



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA

---

---

UNIDAD XOCHIMILCO

DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**LAS MUJERES Y SUS SENTIRES HACIA LA  
VIOLENCIA EN SU SEXUALIDAD**

TRABAJO TERMINAL

PARA OBTENER EL GRADO DE  
LICENCIADAS Y LICENCIADO EN

PSICOLOGÍA; PRESENTAN:

**INCLÁN VELÁZQUEZ TANIA GISELA**

**MEDINA CASTELAZO PATRICIA ALEJANDRA**

**MORENO SOSA MARICRUZ**

**RIVERA NIÑO KARLA PAOLA**

**TORRES MELÉNDEZ JOSÉ ISRAEL**

**ZACAPALA ORTIZ KARLA NATHALIE**

ASESORA:

**PROFA. MARIANA ROBLES RENDÓN**

LECTOR:

**PROF. RAFAEL REYGADAS ROBLES GIL**



## Índice

Para comenzar.....	2
CAPÍTULO I. Implicarnos para investigar e intervenir .....	4
Círculo reflexivo de mujeres: sexualidad femenina (tabúes, educación y experiencias).....	15
Ser mujer .....	17
Educación sexual.....	19
Sentimientos hacia la violencia.....	21
Cierre .....	23
CAPÍTULO II. Mujeres: sus sentires, sexualidad y violencia.....	27
CAPÍTULO III. Cuando la realidad y la teoría convergen .....	36
Familia; ausente en su presencia.....	38
La sexualidad entre los afectos y sentires de las mujeres .....	45
La violencia que como mujeres nos atraviesa .....	53
Reflexionando desde una mirada que empatiza .....	69
Referencias .....	73

## Para comenzar...

*...es como el mundo entero contra una sola<sup>1</sup>*

En la búsqueda por iniciar nuestra tesis nos preguntamos; ¿cómo introducir a los lectores a un trabajo que busca alejarse de lo académico para adentrarse en los sentimientos y las experiencias de las mujeres? Consideramos necesario que, al ser una investigación que se centra en las mujeres y sus respectivos sentires en torno a situaciones sumamente complejas, es fundamental alejarse de una mirada científica que espera encontrarse con una patologización de ellas. En cambio, queremos motivar a que se comience la lectura con una mirada empática, sensible y comprensiva, pues la presente investigación tiene como objetivo principal evidenciar los sentires de las mujeres ante la violencia ejercida sobre su sexualidad.

Sabemos que los temas que abordaremos causan incomodidad, por eso mismo creemos que es necesario tratarlos, nombrarlos y visibilizar a las mujeres, pues no nos cansaremos de recalcar que es importante escuchar las voces que por tanto tiempo han sido silenciadas. Consideramos que a lo largo de la historia a las mujeres se nos ha oprimido en todos los aspectos de nuestra vida, en especial en lo que refiere a la sexualidad, por lo cual la problemática de la que partimos es la violencia que se ejerce dentro de ésta. Es por esto, que buscamos maneras en las cuales nosotras como mujeres investigadoras no estuviéramos replicando discursos y/o acciones que oprimen y violenten a las mujeres.

De esta manera es que logramos plantearnos una estrategia metodológica, la cual está basada en la investigación-intervención hacia la problemática. Nos centramos en realizar un espacio seguro de escucha con un grupo de mujeres, donde a lo largo de cuatro sesiones ellas tuvieran la oportunidad de expresarse y escuchar sobre temas que nos atraviesan, invitando a la reflexión y así después realizar un análisis teniendo en cuenta nuestra pregunta de investigación y nuestros objetivos, pero siempre priorizando el discurso de las mujeres.

---

<sup>1</sup> El uso de este formato de escritura hace referencia a los comentarios de las mujeres que participaron en el conversatorio que se llevó a cabo a lo largo del proceso de investigación.

Después de pasar por nuestra implicación con el tema y la forma en la que ésta transformó nuestra metodología, además de una pequeña narración de lo sucedido en el conversatorio, consideramos pertinente el indagar sobre nuestro entendimiento de la problemática y cómo es que llegamos a considerar los sentires como un eje que atravesó a toda la investigación. La elección de abordar los sentires surgió del no querer pasar por alto sus emociones y sentimientos, pues nos percatamos de que se encuentran entrelazados con sus experiencias; cada que hablaban sobre un recuerdo comentaban sus dolores, sus culpas, denotaban sus nudos en la garganta y, en algunos casos, sus llantos. A la par de esto, devino un proceso de indagación sobre la violencia, la sexualidad y qué es ser mujer, entre otros conceptos, de esta manera se mantuvo la importancia de contar con un sustento teórico.

Finalmente, llegamos a nuestras categorías de análisis, que son: Familia; ausente en su presencia, La sexualidad entre los afectos y sentires de las mujeres y La violencia que como mujeres nos atraviesa. Éstas representan puntos esclarecedores dentro del conglomerado de información al que pudimos acceder, permitiéndonos entrever cómo es que podíamos comenzar a articular los diferentes matices de la problemática, en donde las voces de las mujeres fungieron como nuestro apoyo ante la complejidad que representa la realidad. Primero, analizamos sobre la importancia de la familia como institución en el proceso de construcción de las subjetividades femeninas y cómo es que muchas veces nuestro primer entorno de desarrollo está diseñado para constreñirnos. Es a través de lo que se representa en lo familiar que los saberes en lo sexual cobran relevancia en el desarrollo de la vida de las mujeres, lo cual se aborda en un segundo momento del apartado, a partir de las diferentes vicisitudes que conforman lo que ha sido la vida sexual de cada mujer. Terminamos con lo que sentimos representa la condensación de todo el capítulo, pues emprendemos un recorrido a las formas en la que experimentamos y significamos la violencia que se ejerce contra nosotras. A partir de esto reflexionamos sobre los sentires de las mujeres y las distintas afectaciones psicoemocionales que los mecanismos de control tienen sobre nosotras.

## **CAPÍTULO I. Implicarnos para investigar e intervenir**

Cuando comenzamos a plantear las posibles líneas de investigación tuvimos en común el interés por dos temas; “sexualidad femenina” y “violencia que sufren las mujeres”. Si bien no teníamos claridad sobre cómo íbamos a relacionar y delimitar ambos temas, decidimos confiar que a lo largo del proceso de investigación lograríamos reflexionar sobre cuál era la mejor manera de avanzar durante la investigación.

Una vez que dialogamos, comenzamos a vincular nuestros posibles temas, teniendo como referencia un poco de la teoría que fuimos investigando pero, sobre todo, nuestras propias realidades, porque desde un principio nos sentimos fuertemente implicadas con los temas. De igual manera nos ayudó adentrarnos al campo, al escuchar y empatizar con diferentes experiencias a través de voces de mujeres que, en su mayoría, parecían estar temerosas de compartir, pero creemos que se fue construyendo un espacio que les permitió poner en palabras lo que deseaban decir y sentirse escuchadas.

Es frecuente el discurso de que la violencia contra las mujeres ya es un tema ampliamente investigado, pero diversas realidades nos gritan lo contrario, ya que como equipo apostamos, no desde la presunción sino desde un genuino interés, que podemos seguir aportando a la visibilización de esta problemática. Nos preguntamos si esta situación ha sido atendida con el abordaje apropiado o siquiera se ha buscado una verdadera solución, pues pensamos que sólo existe la ilusión de la misma, debido al complejo acceso a la información que hay actualmente hacia todo aquello que nos violenta como mujeres.

No obstante lo anterior, queremos enfatizar que el hecho de contar con información al respecto del tema no te exenta de ser violentada, pues seguimos estando atravesadas por el contexto sociocultural actual, ya que como mujeres, vivimos día a día con el miedo y la tristeza de saber que la violencia empeora cada vez más; salimos de nuestros hogares temiendo si será un día en el que seremos acosadas por la ropa que vestimos, o por los lugares a los que nos dirigimos, miedo de saber si nuestras amigas, familiares, compañeras han llegado bien a sus casas, la preocupación al leer tantas notas llenas de

feminicidios y de violencia de género, donde la mayoría de estos casos quedan impunes.

Cuando comenzamos a indagar sobre la violencia que vivimos las mujeres, sentimos la dificultad de ser vulnerables en nuestro propio proceso de investigación, pues nos aterró el sentirnos tan atravesadas por el contenido de los discurso de los sujetos de investigación en el trabajo, ya que nosotras somos parte de las mujeres mencionadas en los diversos apartados. Lo cual finalmente nos abrumó tanto que, sin darnos cuenta, comenzamos a situarnos en tercera persona a lo largo de la escritura, pues de esta manera lográbamos establecer una diferencia entre lo que a “ellas” les pasaba y lo que nosotras solo observábamos a la distancia, alejándonos cada vez más de todas esas mujeres y, con ello, de nosotras mismas; sin darnos cuenta empezamos a poner diversos obstáculos y barreras que no nos permitían aproximarnos desde lo femenino; ¿por qué se nos dificultó tanto adentrarnos a una problemática que nos permea de la misma manera que a nuestro campo? ¿Qué ansiedades surgieron que nos detuvieron por momentos para seguir avanzando en la realización y escritura de nuestra investigación?

Concordamos con Andrea Ángulo cuando menciona que “Implicarse en una investigación se vincula con la posibilidad de enredarse en los laberintos emocionales e intelectuales que el camino de la indagación científica conlleva” (2018, p. 36); lo que nos llevó a pensar en cómo desde el inicio del proceso de investigación como tal nos sentimos implicadas pues, como ya se ha mencionado anteriormente, hubo ciertas resistencias. Aunado a eso, creemos que otros factores que favorecieron a tales resistencias fueron el reto de comenzar a desarrollar nuestra tesis de manera virtual, así como el cansancio emocional y mental que como estudiantes ha representado la situación sanitaria que llegó a partir de la pandemia<sup>2</sup>. Probablemente haya muchos otros factores que pudimos dilucidar así como otros más que no logramos dar cuenta de cuáles son pero, por cuestiones de tiempo, decidimos no seguir profundizando en ellos.

---

<sup>2</sup> A principios de 2020 llegó a México la pandemia ocasionada por el virus de COVID-19. Ésta ocasionó el cese de toda actividad, además de una estricta cuarentena que se extendió durante años. A la fecha de realización del conversatorio los protocolos de cuidado e higiene eran muy estrictos.

Conforme avanzamos en el trabajo de escritura y reflexión en equipo, logramos reflexionar que todos esos aspectos que parten de lo femenino, como lo son los sentimientos, la escucha, el acompañamiento, entre otras cualidades, han sido nombrados como aspectos negativos e indeseables en lo que respecta a los trabajos académicos, lo cual nos confrontó con el hecho de que, al no dar cuenta de toda esa amalgama de características, continuamos reproduciendo parte de esos discursos y acciones que invisibilizan a la mujer y lo que a ella sucede. Fue así que decidimos que nuestra investigación rescataría aquellas características que también representan parte de lo que somos como mujeres.

Consideramos que “las emociones son epistemológicamente indispensables” (Ángulo, 2018, p. 39), al menos para las intenciones de esta investigación, es por esto que queremos evitar en la medida de lo posible esta “falsa fachada de frialdad, de inexpresividad, obsesión con el control de variables y, sobre todo, miedo a la contaminación en nombre de la ‘objetividad’” (Ángulo, 2018, p. 39) que exige aquello que atañe a lo académico, ya que consideramos que sólo limita y separa a los investigadores de sus sujetos, lo cual perpetúa una falta de ética y responsabilidad ante el campo, pues al tomar esa postura surge aquella situación en la que se jerarquiza a los y las investigadoras como poseedoras de una verdad y es justo lo que nosotras queremos evitar, pues no estamos por encima de nadie, ni es nuestro objetivo “iluminar” con conocimiento.

Queremos nombrar a quienes son el punto central de toda la investigación, a quienes nos entregamos completamente a lo largo del desarrollo de nuestra tesis: las mujeres que participaron. Si bien, nos hubiera gustado escuchar la mayor cantidad de voces posibles, tuvimos un tiempo y recursos limitados, además, nuestro grupo de trabajo no fue tan grande, por lo que decidimos delimitar lo mejor posible la elección de lo que fue nuestro campo. De esta manera se decidió que toda persona que se identifique como mujer, mayor de 18 años de edad y que tuviera las posibilidades de acceder a un dispositivo que le permitiera unirse a reuniones virtuales podría participar en las actividades pensadas para la investigación.

En un principio, pensamos que de ser posible, se realizarían entrevistas abiertas y a profundidad junto con entrevistas grupales, pues de esta manera es que la



entrevistadora mantiene la entrevista dentro de un encuadre establecido, pero la entrevistada es quien la dirige mediante su discurso. Terminamos por descartar éstas debido a que el equipo participó en un conversatorio reflexivo para mujeres, el cual nos pareció una experiencia gratificante y transformadora de lo que hasta entonces teníamos pensado, pues poder escuchar lo que se decía y contar nuestras vivencias fue muy fructífero para nosotras como equipo. Esto nos llevó a cuestionarnos nuevamente el dispositivo que queríamos utilizar, pues comenzamos a considerarlo rígido.

