor, la desmitificación romántica: un análisis con perspectiva de género*. Revista De Psicología. Universidad Autónoma del Estado De México. 56-79. doi:10.36677/rpsicologia. v10i20.16710

WomensLaw. (2021). *Sobre el maltrato “Violencia Doméstica/Violencia en el Noviazgo”*. WomensLaw.org. Recuperado en: <https://www.womenslaw.org/es/sobre-el-maltrato/formas-especificas-de-maltrato/violencia-domesticaviolencia-en-el-noviazgo>

Yela, C. (2003). *La otra cara del amor: mitos, paradojas y problemas*. Encuentros en Psicología Social. 263-267.

Anexos

Para consultar las entrevistas que se realizaron en la investigación seleccione el siguiente hipervínculo:

<https://docs.google.com/document/d/1pVM55kNkokhZNsnvp3kKxRYMvz1xmAoQSLw7Tbyno4s/edit?usp=drivesdk>