Con el contexto dado anteriormente, decidimos hacer un conversatorio reflexivo donde las participantes tuvieron la oportunidad de abordar lo que desearon alrededor de la consigna dada, sintiéndose en total libertad de poder llevar el discurso hacia donde ellas quisieron, sin perder de vista los temas que consideramos pertinentes para la investigación. Se basó principalmente en reunir a un grupo de mujeres para conversar y reflexionar sobre temas que nos acontecen y son relevantes para nosotras, al cual llamamos *Círculo reflexivo de mujeres: sexualidad femenina (tabúes, educación y experiencias)*. En el proceso de planeación del dispositivo, realizamos un cuadro en el que escribimos los días que llevamos a cabo las cuatro sesiones con su respectivo tema a abordar, de esta manera llevamos un registro de las cuestiones que se conversaron para tener una noción de lo que se analizó en cada sesión. Quisimos hablar sobre sexualidad femenina, educación sexual y violencia en dicho orden, dejando la última sesión de cierre abierta, para que ellas tuvieran la posibilidad de elegir el tema que deseaban abordar, el cual fue placer en la sexualidad y, nuevamente, educación sexual.

En un principio nuestra intención era poder crear un espacio que fuera presencial, sin embargo por la situación sanitaria que se encontraba en constante cambio, nuestra prioridad fue el cuidado y seguridad de todas las involucradas, por lo que se optó por realizar las reuniones en videoconferencias por la plataforma de *Zoom*. Por lo anterior, nos es necesario mencionar que consideramos a la tecnología una herramienta que modifica en muchos aspectos el intercambio que se puede llegar a dar en cuanto a cómo es la convivencia y cómo se configura el grupo, lo cual fue completamente analizable.

Dentro del conversatorio reflexivo se les dio la accesibilidad de poder tomar la palabra sin necesidad de que nosotras se las otorgáramos, esto para que fluyera mejor el discurso y pudieran expresar cualquier inquietud sobre las cuestiones que se iban comentando, con la finalidad de que se sintieran más cómodas y en confianza; pues nos interesa mucho recuperar las voces perdidas de las diferentes feminidades a través de las mujeres de la manera más genuina.

Con todo lo dicho anteriormente esperamos haber podido crear un espacio de acompañamiento seguro, en el que hayan tenido la posibilidad de contarnos sus experiencias de vida, y que se lograra un ambiente de escucha en el que todas habláramos de cuestiones que nos atraviesan y, lo más importante, haber devuelto algo a las mujeres, pues somos la esencia de la investigación, ya que estamos seguras de que la única manera de realmente recuperar nuestras voces es escuchándonos y priorizando tanto nuestros discursos, como nuestros sentires. De esta manera, lo que buscamos fue recuperar la reflexión en nuestro tema de investigación, la cual permitió indagar, buscar sentido y lograr una comprensión diferente de las realidades.

En esta nueva forma de crear conocimiento que estamos persiguiendo, consideramos que se le debe de dar más peso a lo que sucede en la realidad, y no tanto al pensamiento teórico, ya que los conceptos establecidos pueden nublar nuestra mirada sobre los procesos que se presentan en ella, sino más bien cuestionar desde lo empírico e ir más allá de lo observable para no incurrir en una reducción de las realidades. Con esto compartimos el pensamiento de Hugo Zemelman en el que nos dice que, la teoría sí es importante mas no debería ser el punto de partida, pues ésta siempre va a estar desfasada de la realidad, es por esto que la teorización debe de venir como un segundo momento en la construcción del conocimiento sobre la realidad.

Siguiendo esta línea de lo que menciona Zemelman, en un capítulo de su libro *La voluntad de conocer* (2005), retomamos qué es el pensamiento teórico y el pensamiento epistémico. El primero refiere al contenido ya estructurado y organizado, desfasado de la realidad, haciendo afirmaciones, nombrando procesos nuevos con viejos conceptos. El segundo remite a no quedarse atrapado en conceptos con contenidos definidos sino más bien colocarse ante

las circunstancias e investigar desde el cuestionamiento, planteando un distanciamiento de todo contenido o significación ya establecida, para buscar nuevos que puedan tener la realidad que se nos presenta y las cosas que tratamos de pensar. De cierta manera intentamos alejarnos de un pensamiento que sólo crea a partir de la teoría y deja en segundo plano lo que sucede en la realidad con los sujetos. Enfatiza Martín-Baró, exige la búsqueda de nuevas formas de construir conocimiento, formas que reconozcan al sujeto en el centro de estos procesos, “no se trata de teorizar con ellos, sino desde ellos” (Robles, Neria, 2018, p. 55).

Por lo mencionado anteriormente, no quisimos caer en una reducción de la realidad por nombrar teóricamente conceptos que ya están establecidos. No obstante, sabemos que es importante justificar nuestras decisiones dentro del campo, lo cual no significa que nos adentramos con un plan de acción ya establecido, sino que buscamos darle un sentido a aquello que no podemos nombrar únicamente a partir de la teoría. Decidimos que la mejor manera de abordar la parte metodológica de nuestra investigación sería comenzando por la narración descriptiva de nuestro proceso de aproximación con las mujeres participantes y, al final del capítulo, justificar teóricamente con lo más próximo a lo que fue nuestra herramienta de trabajo, puesto que fue algo que se desarrolló de manera intuitiva a través de lo que parecía ser necesario en el campo.

Para la realización de nuestra tesis se trabajó a partir del enfoque de la psicología social, por lo que consideramos que la metodología cualitativa fue la más adecuada para el trabajo, pues como retoma Eugenia Vilar; “Los métodos cualitativos hacen énfasis en el estudio de procesos sociales. El supuesto ontológico fundamental es que la realidad se construye socialmente y que, por lo tanto, no es independiente de los individuos” (2019, p. 46), por lo que al querer explicar una problemática social mediante las voces de mujeres el mejor acercamiento que pudimos tener es éste, pues también “favorece a la comprensión, más que a la explicación, como tipo de conocimiento producible” (Vilar, 2019, p. 47).

Quisimos escuchar a las mujeres y sus discursos, pues no hay una verdad absoluta, solo producción de sentido gracias a la singularidad del sujeto, siendo

los sentimientos y la forma de expresarlas partes del discurso, por lo que hay que sostenerlas y darles un lugar (Bleger, 1978), escuchando, observando y vivenciando al sujeto para proporcionarle un espacio en el que se sienta en confianza y, al mismo tiempo, que lo que ofrezca su discurso nos ayude a profundizar en los temas que estamos investigando.

Cuando empezamos a hablar de los sujetos, sobre todo por nuestra inclinación hacia lo cualitativo, es inevitable no mencionar a la subjetividad. Más que un concepto, existe una discusión alrededor de ella, por lo que nos enfrentamos con diversas dificultades que responden a la complejidad natural del término, ya que intervienen diversos factores. Como estudiantes pasamos hasta meses adentrándonos a las diversas visiones que se tienen sobre la subjetividad, por lo que hicimos nuestro mayor esfuerzo por aportar algunas perspectivas a las cuales nos remitimos cuando hablamos de subjetividad.

En nuestro trabajo de campo escuchamos los diferentes discursos de las mujeres participantes investidos de diversos sentimientos, para posteriormente analizar cada uno de ellos y dar cuenta de que aquello que singularmente nos afecta es también algo que se encuentra entretelado colectivamente. Por lo ya dicho, consideramos necesario abordar la discusión en torno a la noción de subjetividad, pues ésta “se constituye a partir de códigos simbólicos que nos construyen y nos permiten construir la realidad” (Vargas, 2003, p. 76) o, mejor dicho, nuestras realidades, pues la subjetividad funge como un espacio de creación de sentido de las mismas, la cual se sitúa en un lugar en específico sobre aquello no conceptualizable. Así es como dentro del espacio de lo subjetivo está colocada nuestra investigación, pues indagamos sobre fragmentos de las realidades de diversas mujeres.

Podemos entender bajo estas premisas, que la subjetividad es el proceso por el cual devenimos sujetos, en otras palabras, es el proceso por el cual los sujetos nos constituimos como sujetos sociales de nuestro tiempo en todo momento. Al ser la subjetividad esta dimensión de construcción, estamos hablando de que abarca los procesos colectivos y los procesos singulares. Como menciona Lilia Esther Vargas “La subjetividad es alteridad y pluralidad, es el producto específico de múltiples modos de subjetivación y procesos dialógicos. Así, los modos y

contenidos en cada proceso de subjetivación, generan subjetividades distintas” (2003, p. 76). En otras palabras, se ve creada por los procesos de autorreflexión que tienen los sujetos sobre los lugares que ocupan en la sociedad y los diálogos que surgen en ellos cuando existe un mismo lenguaje y, por lo tanto, hay un intercambio discursivo del que todos somos responsables de sostener y seguir reproduciendo.

Por lo explicado anteriormente pensamos en cómo existe una relación entre la sociedad y los sujetos, pues existe una dimensión colectiva y una dimensión singular, que aunque responden a procesos en diferentes instancias, ambas se permean para la construcción de la realidad. Con la ayuda de Margarita Baz, explicamos esta interrelación que existe de las subjetividades que sustentan la creación de sentido;

Esto apunta al cómo vamos siendo sujetos en un devenir histórico surcado por acontecimientos grupales e institucionales y remite a una convergencia tensa de procesos heterogéneos [políticos, económicos, sociales], marcados por ritmos, densidades y temporalidades diversas que hacen historia (2003, p. 144).

Por lo que estamos pensando en la subjetividad como un proceso en constante cambio y movimiento en donde sucede la intersección de las construcciones colectivas y de lo singular. Por lo mismo, es un proceso en cambio permanente que no se puede estudiar por completo, sino sólo a partir de algunas de sus manifestaciones, como lo es aquello que expresamos mediante nuestros discursos y, para el propósito de esta investigación, en los espacios grupales.

Consideramos pertinente trabajar con ésta como parte de la estrategia para nuestro dispositivo de investigación, por lo cual pensamos que la producción de conocimiento es más enriquecedora cuando es colectiva, ya que es un proceso que se construye a partir del encuentro con los otros como sujetos históricos, capaces de repercutir en los procesos de transformación social.

[...] los grupos son formas concretas de manifestación de las relaciones sociales, susceptibles de procesos de análisis y de intervención especializados. [...] Esta dimensión [colectiva] tiene que ver con la trama o entretejido que produce y reproduce a las formas sociales (lo institucional) y con las vicisitudes de la grupalidad (Vilar, 2019, p. 24).

Por lo mencionado anteriormente, consideramos necesario recurrir únicamente a los fundamentos de la entrevista grupal, ya que, como refiere Eugenia Vilar en *La entrevista grupal*, “Jugando con la palabra, podemos señalar que se trata de *entrever* lo que acontece en un grupo de personas o sujetos reunidos alrededor de un objetivo común” (2019, p.42) o, en nuestro caso particular, una problemática que nos permea como mujeres.

Es pertinente ahora entender que el proceso de entrevista grupal difiere de lo que es una entrevista individual, no solo por el número de personas con las que se trabaja a la vez, sino por la producción que se genera;

El discurso, entonces, es una producción grupal, se entrevista al grupo en su conjunto en donde el todo es más que la suma de las partes; no es una entrevista *en* grupo que se lleva a cabo para economizar tiempo y en donde las singularidades prevalecen, hablamos de una entrevista *de* grupo (Vilar, 2019, p.44)

De esta forma, no sólo se trató de dar cuenta de todo lo que cada una de las participantes decidió compartir a lo largo de las diversas sesiones, sino de lo que devino en el ámbito de lo grupal, que se ha definido como el discurso grupal. Destacamos entonces al grupo como elemental en la intervención, como manifestación de la interrelación entre las dimensiones singulares y colectivas, lo cual nos parece sumamente relevante, ya que a su vez crea espacios reflexivos, donde se pueden manifestar estas formas de relaciones sociales para poder intervenir en ellos.

Para empezar a hablar de intervención, en primera instancia podríamos decir que es la necesidad por transformar cosas, modificar lo dado, tomar posición en una realidad de la que somos parte. Desde el principio tuvimos de referente a Rafael Reygadas y Mariana Robles en *Sobre la construcción de dispositivos de investigación-intervención*, pues su propuesta para realizar un acercamiento a la problemática que investigamos se alineó muy bien con nuestros deseos;

Escuchar al otro, aprender de su experiencia y colaborar activamente en la construcción de espacios propicios para un diálogo fecundo, para la reflexión sobre la realidad y de donde surjan modos de organización y acción, individual y colectiva, que apunten a la transformación de la sociedad (2006, p. 57).

Dicho lo anterior, nos encontramos pensando a los sujetos como seres cognoscibles, lo que quiere decir que entienden sus propias problemáticas, creadores de realidad social y no como objetos de estudio. Esto cambia el sentido en el que usualmente entendemos las investigaciones, pues bajo estas premisas, comprendemos que se interviene a un proceso específico que existe en nuestras realidades en conjunto con los sujetos del campo.

Como investigadoras buscamos propiciar espacios de reflexión sobre la experiencia, ya que de esta forma se crea un dispositivo con la intención de “articular un conjunto de estrategias de reflexión, elucidación, exploración y constituye fundamentalmente al intento de apertura de espacios de diálogo, diseñados de manera singular conforme a los interlocutores y las condiciones de posibilidad de ese diálogo” (Vilar, 2019, p. 50). También hay que tomar en cuenta que el objetivo del dispositivo usado en la investigación-intervención es la producción de “material discursivo en circunstancias de mínimo control con máxima densidad de contenido y de expresividad con una participación activa y reconocida de los sujetos de investigación” (Vilar, 2019, p. 50).

Nuestra intención fue realizar una construcción estratégica para investigar e intervenir la problemática y, de cierta forma, transformar la realidad como un espacio de escucha en lo grupal, tomando en cuenta éste como la interrelación entre un conjunto de sujetos convocados y sus subjetividades, considerando las relaciones humanas como constante evolución y movimiento, siendo consecuencia de las interrelaciones entre lo colectivo y lo singular.

Para finalizar, cuando pensamos en las intervenciones no va a existir una “neutralidad”, pues el investigador y el campo tienen una posición ante la problemática que se busca conocer y transformar, no sólo por ser quienes intervenimos, sino porque inevitablemente formamos parte de la realidad que pretendemos estudiar y comprender.

Como investigadoras en proceso, al principio tuvimos la noción de llevar un límite con el sujeto, donde nosotras teníamos que ser la parte “firme” y de esta manera poder manejar situaciones donde las participantes se mostraran vulnerables, o cualquier situación que sintiéramos se estuviera “saliendo de nuestras manos”.

Para el equipo en general, el tocar estos temas con las mujeres del círculo fue complicado ya que, al escuchar sus experiencias, muchas veces nos identificábamos desde la empatía o recordábamos algunas de nuestras propias vivencias, porque como mujeres también nos hemos visto inmersas en situaciones de violencia.

A lo largo de las sesiones nos cuestionamos si era lo más conveniente mantener esta línea entre ponentes y participantes, o vernos como integrantes del mismo círculo, ya que hubo temas difíciles de tratar. El intentar mantenernos en la misma postura que el resto de las mujeres dio pauta a empatizar con las participantes, ya que reflexionamos que las emociones que sentimos eran compartidas; nos dolía escuchar lo que se decía, de igual manera sentimos impotencia por todas las vivencias violentas de las mujeres. Como mencionan Rafael Reygadas y Mariana Robles Rendón en *Sobre la construcción de dispositivos de investigación-intervención*:

Esta forma de entender la investigación-intervención implica la apertura de un campo de interacción y con él la posibilidad del vínculo, producto del reconocimiento del otro como sujeto —y no como mero “informante”— y del propio posicionamiento del investigador como sujeto que se encuentra inmerso en el campo social en el que pretende intervenir. Es el reconocimiento de una realidad que se comparte y que compromete a ambos sujetos de la intervención (2006, p. 62).

Al concluir cada sesión nos reunimos para reflexionar sobre todo lo que se comentaba y sobre cómo nos hacía sentir, llegando a la conclusión de que en cada una hubo un bombardeo de emociones y sentimientos encontrados que nos tocaba a todas de diferentes maneras. Nos dimos cuenta que a pesar de decirles a ellas en cada sesión “hablen con confianza, no serán juzgadas”, nos resultaba difícil a nosotras el preguntar y aún más el hablar. En el momento en que nos permitimos dejar de lado nuestra posición de investigadoras y elegimos adentrarnos como una especie de participantes que investigan, sentimos que todo fluyó de mejor manera.

No hay sujeto que investiga, por un lado, y objeto- sujeto investigado, por otro, sino dos sujetos que, a pesar de encontrarse en posiciones diferentes respecto de la realidad sobre la cual reflexionan, construyen de manera conjunta un saber sobre ese fragmento del devenir histórico y



social. De esta manera ambos sujetos se sitúan como parte de la intervención (Reygadas, Robles, 2006, p. 62).

Cuando nos cuestionamos si todos estos sentimientos que aparecían en cada conversatorio nos perjudicarían en la investigación, pudimos darnos cuenta de que fue todo lo contrario, pues al permitirnos ser parte del campo y crear un vínculo entre las mujeres del círculo y nosotras como equipo, nos abrió el panorama; ver, escuchar, sentir y dar cuenta de sus experiencias de vida desde otra perspectiva dio pie a reflexionar y analizar sus discursos desde la empatía, pues nos permitimos estar junto a las mujeres que decidieron participar, mezclando nuestras voces de humanidad.

### **Círculo reflexivo de mujeres: sexualidad femenina (tabúes, educación y experiencias)**

Para convocar a las mujeres se realizó una invitación mediante redes sociales (*Instagram*, *Facebook* y *WhatsApp*) que, posteriormente, cada integrante del equipo posteo en sus respectivas cuentas, esto con el fin de dar difusión para que se unieran al conversatorio mujeres que así lo desearan. Desafortunadamente la mayoría de las integrantes del equipo no tuvimos la respuesta esperada por medio de la principal red social, *Instagram*, por lo cual recurrimos a *WhatsApp*, así como también pedimos a nuestras conocidas que difundieran la información del círculo que impartimos.

En la invitación se especificó que sólo iba dirigido a mujeres mayores de edad y se llevarían a cabo cuatro sesiones, las cuales comenzarían a las 17:30 hrs. con una duración de una hora con 20 minutos aproximadamente, en donde la primera fue el jueves 25 de noviembre de 2021 y las posteriores los días martes del mes de diciembre. Asimismo pusimos los objetivos del conversatorio; brindar un espacio seguro para un grupo diverso de mujeres donde se pudieran expresar libremente sobre temas que nos competen a todas, así como apoyar a la realización de una investigación de tesis de un grupo de estudiantes de psicología; quiénes lo impartiríamos y el medio por el cual nos veríamos para iniciar la conversación, debido a la contingencia sanitaria decidimos que la mejor opción sería en línea, a través de la plataforma *Zoom*. Una vez que recibimos

respuesta de las mujeres interesadas realizamos un grupo de *WhatsApp* en el cual se explicó a detalle cómo se llevarían a cabo las sesiones. En total fueron 25 participantes, siendo la más joven de 18 y la mayor de 48 años de edad.

Un hecho importante que queremos destacar es que el equipo de investigación está conformado por cinco compañeras y un compañero, lo cual representó una de nuestras primeras ansiedades ya que, al ser un círculo reflexivo exclusivo para mujeres no sabíamos si su presencia sería un factor disruptivo del espacio, por cuál sentimos la responsabilidad de preguntarles si les incomodaba de alguna forma que estuviera dentro del espacio, a lo cual ellas respondieron que no había inconveniente, haciendo de esta situación una preocupación efímera. De esta manera permitieron que pudiera estar tanto en el grupo de *WhatsApp* como en las sesiones del círculo.

Dentro de las cuatro sesiones resaltó que, a pesar de que eran una cantidad considerable de participantes dentro del grupo de *WhatsApp*, sólo se conectaban menos de la mitad, lo cual nos generó mucha angustia y ansiedad, pues temíamos que las mujeres no se desarrollaran lo suficiente, provocando que tuviéramos que modificar drásticamente las sesiones y, por lo tanto, el dispositivo. Y, aunque en algunas ocasiones llegó a suceder que hubo lapsos en que no se comentó algo, alguna participante retomaba un tema relacionado a lo que se estaba hablando, por lo que lograba que se abriera aún más el diálogo entre ellas.

De lo anterior se desprende otra cuestión que nos resultó un tanto complicada, pues si bien en la primera sesión del conversatorio teníamos muchos nervios, los silencios nos afectaron aún más, porque llegamos a pensar que no fluía la conversación y no sabíamos de qué manera intervenir pues no quisimos forzar el diálogo, ya que sabíamos que no eran situaciones fáciles de abordar, así que optamos por mediar nuestros nervios hasta que alguna mujer retomara el diálogo nuevamente y así fue. En las siguientes sesiones pudimos entender que los silencios no eran incómodos y que probablemente eran nuestras ansiedades manifestándose, pues sentíamos miedo de estos pero decidimos respetarlos, dejando que surgieran cuando ya no había algo más que decir, en lo que pensaban como hablar de algún otro tema que les interesara o, incluso,

funcionaban como un momento de descanso ante la magnitud emocional que ciertos temas desataron.

### **Ser mujer**

La primera sesión se llevó a cabo el día el 25 de noviembre a las 17:30 hrs, con una duración aproximada de hora y media en donde se dio un tiempo estimado de espera para que las integrantes pudieran ingresar a la sala de *Zoom*. En este primer acercamiento a las mujeres, esperábamos que la mayoría de las participantes se conectaran; sin embargo, unos minutos antes de que iniciara el conversatorio algunas participantes notificaron que por situaciones personales no tendrían la posibilidad de asistir.

Una vez iniciada la sesión se les dio la bienvenida a las participantes y la coordinadora dio la apertura, en donde presentó al equipo y de igual manera invitó a las mujeres a presentarse, la dinámica consistió en que dijeran su nombre, edad y algún dato sobre ellas. Posteriormente, la coordinadora introdujo al grupo al desarrollo del círculo reflexivo, dejando en claro que sus datos serían manejados de manera anónima, ya que únicamente el equipo de investigación y la asesora de tesis tendríamos acceso a su información. Además, se les pidió su consentimiento para grabar las sesiones a lo cual respondieron que no había problema.

Después se continuó con la explicación del tema que se abordó en esta sesión, partimos de lo que para ellas podría ser el significado de ser mujer y así abrir la conversación, formulando específicamente estas preguntas; ¿Qué pasa por sus mentes cuando piensan en que son mujeres? ¿Alguna vez se lo habían preguntado? ¿Qué significa para ustedes el ser mujer? Cabe destacar que se les dio la libertad de poder expresar lo que quisieran, cuando quisieran, sin necesidad de esperar a que se les otorgara la palabra. Aquí surgió el primer cambio al cuadro que habíamos planteado en un inicio, pues queríamos que nos hablaran de su sexualidad, pero ellas decidieron hablar de lo que sienten que las hace ser mujeres. Entendimos que era algo que las participantes querían compartir, por lo que la sesión fluyó de la siguiente manera.

Comentaron sobre la exigencia que recae en ser la mujer ideal a causa de los típicos estereotipos que nos han rodeado a lo largo de los años. Varias de ellas concordaron con el hecho de darse cuenta de todo lo que conlleva ser mujer y la responsabilidad que recae sobre las mujeres en la sociedad. Se mencionó sobre las etiquetas que se nos han impuesto, las cuales deben cumplirse, ya que de no ser así no nos es posible entrar en la categoría de "mujer ideal".

Igualmente se habló del acoso que vivimos a diario, las desventajas que existen al salir a la calle siendo mujeres; como lo son que en la mayoría de las veces los hombres nos griten o insinúen cosas y de la terrible invasión de miedo que sentimos ante estos eventos, donde muchas veces no sabemos cómo reaccionar porque éste nos paraliza. Incluso se cuestionó el *¿qué tan bueno es ser mujer?*, debido a la presión que existe por ser "perfectas" y la exigencia hacía las mujeres para comportarnos como lo esperado y lo establecido.

Algo que nos llamó la atención fue que la integrante de mayor edad del círculo mencionó que para ella el ser mujer es una bendición, ya que tenemos la "virtud" de dar vida como mujeres. En contraposición, mencionaron algunos puntos interesantes como es el que no saben qué es "ser mujer", la carga de responsabilidades que conlleva el serlo, el constante cuestionamiento sobre los roles de géneros y que el ser *mujer es equivalente a peligro*.

También se habló de las características de las mujeres y hasta qué punto se es mujer por los constructos impuestos en la sociedad; igualmente se mencionó la definición de la mujer partiendo de las características biológicas. En repetidas ocasiones se mencionó la cuestión de los constructos sociales que giran alrededor de las mujeres, tomando como origen cuestiones machistas con las que nos hemos desarrollado. Se habló de estas exigencias sociales que recaen hacia las mujeres que son madres, el cumplir con todas las expectativas que se tienen sobre ellas para así considerarse como "buenas madres".

Mencionaron bastante las notables diferencias dentro de los discursos sociales y familiares que hay entre hombres y mujeres, en donde las mujeres no tenemos derecho a ser seres deseantes de la sexualidad, ya que eso únicamente pertenece a los hombres, vislumbrando que la culpa siempre recae sobre las mujeres, así como también la constante sexualización y objetivación que, en

palabras de ellas, *no nos permite existir completamente*. Por último se hizo el cierre en donde se les comentó que sí tenían otra inquietud antes de finalizar la podían decir, a lo que respondieron que no. Una vez mencionado esto, les dimos las gracias por estar presentes, por su tiempo y por lo que habían compartido dentro del círculo.

## **Educación sexual**

La segunda sesión se llevó a cabo el día 30 de noviembre a las 17:30 hrs. La coordinadora hizo la apertura y, al igual que en la primera, se le pidió autorización al grupo para poder grabar la sesión, a lo cual accedieron sin problema alguno. Durante esta nos surgió el interés de abordar cómo es que a las mujeres integrantes del círculo, se les educó en el tema de la sexualidad y qué cuestiones sentían que les hubiera gustado que les enseñaran.

Se habló de la escasa educación que han recibido sobre estos temas y de cómo les hubiese gustado que fuera el acercamiento hacía esa cuestión; *La educación sexual muchas veces solo es 'cuídate' solo eso*. Señalaron la necesidad que tuvieron e incluso que mantienen en la actualidad de hablar de estos temas, de generar la confianza; *No ir tan vacía o sin tanta información cuando se empieza a experimentar*. Igualmente nos comentaron que les hubiera gustado que les enseñaran más sobre su cuerpo, que se hablara sin morbo, *Por esto, en la secundaria esas cosas eran secreto, si nos hubieran enseñado a reconocer nuestro cuerpo, nos hubieran ahorrado problemas en la forma en que se ve el cuerpo*. Mencionaron como es que la industria del porno crea estereotipos sobre los cuerpos de las mujeres pues se tienen que ver de cierta manera; en relación con esto, añadieron que solo nos enseñan respecto a las relaciones heterosexuales pero no de las homosexuales.

Congeniaron en que la educación que conocieron no fue suficiente; *En la menstruación no nos dicen cómo nos vamos a sentir, que nos vamos a inflamar*. Algunas de ellas comentaron que la educación sexual en secundaria era llevar a un muñeco como si fuera un bebé, pero no había una profundización de estos temas y destacaron que los hombres hablan más sobre su vida sexual y en cambio las mujeres deben ser reservadas al hablar sobre ello.

Comentaron los tabúes con los que crecieron, los cuales fueron las ideas de que los tampones te pueden quitar la virginidad y que cuando tienes relaciones sexuales cambia tu manera de caminar, inclusive se tiene esta idea que el cuerpo cambia su forma una vez iniciada tu vida sexual. Se comentó que todo un sistema nos ha enseñado que está mal explorar nuestro cuerpo, pero resaltaron que no es culpa de nuestras madres y padres pues no hubo esa educación hacía ellos. Otros puntos que sobresalieron sobre las creencias de la sexualidad es que solo se enfoca en relaciones coitales, en enfermedades y, sobre todo, en el embarazo, evitando totalmente el tema de la menstruación, de la masturbación, entre otros. También se mencionó respecto a la idealización y romantización que se tiene de la primera relación sexual.

Por otra parte, expusieron que a pesar de que la educación recibida fue deficiente, es nuestra responsabilidad descubrir lo que nos gusta; expusieron la importancia de compartir nuestras experiencias para que nadie más las sufra. Se hizo énfasis en que no por el hecho de ser mujer y vivir la sexualidad libremente se tiene menor valor, pues la sociedad busca hacernos sentir como si estuviésemos haciendo algo malo, cuando no debería de ser así. También se habló de lo difícil que es romper con lo que ya introyectamos, siendo esto el discurso aprendido. Algo que nos resonó fue que se hizo mención de la religión y cómo influye en la educación sexual; *También tiene que ver la religión, el hombre tiene que proveer y la mujer quedarse en casa, la homosexualidad la ven como algo malo ¿pero por qué está mal si yo me siento tan bien?*

Mencionaron que las fiestas de XV años son como una presentación de las niñas a la sociedad y, en específico, exponerlas ante el género masculino, para que así ellos puedan tener conocimiento de que ya son “consideradas” mujeres, cuando aún siguen siendo niñas. Aunado a este tema de las infancias comentaron; *Tu cuerpo es sagrado, tu cuerpo no se toca, la educación debe darse desde la niñez, en todas las etapas es importante, pero también se debe hablarlo desde la niñez.* Enfatizaron en que es necesario cambiar la educación que se nos proporciona cuando somos niñas, porque se terminan introyectando pensamientos como: *la violencia en cualquier sentido está bien, porque si un niño te molesta le gustas.*

Por último, se habló sobre cómo estos temas se vuelven una herramienta más para ejercer violencia tanto de los hombres hacia las mujeres, de mujeres hacia otras mujeres e igualmente sobre nosotras mismas. Después se realizó el cierre y se les preguntó a las participantes si deseaban agregar algo, a lo que respondieron que no. Les agradecemos por ser parte una vez más del círculo y finalizamos la sesión.

### **Sentimientos hacia la violencia**

Esta sesión se llevó a cabo el 7 de diciembre a las 17:30 hrs. La coordinadora hizo la apertura y nuevamente les pidió autorización para grabar la sesión, a lo cual accedieron amablemente. Esta sesión fue difícil desde el momento en el que el equipo organizó el encuadre, ya que, tomando en cuenta cómo terminó la sesión anterior y los temas que fueron saliendo, decidimos hacer un cambio al encuadre y se abordó el tema de sentimientos hacia la violencia. Quisimos llevar este tema con extremo cuidado, sabiendo lo difícil que es y toda la carga que conlleva, tanto para las mujeres que integraron el círculo, como para el equipo, como hemos dicho anteriormente son temas que nos atraviesan y nos competen, por lo cual se les debe dar la importancia y escucha necesaria.

Se empezó hablando de cómo durante las sesiones pasadas nos dimos cuenta que todas hemos pasado por situaciones violentas y porqué es importante recuperar nuestras voces y formar espacios de escucha. También se les dijo que no tenían que hablar estrictamente de experiencias propias, sino de los sentimientos que fluían en ellas cuando pensaban en el tema.

La sesión comenzó con una participación que marcó el espacio, pues habló de una situación de violencia que vivió por parte de sus supuestos amigos en la preparatoria y como ella creía que esas amistades eran lo mejor a lo que podía aspirar por “no ser bonita”, por lo cual tenía que compensarlo con su personalidad y soportar esos tratos. Las mujeres comentaron cómo es que nos enseñan a normalizar la violencia a tal grado de pensar que está bien o simplemente invisibilizarla y no saber poner límites.

A partir de estos comentarios la conversación empezó a dirigirse hacia las relaciones de noviazgo, a cómo aprendemos a aceptar por presión a hacer cosas

con las que no estamos de acuerdo y/o nos lastiman, para después sentir culpa porque crecemos escuchando el discurso de cómo es que las mujeres debemos comportarnos, ser complacientes con los hombres y de no ser así podríamos vernos en una situación de abandono por parte de nuestras parejas sentimentales, cayendo en el mito del amor romántico. Lo anterior se refleja en que podemos llegar a creer que por estar en “relaciones de noviazgo” es aceptable ser violentadas, al enseñarnos que lo hacen “porque nos quieren” y a pensar que “lo quiero y por eso aguanto”. También resaltó el hecho de que haber pasado por algo así mantiene un gran dolor en una, independientemente del tiempo transcurrido y cuando se logra salir de esta situación, aparecen pensamientos como: *Me estaban violentando y yo no me había dado cuenta, no es fácil pasar por un proceso así*, comentó una de las mujeres del círculo.

Se mencionó que es difícil que los hombres entiendan el *no* y como es algo muy significativo para nosotras, porque es muy difícil decirlo, así como aprender a negarse. Hablaron nuevamente sobre el impacto que la violencia ha tenido en sus vidas, y lo difícil que es identificarlo. En esta parte una mujer mencionó que sí son muy difíciles las relaciones de noviazgo, pero que siempre llegaba algo mejor y nos compartió una canción de Margarita la Diosa de la cumbia, llamada *Déjalo ir*, que a pesar de algunas dificultades técnicas se logró reproducir, para después seguir con la conversación.

Expresaron lo que llegaron a sentir cuando sufrían un acto violento; *te llegan sentimientos como lo son el sentirse muy mal, como sucia, como si fueras la peor persona del mundo, pero no pensar que él tenía la culpa, sino una misma*, comentó una participante. Se hizo énfasis en el shock y la parálisis que puede provocar el vivir una situación de violencia.

Antes de concluir la sesión se les comentó a las participantes si tenían algo que agregar, a lo que comentaron que consideran importantes los círculos de confianza y las redes de apoyo, ya que muchas veces no se necesita una opinión, sólo es bueno que te escuchen para no sentirte sola y también sobre la importancia de mantenerse alerta a este tipo de situaciones, de igual manera saber que dentro de estos espacios siempre habrá alguien para nosotras. También se mencionó que es fundamental el educarnos, cuestionarnos,



deconstruirnos, para así aprender a poner límites y, sobre todo, a no ser tan duras con nosotras mismas, perdonarnos y ser esa red de apoyo de mujeres para otras mujeres. Les agradecemos particularmente por su escucha empática y su acompañamiento durante toda esta sesión.

### **Cierre**

Se llevó a cabo el día 14 de diciembre a las 17:30 hrs. y en esta ocasión duró aproximadamente dos horas. Para la última sesión planeamos que las participantes hablaran de lo que ellas quisieran; sobre lo que habían reflexionado de las sesiones pasadas o si alguien quería abordar otro tema que les pareciera importante llevar a discusión. Una de las participantes, al no estar presente en la segunda sesión, preguntó si se podía retomar el tema de ésta, que fue acerca de la educación sexual que han tenido, a lo que todas accedieron.

*Yo lo he aprendido conforme a la marcha*, esto lo mencionó la participante de mayor edad, haciendo referencia a la falta de educación de nuestros padres respecto al tema, pues mencionó como muchas de nosotras no tuvimos una clase que nos explicara cómo debemos de cuidarnos y sobre cómo conocer nuestro cuerpo. *Lo que conocemos ha sido por amigos o por internet*, comentó otra mujer del círculo, añadiendo que en su caso tampoco hubo esta cercanía hacia el tema de la sexualidad y tenía que recurrir a los amigos más cercanos para saber un poco más sobre sus inquietudes.

De igual manera, la conversación se tornó alrededor de la culpa que sintieron cuando iniciaron su vida sexual; *¿Mi valor ya no existe por tener relaciones sexuales?*, comentó otra participante refiriéndose a la exigencia de los padres por mantener “la pureza” en sus hijas, ya que se les decía que una vez que tuvieran relaciones sexuales ya no serían dignas de valor. Se habló acerca de la sobreprotección y los cuidados que se tienen hacia la mujer para que no disfruten de su sexualidad, porque para la sociedad es más valiosa una mujer “virgen”. Si un hombre tiene muchas mujeres en su vida sexual será aceptado en la sociedad, inclusive celebrados. En cambio una mujer es juzgada de no tener dignidad por vivir su sexualidad libremente.

Se retomaron cuestiones de la segunda sesión, cómo fue la distinción que existe en casa, que entre hombres y mujeres existe un trato diferente debido a los roles de género. De esta forma la mujer debe de estar al servicio del hombre, tanto de manera sentimental, sexual y sobre todo en el hogar. Otro tema que se tocó fue la desconfianza que existe en las mujeres hacia sus padres, el sentimiento de vergüenza al expresar su sexualidad por el miedo a ser juzgadas; *me hubiera gustado tener un acompañamiento de parte de mis padres, principalmente de mi madre*. Varias mujeres expresaron compartir este sentimiento de abstenerse a hablar de estos temas, porque si lo hacían sus padres podrían llegar a sentir decepción hacía ellas, al señalarlas, dejando así una huella de culpa por haberlo hecho. Es por esto que prefieren mantenerlo en secreto.

Hablaban de cómo a veces el no tener esta confianza con los padres puede llegar a ser peligroso, ya que si una mujer llegase a vivir una situación complicada respecto a su sexualidad se lo callaría y no habría el apoyo necesario por parte de los padres, a lo que una de las participantes del círculo mencionó: *como mamá tampoco tuvimos esa educación, es un tema tabú que no se podía tocar y no puedes transmitir algo que no sabes*, dejando notar que en su época no existía esta comunicación hacia los padres y por esta razón tampoco podía proporcionarle a su hija alguna clase de orientación.

Por otro lado, una participante comentó que su madre sí le había dado la confianza para poder contarle lo que estaba pasando en su vida sexual, por lo cual tuvo este acompañamiento emocional, aunque después surgió una situación; *mi mamá no me quiso poner la vacuna del VPH porque eso incitaría a tener más relaciones sexuales*, haciendo hincapié a la promiscuidad que existiría por ponerse dicha vacuna. Para ella resultó contradictorio, ya que antes sentía el apoyo de su madre, pero con lo que le dijo se cuestionó si realmente le volvería a tener la confianza para contarle sobre su vida sexual.

También se retomó el tema de la virginidad; *es un tema tabú, a un hombre se le aplaude estas acciones, desde pequeños tenemos esta educación donde la mujer es prohibida*. Surgieron muchos comentarios respecto a esta cuestión en el discurso, poniendo ejemplos de lo que ellas han visto con amigos, familiares y conocidos, sobre cómo tratan a sus hijos, cosas como que a los niños desde

pequeños les preguntan cuándo tendrán novia o cuántas novias tienen, mientras a las niñas se les dice que no pueden hacerlo, que eso está prohibido o está mal.

Otro tema relevante fue la exigencia hacía las mujeres por usar métodos anticonceptivos, una participante comentó: *hablar de la sexualidad es abstenerse, es violento que a las mujeres se les prohíba tanto, el cuidado siempre es para las mujeres y no para los hombres*, cuestionando esta presión que está sobre nosotras, la responsabilidad que recae sobre nuestras decisiones y nuestros cuerpos. En cambio en los hombres no existe esta exigencia, muy pocas veces se les dice que se cuiden, más bien siempre es la mujer quien tiene la culpa si se embaraza o si se le transmite alguna infección y los comentarios suelen tornarse en *es que tú como mujer te debiste cuidar*.

En eso intervino una integrante del equipo y expresó que las personas involucradas en el acto sexual tienen la responsabilidad de cuidarse mutuamente, pero cuando llega el momento de abordar las problemáticas en conjunto no resulta así, porque incluso cuando a un hombre le mencionan la palabra “vasectomía” se remite a un “no”. Sin embargo, nosotras como mujeres debemos pasar por todo un cambio hormonal al utilizar métodos anticonceptivos, que nos puede afectar física y emocionalmente, pero en el caso de los hombres se aboga que no están dispuestos a hacerse esta intervención por el miedo que les ocasiona perder su “virilidad”.

Una participante continuó la conversación diciendo: *desde que estamos chicos se nos enseña a que la mujer se debe de dar a respetar, Les gusta tener esa imagen de esa mujer santa, que se debe dar a desear*, a lo cual las mujeres del círculo cuestionaron esa frase “darte a desear”, ya que existe todavía esta creencia que las mujeres tenemos que hacernos “las difíciles” para que los hombres nos encuentren más atractivas o tengan mayor interés hacia nosotras. Se cuestionó al respecto; ¿por qué todavía existe este pensamiento? Si una mujer quiere estar con un hombre y él quiere estar con ella, no se ve el sentido de dicha frase, ya que se debería poder entablar una relación con la otra persona sin problema alguno.

Una de nuestras compañeras del equipo mencionó; *a las mujeres se nos enseña a reprimirlo, no tenemos derecho a disfrutarlo, no podemos hablarlo porque eso*

*está mal*. Desde que somos niñas se nos ha inculcado que no debemos hablar o saber sobre la sexualidad, que incluso el explorar nuestros cuerpos es algo que está mal, algo sucio. El discurso continuó, pero por cuestiones técnicas no pudimos obtener el video completo, ya que se cortó la grabación. No obstante, se siguió hablando de cómo se ve reprimido el placer en la vida sexual de las mujeres. También se comentó que ellas notan contradicciones ya que los hombres “se asustan” cuando saben sobre la vida sexual y sobre las parejas que hemos tenido las mujeres. De igual manera, comentaron que la mayoría de hombres no se preocupa por hacerles sentir placer y se remiten a su propia satisfacción.

Con esto terminó la sesión y se les agradeció por haber estado presentes y en el círculo, igualmente se les preguntó si sería de su interés volver a ser parte de algún conversatorio en caso de que hubiera la oportunidad de hacerlo, a lo que respondieron que sí e incluso nos dieron algunas propuestas para hacer las sesiones más amenas y dinámicas. Con esto mostraron el deseo de seguir con estos espacios, teniendo ellas más apropiación sobre estos, lo cual se les agradeció en demasía y así concluyó el conversatorio.

## **CAPÍTULO II. Mujeres: sus sentires, sexualidad y violencia**

Pensando en la complejidad de cómo plantear la problemática de esta investigación reflexionamos que son demasiadas cuestiones las que quisiéramos y sentimos que tenemos que abordar. Sin embargo, creemos que la mejor manera de empezar sería mencionando que a lo largo del tiempo las mujeres hemos vivido situaciones de violencia debido a nuestro género, la violencia contra la mujer viene desde el modelo social heteropatriarcal<sup>3</sup> ya que hemos sido violentadas generación tras generación; probablemente no disminuye o desaparece, es decir, que aunque actualmente ya hay más consciencia sobre el problema de la violencia contra las mujeres, sigue existiendo y se sigue reproduciendo. Podemos decir que la violencia es utilizada para mantener el poder en una estructura, esto quiere decir que existen jerarquías en donde uno es dominante y el otro es inferior total o parcialmente; dependiente al que le domina, sobre esta cuestión nos adentraremos a lo largo de este apartado y dentro de la investigación.

Si bien una de las formas de violencia más alarmantes y notorias es la agresión física, las estadísticas mundiales de la violencia de género apuntan a cómo es que estas varían de un lugar a otro. Según las estimaciones, a lo largo de su vida, una de cada tres mujeres es maltratada, coaccionada para que mantenga relaciones sexuales o sometida a otros abusos (Manuh, s. f.). En México, al menos 6 de cada 10 mujeres ha enfrentado un incidente de violencia; 41.3% de las mujeres ha sido víctima de violencia sexual (ONU Mujeres, 2018).

Aunque la violencia física es de suma importancia, queremos destacar que no necesariamente se recurre sólo a ella para violentarnos, también una de las tantas maneras en donde podemos encontrarla es en el discurso, el cual a menudo puede llegar a ser imperceptible, provocando que estemos en constante represión y silencio pues atenta directamente contra nosotras, nuestro cuerpo,

---

<sup>3</sup> Para fines de esta investigación, entendemos al heteropatriarcado como el contexto sociocultural en donde socialmente se establecen derechos para hombres, y lo masculino, por encima de las mujeres, y lo femenino, dándoles el control a ellos sobre nuestro cuerpo y la reproducción, con actos socialmente aceptados, los cuales se pueden ejercer de manera pacífica o violenta.

nuestros sentires, nuestra sexualidad. Se pueden observar actitudes y creencias que justifican y normalizan la violencia contra las mujeres, generando así un ambiente en el que desde el habla se nos violenta. Es importante reconocer que es una situación que recientemente se comenzó a visibilizar como un problema social, pues no ha pasado tanto tiempo desde que comenzamos a escuchar acerca de los micromachismos y de la violencia verbal hacia las mujeres, aunque eso no significa que no haya existido antes.

Históricamente la hegemonía heteropatriarcal se ha mantenido presente en la vida de las mujeres construyéndolas, más que como sujetos, como objetos que son destinados para el consumo de un otro, incapacitando el poder de convertirnos en algo diferente que no sea aquello que se espera de nosotras, pues nos limitan en todos los ámbitos de nuestras vidas: sexual, laboral, académico, familiar; así estableciendo un modelo de lo femenino, basado en aspectos que continúan ejerciendo control y violencia.

Podemos creer que en la familia, como primer grupo del que somos parte y pertenecemos, es donde pueden comenzar a interiorizarse las nociones sobre la violencia. Un ejemplo muy sencillo de entender es con los roles que definen el ser mujer o cuál es nuestra función, pues las mujeres hemos tenido la carga social de tener que cumplir con el papel de madres y amas de casa; por otro lado, el hombre es el proveedor, trabajador y administrador del dinero, por lo tanto el poder se le otorga y el espacio público queda disponible para él.

Parte de esta limitación se puede comprender con lo que señala Ana María Fernández en *La mujer de la ilusión* (1993) como el orden binario que la sociedad ha establecido, en donde menciona que el espacio público se encuentra destinado a los hombres, replegando así a las mujeres al ámbito de lo privado, siendo el hogar la mayor representación de éste. Pese a que se refiere a los espacios físicos, creemos que simbólicamente se puede traducir en otras formas. Consideramos que se ha introyectado la idea de que si las mujeres abandonan dicho espacio asignado, hay una alta probabilidad de que sean violentadas por un tercero, pues estarían desafiando a las limitantes que les rodean. Es así que podemos pensar que la finalidad de recluirlas en dicho espacio, es para convertirlas en “la mujer y esposa ideal - casta, pasiva, obediente, ahorrativa, de

pocas palabras y siempre ocupada con sus tareas” (Martinengo, Morales, Salgado, s. f., p. 3), de tal manera que, si es buena y “pura” se cree que será protegida, tratada con respeto y en caso de no ser así, pareciera ser que le da el derecho a otros sujetos, sin importar su sexo y/o género, de violentarnos. No obstante, aun cumpliendo con los estándares que esta sociedad nos impone, de cualquier forma, nos vemos trastocadas por la violencia.

Por lo anterior, la mujer se ve obligada por otros y, al mismo tiempo por ella, a cumplir modelos ya establecidos, juzgarse y dañarse tanto física como psicológicamente, es decir, que al existir tantas restricciones para las mujeres, llegan a ser afectadas en su propia percepción, el valor que le dan a sus decisiones y a su cuerpo, la mayoría de las veces tiende a ser un acto inconsciente, pero también se hace presente en la narrativa cotidiana de lo consciente, los cuales se llevan a cabo por sentirse confundidas en estos constructos y constreñimientos sociales.

En contraste a lo ya antes mencionado, en *Las mujeres y la culpa según el mito de los orígenes* se menciona que:

Bajo la mirada patriarcal, lo que se ha plasmado en la teoría es cómo el hombre es el dueño de la razón, el que piensa, el ser de la cultura, el sujeto de la ley y la mujer es la sin razón, lo pulsional, lo prohibido, la cercana a lo ‘natural’, puro sentimiento a quién someter la cultura, al orden y a la moral, porque ella atenta contra la moral establecida, contra la alianza social, contra el pacto que funda y sostiene la cultura (García, Shimada, Vargas, 2007, p. 603).

Dicho de otra forma, las mujeres nos vemos envueltas por estos constructos sociales peyorativos, donde somos atravesadas por la interiorización de estos mitos que desvalorizan y nos considera como sujetos pasivos y pulsionales, contrario al hombre, que siempre ha sido considerado el activo, el que tiene el poder sobre los cuerpos y lo que impera culturalmente. Bajo esta lógica, las mujeres somos señaladas como las culpables de que se nos violente, porque nuestra condición sociocultural nos hace ser las provocadoras e incitadoras de despertar lo carnal y libidinal en los hombres, por lo que violentarnos se piensa está completamente justificado.

Siguiendo esta línea de formas en que se nos violenta, nos encontramos con la siguiente cita de Ana María Fernández; “Los relatos [...] presentan el consejo acerca del modelo de ser mujer, el ‘deber ser’, pero en general lo hacen a través del ejemplo de lo que no deben ser” (2012, p. 238). Comparando las dos últimas citas, podemos inferir que si como mujeres seguimos el concepto de lo que se espera de nosotras, vamos a vivir en una constante limitación porque estaríamos siendo construidas desde la mirada masculina y, al mismo tiempo, se nos enseña explícitamente lo que no debemos de llegar a ser, ya que no estaríamos entrando en ese ideal de la feminidad. Desde esta mirada podríamos decir que, la violencia es este espectro que nos persigue de manera continua y no nos permite existir plenamente.

Respecto a lo anterior nos preguntamos; ¿por qué las características que se connotan femeninas y se nos han asignado como mujeres, se han considerado negativas? De esta manera, al rechazar todas estas particularidades, lo que estamos haciendo es negar una parte de la realidad que nos concierne a todos en general. Para ser más específicas, consideramos que es violento delimitar y pensar que existe una sola forma de ser mujer, porque entonces estaríamos diciendo que si alguien no se identifica con alguna o ciertas características, se le resta su valor como persona.

Actualmente se cuestionan las prácticas instituidas y a través de los discursos creemos que podemos percibir la manera en que nos afecta a las mujeres en distintos entornos de nuestra vida. Refiriéndonos específicamente a la sexualidad, se nos impone como uno de los pilares que sostienen “el ideal de ser mujer”, en este sentido se imposibilita su goce, afectando su desenvolvimiento pleno, debido al estándar de lo que se ha definido como lo femenino. En *Las mujeres y la culpa según el mito de los orígenes* se menciona que:

En el caso de la feminidad, esta nos confronta necesariamente con el malestar que la cultura produce entre las mujeres de una sociedad, entre otras cosas, por la desigualdad de condiciones entre hombres y mujeres impuesta por la represión del placer y la socialización de los ideales femeninos (García, Shimada, Vargas, 2007, p. 603).

Pensamos que el imponer una sexualidad a los sujetos tiene un gran trasfondo, pues no sólo es una cuestión biologicista la que manejan los discursos en torno



a la sexualidad, sino que se vuelve una cuestión completamente cultural, ya que a los actos pertenecientes a ella se le dan significaciones personales y sociales, que han variado según el contexto sociohistórico, construyendo así una identidad que toma lugar en la corporalidad. Estamos entendiendo al cuerpo como ese punto medio entre lo interno y lo externo; se puede creer que sólo pertenece al espacio exterior porque lo visualizamos, pero se encuentra investido de cultura que interiorizamos; hay partes que no vemos, que privamos a nuestro entorno de que conozcan. Por supuesto que va a responder a cuestiones biológicas, aunque consideramos que va a estar permeada de cultura.

Del mismo modo dentro del conversatorio pudimos percatarnos de cómo es que la mayoría de las participantes viven o vivían su sexualidad en torno a las creencias que se les imponen, aunque algunas coincidían respecto de cómo aprendieron a llevar a cabo su vida sexual, cada una la vivía de distinta manera, incluso se llegaban a resistir ante esto. Al escuchar experiencias de otras mujeres inferimos que les surgieron diferentes significados en torno a la sexualidad y esto nos remite a lo que menciona Marta Rivas;

Dado el carácter organizativo de la narrativa, muy cercano a las modalidades cotidianas de relatar las experiencias, se pensó que las historias sexuales de las mujeres posibilitarían el surgimiento de sentidos y significaciones en torno a estas prácticas y relaciones, y a la forma cómo se vinculan con la subjetividad femenina (1996, p.197).

Todo lo anterior nos hace plantearnos el tema de violencia en la sexualidad y pensar en las dificultades que existen dentro de esta. De igual manera, nos gusta pensar que hay algo más allá de toda esta dificultad, por lo cual pensar en el placer parece ser una salida entusiasta ya que, a nuestro parecer, por medio de este se pueden alcanzar estados de plenitud, goce, tranquilidad y comodidad. Podemos cuestionarnos si esta idea del placer realmente es tan disruptiva como la pensamos, pues bajo esta lógica de dominación heteropatriarcal; quienes establecen los estándares de lo que es el placer son las masculinidades que, a su vez, responden al ideal de la masculinidad el cual se ha superpuesto a lo femenino.

Para nosotras es triste pensar que cuando buscamos placer exista la posibilidad de ser constreñidas, o que al poder alcanzarlo sigamos estando sujetas a las

limitantes que se nos imponen, independientemente de cómo vivamos nuestro placer, o si no lo vivimos. Si bien, el placer se puede definir de muchas formas y por diversos campos, tanto académicos como literarios, creemos que lo importante es vivirlo y sentirlo, sin perder de vista que no es igual para todas las mujeres, pero sí que todas somos capaces de experimentarlo de la forma que lo deseemos.

Podemos decir que a partir de las distintas creencias y significaciones que se han impuesto sobre qué es ser mujer, qué es ser femenina y cómo vivir la sexualidad, entre otras, es que se van formando condicionamientos y pensamientos culturales que engloban el ser mujer, en relación con esto Marta Rivas comenta:

Suponemos que la subjetividad femenina se vincula a aquellas significaciones que participan de los códigos y sistemas simbólicos particulares en torno a la femineidad, al género. Estas significaciones inducen a pensarse e imaginarse de una manera específica frente al mundo, condicionando simultáneamente, las formas de sentir, actuar y establecer relaciones (1996, p.195).

El comenzar la intervención con mujeres logró que pudiéramos acercarnos a lo que han sentido y vivido como violencia. En todo momento tuvimos presente que nuestra atención debía de ir completamente hacia las mujeres, no sólo porque forman parte del trabajo de investigación, sino porque nuestro interés es genuino. Creemos que toda la violencia por la que pasamos trae afectaciones, por lo que nos preguntamos; ¿qué es lo que pasa con las mujeres durante estas situaciones?

El acercamiento al campo con las mujeres creó un ambiente diferente, en el cual entre ellas pudieron identificarse, intercambiar comentarios e ideas, reflexionar, por lo que nos pareció pertinente seguir haciendo énfasis en sus voces, pero no sólo en su verbalidad, sino en el trasfondo, en lo que buscaban expresar y transmitir. De esta manera, descubrimos que probablemente sus sentimientos tienen más peso en su discurso de lo que creíamos, por lo que nos encontramos con la interrogante de si era necesario recalcar estas cuestiones en un trabajo de corte académico, por lo que decidimos mantener su humanidad, sus nudos

en la garganta, su llanto, su ira, su confusión, sus risas, pero sobre todo aquello que se suscitaba en conjunto. De lo anterior Joan W. Scott menciona;

Hacer visible la experiencia de un grupo diferente pone al descubierto la existencia de mecanismos represivos, pero no su funcionamiento ni su lógica internos. Para eso necesitamos dirigir nuestra atención a los procesos históricos que, a través del discurso, posicionan a los sujetos y producen sus experiencias (1992, p. 49).

Es decir, enfocarnos en las vivencias de las mujeres, pues a través de sus discursos es cómo podemos comprender cómo es que significan cuestiones de los distintos ámbitos de su vida y, asimismo, al poder compartirlo con más mujeres pueden crear nuevas resignificaciones de estas vivencias.

Tomando en cuenta lo anterior, consideramos pertinente introducir la idea de lo que consideramos como experiencia; tratándose del cúmulo de situaciones que se han vivido y se perciben a diario, sobre este término Joan W. Scott menciona:

La experiencia es el proceso por el cual se construye la subjetividad para todos los seres sociales. A través de ese proceso uno se ubica o es ubicado en la realidad social y de ese modo percibe y comprende cómo subjetivas (referidas y originadas en uno mismo) esas relaciones- materiales, económicas e interpersonales- que de hecho son sociales y, en una perspectiva más amplia, históricas (1992, p.53).

Ahora bien; ¿por qué terminamos refiriéndonos hacia sus sentires y no como tal a su experiencia? Si bien, se podría pensar que tanto “sentires” como “experiencias” van de la mano es a raíz de la experiencia el cómo los sujetos vivencian sus sentimientos y de manera inversa, pues es a través de nuestros sentimientos que definimos nuestras experiencias; nos quisimos enfocar en darle visibilidad a todos estos sentires que las mujeres atravesamos debido a situaciones con respecto a nuestra sexualidad; ya que las mujeres le apropiaron cualidades específicas a estos temas que las atraviesan, no sólo de manera simbólica, sino también de manera empírica. Dentro del trabajo de campo con ellas, pudimos percatarnos de que en cada historia que nos contaban sentían cierta culpabilidad, tristeza, asco, rencor, miedo, y a su vez, sentimientos que iban más enfocados a la aceptación, tranquilidad, amor, respeto, empatía, protección de sí mismas, entre otros.

Por lo que llamarle sentires a la articulación de sus experiencias y sus sentimientos no sólo consideramos nos ayudará en el análisis, sino que nos hace sentir en mayor empatía con sus voces. Es por esto que nuestra mirada se enfocó principalmente en los sentires, ya que al ser temas delicados algunas de ellas se sentían “marcadas”, donde lejos de abordar el relato de su experiencias, su enfoque provenía desde sus sentimientos. Queremos aclarar que nuestra intención nunca será que las mujeres se sientan definidas por experiencias desagradables, pues las mujeres no nos convertimos en el sentir que experimentamos en una situación de violencia, ya que afirmar eso sería reducir nuestra existencia únicamente a ese acto violento, que lejos de ayudar solamente serviría para seguirnos negando y violentando. Sin embargo, es difícil dejarlo de lado, ya que son parte importante que constituyen los sentires que nos conforman como sujetos; aún así nuestro propósito fue que pudieran expresar lo que sintieron en ese momento y empatizar con los sentimientos de las demás participantes.

Consideramos que más allá de seguir reproduciendo un discurso violento sobre la sexualidad femenina, buscamos señalar que justamente estos actos que recaen sobre nosotras nos afectan, de manera que posiblemente no llegamos a vivir nuestra sexualidad como quisiéramos. Es pertinente rescatar estas voces y sentires de las mujeres que suelen estar en constante represión, ya que al escuchar su discurso creemos que la violencia no puede ser evadida, pues se externa en cada historia. De igual manera, al crecer en una sociedad en la que se nos impone el cómo ser mujer, como ya se ha mencionado, nos hace cuestionarnos si realmente estamos viviendo nuestra sexualidad como la deseamos o es una imposición más.

Deconstruirnos es difícil por lo cual tratar de quitarnos ideales instituidos puede ser un proceso largo, sin embargo, creemos que en nosotras está el poder de hacer que progresivamente haya un cambio para que las niñas y mujeres que se vayan desarrollando en la actualidad, así como en el futuro, puedan tener la certeza de que no hay una única manera de ser mujer, ya que existen distintas significaciones dependiendo de las vivencias personales y los sentires.

Es trascendental para nosotras el proceso que han llevado las mujeres a lo largo de la historia que nos ha traído hasta el presente, y cómo es que aún en la actualidad se están buscando maneras de resistir ante el modelo impuesto, como pueden ser los espacios que están diseñados por y para ellas. Además, queremos reflexionar si los sentires de las mujeres son una forma de resistencia, pues podríamos decir que son manifestaciones internas que responden a las agresiones. Cualquiera que sea el caso, no nos compete cuestionar su respuesta, sino conocerlas y seguir visibilizándolas. Aquí estamos, sobrevivimos y luchamos; aquí resistimos y generamos espacios de resiliencia colectiva por el bienestar de todas y todos (Inmujeres, 2021).

Es relevante para nosotras, saber qué es lo que sucede con la violencia que las mujeres mexicanas recibimos a diario, esta situación nos hizo plantearnos la pregunta central de investigación, la cual nos ayudó a reflexionar a lo largo de la misma; ¿De qué manera las mujeres, desde sus sentires, significan la violencia ejercida hacia su sexualidad? De igual forma nos gustaría plantear que nuestro objetivo general es evidenciar los sentires de las mujeres ante la violencia ejercida sobre su sexualidad; siendo como parte del proceso para alcanzarlo el generar un espacio seguro y de confianza donde ellas se sientan libres para expresarse, brindarles un apoyo de escucha durante y después de la investigación, indagar qué genera en las mujeres la violencia normalizada que se ejerce en sus vidas y la manera en la que puede repercutir en su sexualidad y, por último, conocer las acciones que ejercen las mujeres contra la violencia instituida hacia ellas, viendo a estos como nuestros objetivos específicos.

### **CAPÍTULO III. Cuando la realidad y la teoría convergen**

Cuando nos preguntamos cuáles serían las categorías de análisis en las que profundizaríamos para nuestra tesis, pensamos inmediatamente en nuestro "guión", en el cual buscamos recolectar fragmentos de todas las partes que conforman la amalgama de conversaciones y sentires del discurso grupal en el conversatorio. En éste intentamos conservar el discurso de las participantes, sin desprendernos del contexto de sus voces, por eso nos pareció adecuado retomarlo y así comenzar a hilar todo lo que compartieron en el espacio, no viéndolo como cuatro sesiones separadas, sino como un primer acercamiento a las mujeres con el cual pudimos notar que a pesar de que fueron cuatro momentos distintos, con diferentes participantes a lo largo de las sesiones, había temas que se trataban de la misma forma y se relacionaban entre sí, lo cual significó un proceso dialéctico entre diversos momentos que se suscitaron a lo largo de las sesiones, para así poder dar sentido a sus discursos.

En primera instancia, es interesante observar la importancia que cobró el acto comunicativo a lo largo de las sesiones del círculo, en donde las participantes señalaron en diversas ocasiones que el simple hecho de poner en palabras y compartir con el grupo sus sentires, tuvo gran impacto en la forma en que se relacionaban con aquella historia que contaban. Aunado a esto, se mencionó el deseo de que toda mujer pueda contar con un espacio seguro para poder expresarse, aquel en el que se mostrase no solo una apertura a lo que se dice, sino además empatía, lejos de ser juzgada o culpada de aquello que se comparta, en donde el conversatorio logró fungir como un esbozo del gran alcance que pueden tener estos espacios; un círculo donde cada una de nosotras pueda sentirse segura.

Comenzamos a reflexionar sobre "la confianza" que se generó dentro del conversatorio, puesto que bajo el contexto virtual en el cual estamos viviendo, nos hace cuestionarnos si hubo una confianza "plena" por parte de las participantes o sucedió un proceso distinto que de igual manera las llevó a poder compartir sus experiencias respecto a los diversos temas que se fueron abordando. Lo que entendemos como confianza plena, al menos para fines de este trabajo, es el deseo de compartir sobre una misma, poder interactuar con

las vivencias de otras participantes, así como también dejar que las demás interactúen con las propias vivencias; que verdaderamente sintieran cierta tranquilidad, y que no se hubiese generado una presión debido a las temáticas del conversatorio, de platicar respecto a situaciones que, como incluso ellas lo mencionaron, era la primera vez que lo ponían en palabras.

Por otra parte, nos encontramos con las limitantes que se presentaron por el espacio, pues las mujeres no se conocían e incluso hubo algunas que no participaron de manera activa y, aquellas que llegaban a hacerlo muchas veces no era posible ver sus rostros, por lo cual escuchábamos únicamente sus voces. Aunado a esto, ellas sabían que iban a ser sólo cuatro sesiones, en otras palabras que el tiempo sería breve. Por lo mencionado anteriormente, pensamos que pudo haber sucedido alguno de los tres procesos que vislumbramos como espontáneos con las participantes.

La primera refiere a que de cierta manera aceleraron su proceso personal para generar confianza tanto en el espacio como con las demás integrantes, pues lograron sentir que el círculo era el lugar ideal para poder compartir lo que deseaban; no obstante esto, se habla de que percibieron la complejidad de la situación y decidieron no expresarse al respecto, lo cual fue totalmente válido cualesquiera que hayan sido sus razones, o bien, enfrentarse a las dificultades que esto presentaba ya que sus necesidades de enunciar sus vivencias se vieron como prioridad. Otra salida pudo haber sido la ilusión de que habían generado confianza en el grupo, ya que había interacción y participación en las dinámicas grupales, pero no ahondaron en situaciones personales, lo cual no permitió que se interactuara directamente con ellas; conocían las dificultades del contexto y sí había deseo de estar, sólo que las condiciones no eran las más favorables para ellas. Por último, está la confianza que calificamos como “ciega”, aquella que incluso puede considerarse como romántica, pues compartían y dejaban que interactuaran con sus vivencias constantemente, estando plenamente inmersas en el espacio y en las conversaciones.

Nos parece sorprendente que bajo las circunstancias que estamos viviendo, se haya creado una confianza plena, así que nos planteamos estos procesos como respuestas alternas que pudieron tener las participantes. No estamos diciendo

que el espacio falló, todo lo contrario, tuvo éxito para todas en diferentes formas; recordemos que somos sujetos conformados tanto por nuestra singularidad, como por la colectividad, lo que se traduce en que parte de los procesos en los que estamos inmersos, involucran mantener fragmentos de otros o de los grupos a los que ha pertenecido, no olvidando que es un proceso dinámico, pues está sucediendo constantemente. Podemos pensar que la condición grupal creó un espacio de seguridad y fortalecimiento para las mujeres, pero también exacerbó sus malestares, ayudando a una resignificación de estos, que hasta entonces mantenían ocultos, transformándolos en malestares que se expresan, se comparten y motivan al cambio social. Gracias a estas circunstancias, las integrantes tuvieron la valentía de compartir anécdotas sobre la violencia que han vivido y compartirse a sí mismas desde la vulnerabilidad de estas circunstancias, haciendo un gran esfuerzo por la necesidad de ser escuchadas.

### **Familia; ausente en su presencia**

Desde un primer momento en el círculo reflexivo, las mujeres manifestaron la importancia que tiene la familia en sus vidas, ya que esto repercute de alguna manera en sus sentires y en cómo vivencian sus experiencias. Es trascendental entender que la familia es una institución, por lo cual, es importante reparar en este concepto, en primera instancia para Castoriadis:

La institución no está solamente para ‘contener la violencia’ del ser humano individual... la sociedad está aquí para humanizar este pequeño monstruo bramando y para que resulte apto para la vida (1999, p. 118).

De igual manera, recuperamos otra definición sobre el concepto de institución, Verónica Gil y Roberto Manero mencionan en *Algunos referentes teóricos sobre el concepto de institución*:

Podemos referirnos a las instituciones como “espacios concretos de producciones de sentido, y de formas de organización, en las cuales existe un coeficiente y umbral de transversalidad determinado, lo cual hace singulares y difícilmente generalizables a las instituciones en un contexto socio-histórico determinado” (2012, p.1).



Esto nos hace pensar, que el concepto de institución puede referir a la manera en la que se forman sujetos inmersos en la cultura ya establecida, para la funcionalidad de la misma sociedad, es decir, que cada institución tiene sus respectivas normas y leyes, justamente para que haya un orden social y no desencadene el caos.

Hay que recordar que una de las condiciones necesarias para que los sujetos vayan construyendo su identidad, es la interacción entre él y el entorno que lo rodea desde su nacimiento; podemos decir que nos conformamos sujetos gracias a la interacción que tenemos desde los primeros años de vida con un grupo característico: la familia.

Nos parece importante mencionar que creemos que no hay una definición concisa de 'familia' es de esta manera que, bajo la mirada en *Estudios de Familias*, tomamos en cuenta lo siguiente; "A lo largo del tiempo las familias se han complejizado; los diferentes sucesos históricos, socioculturales, económicos y políticos han marcado sus pautas de transición, transformación y cambio en su estructura, organización y función social" (Ortiz, Femat, 2018, p.8). Con esto queremos decir que no existe un solo tipo de familia, sin embargo cada una de ellas conlleva diferentes dinámicas de enseñanza, así como normas que hacen que se pueda llevar a cabo una relación fructífera entre todos los miembros de la misma. Hay familia en todo momento y en todos lugares, pero por las diferentes circunstancias que les rodea, cada una de ellas tiene características que las hacen distintas unas de otras.

Sobre el término de familia, Castoriadis menciona:

No hay sociedad que no instituya un tipo cualquiera de individuo— o bien la familia —la organización y el contenido específicos de la familia son, cada vez, otros, pero no puede haber sociedad que no asegure la reproducción y la socialización de la generación siguiente y la institución encargada de eso es la familia (1999 p. 124).

Es decir, que la familia nos enseña diferentes formas de socialización y a partir de esto es que vamos reproduciendo estas enseñanzas a nuestras generaciones posteriores.

Ahora bien, después de escuchar a las mujeres que estuvieron dentro del círculo de reflexión, nos percatamos de que sí existen distintas formas de enseñanza, pero muchas de ellas compartían simultáneamente que había determinadas costumbres que les fueron inculcadas desde muy pequeñas, otras difieren en algunos aspectos, como el hecho de que de alguna forma crecieron y aprendieron a experimentar su sexualidad de manera solitaria, con esto queremos decir que no contaban con la presencia física o emocional de los padres para conversar sobre temas relacionados a la sexualidad, la menstruación, el placer y principalmente de sus sentimientos.

Esto nos hace reflexionar que la falta de educación y el acceso a la información son factores importantes en las vivencias de las mujeres, pues a partir de ello desarrollarán su sexualidad conforme a las bases que tengan; ya sea con bastante conocimiento al respecto de estos temas, o con nula información sobre los mismos.

*O sea yo siento que por mi parte a mí me faltó que me dieran como mucho apoyo en el ámbito emocional o sea no me inculcaron, se podría decir, como mucho del amor propio, no sé si están de acuerdo, o sea no me dijeron no te dejes pues maltratar por nadie o recuerda lo que vales.*

De esta manera, pensamos en esta "falta" o en algunos casos un nulo acompañamiento emocional, esto no necesariamente quiere decir que fue una falta de interés de los padres, mejor dicho, no había suficiente confianza para poder tener un acercamiento adecuado y así conversar estos temas, pensamos que debido a que la educación que recibieron nuestros padres fue distinta, tampoco hubo un acercamiento hacia estas cuestiones. Podemos pensar que la educación de parte de nuestros padres, en la mayoría de los casos, fue más reservada y con muchas restricciones, el tocar temas sobre la sexualidad era y es muy complicado, al menos para las generaciones anteriores. Es por esto que podemos inferir que esta cuestión es la que limita de cierta manera el acercamiento apropiado hacia las mujeres del conversatorio, y a la mayoría de las mujeres de estas generaciones.

Es evidente que algunas mujeres desean que en su ámbito familiar se incluya el apoyo, cuidado, enseñanza y protección en relación a su sexualidad. Estos deseos que mencionan son sumamente necesarios, pues la sexualidad no solo se trata de relaciones coitales, por lo cual señalaron que la familia se debe de encargar de reforzar la seguridad y el conocimiento hacia una misma; explicando que cada cuerpo es diferente, por medio del amor propio y la aceptación.

*Mi familia siempre ha sido el espacio donde me siento más segura y pues es complicado pensar que en el lugar donde te sientes más segura o tienes más confianza de hacer cualquier cosa, como que no tengas esa chance de hablar de sexualidad.*

*Al menos en lo personal toda la educación sexual en mi familia era solo “cuídate”, me hubiera gustado que me dijeran eso, qué pasa en el sexo y cuál era su argumento para que yo no tuviera sexo a esa edad. Si ellos me hubieran dicho “no lo hagas porque en este momento no estás en tu plenitud para comprender lo que conlleva” yo lo hubiera entendido muchísimo mejor a que si me dices cuídate, es como de ¿de qué o quién me tengo que cuidar?*

Suponemos que el poder educar sobre sexualidad puede ser controversial para las familias mexicanas, ya que debido al contexto histórico social, el hablar del tema sigue siendo un tabú para muchas personas, resuena mucho en nosotras el pensar en la pregunta con la que cerró la mujer “¿de qué o quién me tengo que cuidar?” pues nos han enseñado que nos tenemos que cuidar, pero no profundizan en el porqué de esta cuestión. Nos parece triste el pensarlo porque la violencia hacia la mujer existe desde que nacemos; desde niñas está este constante discurso de que no debemos jugar “pesado” con los niños, ni llevar faldas cortas en ninguna etapa escolar, que no podemos tener novio hasta que los padres consideren la edad adecuada para hacerlo, que debemos tener cuidado de salir embarazadas y si esto sucede es únicamente nuestra responsabilidad. Todas estas cuestiones recaen sobre nosotras, cuando en realidad, todo lo que se nos prohíbe y exige es por el miedo al poder que los hombres puedan llegar a tener sobre nosotras, y por estas ideas machistas que nos limitan; nos resulta interesante ya que son las mismas familias las que siguen reproduciendo esta idea de que el hombre tiene dominio sobre la mujer.

Es importante saber que la ignorancia podría ser un peligro ya que es muy común que las familias asocien el riesgo únicamente con el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual, con esto podemos pensar que nos enseñan a tenerle miedo al sexo o tal vez a lo que podría ocurrir después de ello. Esta limitación nos resulta agravante ya que es violento obstaculizar el conocimiento hacia cuestiones de sexualidad a las hijas e hijos, tenemos el derecho de disfrutar y sentir placer.

Como mencionan; no hay una previa orientación para que se pueda iniciar la vida sexual de manera adecuada, es un tanto contradictorio que se nos abstenga a la enseñanza de la sexualidad con el fin de “cuidar” y “prevenir”, sin embargo, ni siquiera se nos brinda un acompañamiento en el que se nos expliquen los riesgos, beneficios y cuidados que implican el tener una vida sexual activa, entonces, al no brindarnos esa orientación, no se tiene consciencia de que nos encontramos expuestas a un mayor riesgo, ya que llegamos a experimentar por nuestra cuenta, lo que conlleva a poder abrir heridas emocionales, que pueden terminar en sentimientos como el miedo y la culpa:

*No sé si dejar de estigmatizar todos estos temas porque fuera de dar algo bueno, es todo lo contrario, solamente te siembran miedo, te siembran culpa y te siembran pues mala información que te lleva a tomar malas decisiones.*

Por otro lado, también pareciera que gran parte de lo que se nos enseña a las mujeres es a temerle a todo lo que puede sucedernos, privándonos el goce de nuestros deseos y en algunas ocasiones desvalorizando nuestros logros e inclusive difundiendo la idea de que es poco creíble el triunfo de una mujer. De nuevo, estas conductas las asociamos con una realidad machista; debido a esto pareciera que solo las acciones de los hombres merecen ser reconocidas y valoradas. Sin embargo, es importante cuestionarnos quién ejerce este tipo de violencia hacia nosotras, si es solo de los hombres hacía las mujeres o también de mujeres a otras mujeres, pues ellas mismas comentan lo siguiente:

*Entonces lo que es curioso es cuestionarse, si México es un país criado en su mayoría por mujeres ¿por qué es un país tan machista?*

Es importante mencionar que en la sociedad mexicana es común la ausencia paternal, ya sea física y/o emocional. De esta manera es que las mujeres tienen que llevar a cabo ambos roles; pueden existir diversas razones de esta falta, pero algo sí es seguro, muchas mujeres están criando solas. Sobre esto reflexionamos que a los hombres se les sigue restando responsabilidad, pues vemos que existe una falta de compromiso hacia sus paternidades, que se traduce en su ausencia dentro de la vida de sus hijas.

De igual manera, no hay que olvidar que ser mujer no te exenta de tener actitudes machistas, como ya lo mencionamos, las generaciones anteriores tuvieron otra educación que justamente inculcaba estos actos y pensamientos, que no reparan en si es hombre o si es mujer quién replica estos comportamientos. Esto se ha normalizado y se ha hecho pensar que estaba bien seguir reproduciendo estos discursos violentos que limitan a las mujeres. No queremos culpar a las mujeres sobre las enseñanzas que imparten a sus hijas e hijos, sino que señalamos al sistema como el responsable de seguir replicando este modelo.

*En sí la familia por parte de mi papá es muy machista. Toda mi vida ha estado como marcada por este tipo de actitudes y demandas que, pues nosotras por nacer con este sexo pues tenemos que cumplir, yo creo que te limitan bastante cuando conservan este tipo de pensamiento.*

Desafortunadamente para la sociedad, el hecho de que una mujer esté triunfando laboralmente no está bien visto, ya que se tiene la idea de que el lugar de una mujer es en casa, haciendo labores domesticos, cuidando a los hijos y procurando las necesidades de alguien más, se nos ha enseñado a que nuestro espacio se reduce a sólo eso y en el discurso de las mujeres también resaltó:

*Como que no les interesa mucho el saber que una mujer esté triunfando, como que dan por hecho que por ser mujer pues no es relevante tu vida laboral o académica.*

Ana María Fernández hace referencia a lo antes mencionado, en *La mujer de la ilusión*:

Estos violentamientos -sean económicos, políticos, laborales, legales, eróticos, simbólicos o subjetivos- constituyen una de las múltiples estrategias de la producción de la desigualdad de género, en tanto producen consenso con respecto a la "naturalidad" de la inferioridad femenina. Si la mujer es inferior, será natural su lugar secundario o de subordinación; este consenso ha alcanzado a las propias mujeres, que durante siglos han desarrollado sus posibilidades de vida dentro de las limitaciones que el concepto de su inferioridad les ha impuesto. La arbitrariedad ha devenido natural (1993, p. 118).

La relación que se tenga con los padres es limitante para el crecimiento y desarrollo, es por esto por lo que a pesar de las restricciones que hay por parte de la familia llega un momento en el que para algunas mujeres es extremadamente necesario un desahogo, el afecto y la comprensión por parte de alguien de su confianza; madre, padre o en el mejor de los casos, ambos. Aquí es importante mencionar que la educación sexual en la familia es punto clave, puesto que:

*La educación que recibimos con respecto a este tema es muy superficial, señalan las participantes. Debido a estas faltas se puede pensar que se inculcan los miedos, [...] No tuve la oportunidad de sentarme con mi mamá, con mi papá a hablar de estos temas pues así como son. Es algo que vas aprendiendo conforme lo vas experimentando, es como ensayo error y siento que ahí es como el problema ¿no?*

La mayoría de las participantes mencionaron o dieron a entender que viven con sus familias y en general están en constante comunicación con ellas, aunque esto último no necesariamente significa que puedan compartir sus sentires dentro de su hogar. Abiertamente comentaron sobre las dificultades que se presentaban cuando intentaban entablar conversaciones acerca de sus propios deseos, dudas sobre sus cuerpos, el placer que pueden experimentar, las preocupaciones que tuvieron después de haber vivido su primera relación sexual y, en general, aquellas situaciones que las acompañan como mujeres.

## **La sexualidad entre los afectos y sentires de las mujeres**

A lo largo de cada sesión del conversatorio pudimos dar cuenta que las mujeres expresaron más acerca de algunos temas en específico, por lo cual intentamos desenredar lo que vemos como el entretrejo de la problemática en la que estamos interviniendo, para vislumbrarla lo mejor posible. Por esto mismo es que no las estamos analizando a ellas, sino al problema desde su discurso, comenzando por tomar un hilo conductor, no porque sea menos importante lo demás, sino porque no podemos abarcarlo todo. En este caso nos adentraremos a la discusión que conlleva el hablar de sus sentires hacia su sexualidad.

Tomando en cuenta lo anterior, comenzamos por notar que se comentó en múltiples ocasiones sobre la incomodidad que provoca el hablar de los temas que rodean a la sexualidad de las mujeres dentro del núcleo familiar, sobre todo de los que aparecen cuando comienzan a tener relaciones sexuales. Muchas sí lo han llegado a platicar con sus madres, pero no con sus padres, de lo cual pensamos se desprenden dos situaciones que responden a los roles familiares que se han establecido.

La primera, en donde las paternidades no son consideradas al enseñar información con respecto a la sexualidad y en especial sobre las mujeres, lo que es completamente entendible mas no justificable, pues en la sociedad se busca reproducir un modelo de enseñanza-aprendizaje que rechaza a la sexualidad dentro de sus contenidos; se espera que los hombres se relacionen sexualmente con mujeres, cumpliendo con la labor de reproducirse y satisfacer sólo sus propias necesidades y deseos. Olvidan por completo toda aquella cuestión que nos afecta a las mujeres, ya que a lo largo del tiempo han interiorizado nuestro cuerpo como un objeto sobre el que tienen derecho. Lo cual nos lleva a reflexionar sobre las repercusiones que experimentamos todas las mujeres al llegar a ser conceptualizadas como objeto, ya no solamente por las parejas masculinas que podamos tener, sino también por nuestros padres.

Cuando hablan de sus sentires ante la violencia que viven por nombrarse mujer mencionan;

*Es muy frustrante porque como que usan nuestros cuerpos, pero nunca nos permiten existir completamente.*

Vimos cómo durante el conversatorio la figura del padre pasó a un segundo plano o a ser totalmente inexistente, pues están presentes estos sentimientos de frustración por ser vistas como un objeto, incluso por los integrantes de su propia familia. Parece muy poca la demanda hacia la presencia y acompañamiento de las paternidades, pues hay un sentirse rendidas ya que ni siquiera consideran a sus padres como figuras a las que puedan acudir en situaciones que les generan malestar dentro de su sexualidad, pues eso requeriría que fueran visualizadas como sujetos.

Pasando a la segunda situación que podemos vislumbrar sobre esta falta de información que se propicia en los núcleos familiares, vimos que a pesar de que las participantes sabían que hablar de educación sexual es difícil y no está al alcance de la mayoría, seguían esperando que sus madres estuvieran ahí para ellas, enseñándoles sobre sus cuerpos y los cuidados que deben tener. De igual forma en el espacio participaron mujeres que tienen hijos, y fue justo su participación la que complementó esto último, pues expresaron el temor que experimentan cuando una hija se acerca a su madre con dudas sobre su cuerpo y la culpa de no saber qué decir o qué hacer. Denotamos como a las mujeres se nos culpabiliza constantemente por no cumplir con lo que se espera de nosotras; puede ser que estemos viendo que las mismas mujeres contribuimos a mantener ciertas exigencias dirigidas a la figura de la madre.

Para entender un poco esto, queremos centrarnos en el mito de mujer igual a madre al que se hace referencia en *La Mujer de la Ilusión*, el cual en nuestras palabras es como las mujeres somos construidas por diversos procesos subjetivos que sólo nos atraviesan a nosotras en nuestra sexualidad para que lleguemos únicamente a ser madres, el mito “organiza tanto el conjunto de prescripciones que legalizan las diferentes acciones en el concebir, parir y criar la descendencia los proyectos de vida posibles de las mujeres concretas, y también los discursos sobre la Mujer” (Fernández, 1993, p. 161).

Se hicieron diversos comentarios al respecto, no buscamos juzgar el sentir de ninguna de las participantes, pues no existe una sola verdad, se trata de construir



una visión en conjunto. Podemos señalar cómo nos llena de rabia y nos enfurece que se nos siga exigiendo cumplir con un papel preestablecido por la sociedad, pero sin darnos cuenta estamos exigiendo de igual manera a la figura de la madre, la cual sigue siendo una mujer con su esencia arrebatada. Sucede algo bastante curioso hasta ahora con los roles familiares desde la visión femenina, pues hay un sentirse rendida sobre el hecho de esperar apoyo por parte de las paternidades y un sentirse abandonada hacia las maternidades, pero no hay que dejar de lado que las madres de las que hablaron también son mujeres.

Hubo una participante que hablaba de su propia maternidad desde términos muy positivos, pero también habló de cómo todo aquello que demandan las hijas es algo que ella como hija tampoco tuvo de su madre. Ahora bien, vamos a adentrarnos un poco en lo ficcional para poder dar otro enfoque a esta culpabilización que están sufriendo las madres. En la subjetividad se interioriza una sexualidad femenina que sólo busca crear mujeres sexualizadas que no tienen poder sobre su misma sexualidad ni sobre sus cuerpos. Existe todo un sistema de control que provoca que esto suceda, en donde puede verse cómo se socializa la información que trata los temas sexuales: como un secreto, como algo que debe de dar vergüenza preguntar, que sólo existe en lo privado y que no se debe discutir ni compartir con nadie más. Pero independientemente de qué realidad se aborde, las mujeres no somos objetos, seguimos sintiendo, viviendo y deseando más, queremos cambiar nuestras realidades para vivir plenas, y de igual manera libres.

Si este deseo se replicó en el conversatorio, pensemos en que existe también fuera de éste, desde las madres que fueron mencionadas; vemos así como todas las mujeres estamos sufriendo la misma violencia de la desinformación. Si intentamos ver un poco más allá de la culpa que se deposita en las madres, podríamos decir que lo que quieren es sentirse a gusto con sus cuerpos, no solamente cuando experimenten con su sexualidad en lo privado, sino también en el desempeño de su vida en el ámbito público; las mujeres, ya seamos madres o hijas, sólo queremos sentirnos seguras.

Queremos rescatar la participación de una mujer que dijo que ella busca que un hombre la proteja, además mencionó que hay diferencias biológicas que no se

pueden negar, las cuales sí provocan limitantes de lo que pueden o no hacer los hombres y las mujeres. Es sumamente interesante porque reproduce un discurso biologicista; al mismo tiempo, menciona las exigencias que tiene hacia su padre, pues si ella y su hermana se sentían resguardadas podrían vivir sin tantas limitantes, ya que el sentimiento de protección las iba a estar acompañando; ¿se podría entonces pensar en términos de una concesión? o ¿acaso los discursos del sistema han sido tan efectivos que genuinamente creemos que están operando en nuestro beneficio con tales acciones?

Si consideramos que no existe un discurso más aceptado o dominante y un discurso excluido o dominado, como hace mención Foucault, creemos que podemos analizar con menos juicios esta situación que la participante está exponiendo (Foucault, 1977). Lo que hizo su participación fue esclarecer una multiplicidad de elementos que coexisten en la sociedad; comenzando por el poder, éste no es un sujeto en sí, el padre no tiene poder sobre la participante, pero tampoco ella sobre él, pues el poder son situaciones estratégicas que afectan a los dispositivos que funcionan en una sociedad, en todo caso las paternidades son las que ejercen su poder dentro de las familias. También se está hablando de una resistencia que no está yendo en contra, sino que se presenta mediante la exigencia de lo que existe en el ideal de la masculinidad, ya no sólo abarca a la paternidad que ella vive, pues creemos que el sentirse protegida lo busca en todos los aspectos de su vida.

Por otro lado existe un saber-verdad sobre la sexualidad que está sustentado de nociones científicas que a grandes rasgos, como se menciona en *La Historia de la Sexualidad*, tienen en detrimento a las mujeres, ya que al considerarlas como lo libidinal pueden llegar a presentarse como sujetos perversos, por lo que se desarrolla un saber en lo sexual en el que ellas deben de ser controladas, usando cuestiones externas como justificación; por lo que también el discurso de la participante responde a una sexualidad atada al cuerpo femenino. Con todo lo anterior, vemos estrategias que se adaptan tanto en saberes como en actos, pues la participante está exigiendo a su paternidad algo que en otros casos no se denota, pero con saberes socializados que siguen constriñendo y violentando la vida de las mujeres.

La existencia de gran cantidad de tabúes ha sido uno de los principales impedimentos para lograr abrir conversación sobre lo que sucede en la sexualidad de las mujeres, pues éstos se han creado como saberes-verdad a lo largo de la historia. Hemos sufrido en gran manera al conservar ideas que ostentan que el valor de una misma es proporcional al ejercicio o no de su sexualidad, por esto nos referiremos a ciertos aspectos que se relacionan con la educación sexual, los cuales se inscriben en las subjetividades, constituyendo de esta manera a las mujeres a partir de tabúes que nos violentan.

Se mantienen aquí ideas que imperan desde mucho tiempo atrás, que se han pasado de generación en generación, acerca de la importancia de la pureza y castidad que debe poseer toda mujer, conservando la virginidad como máximo obsequio sagrado que habrá de resguardarse para ser otorgado posteriormente. En relación con lo anterior surgen connotaciones respecto a la estima y respeto que se tiene por una misma, de forma que queda estrictamente relacionado con la manera en que resguardamos nuestra “virginidad”, lo que provoca sentires de confusión y presión, ansiedades en nosotras por las diversas reglas que debemos de seguir.

*Desde que estamos chicos se nos ha enseñado a que la mujer debe darse a respetar y que no tengas muchos novios porque te van a tachar de que eres fácil ¿no? Y de que no des, no le des tus besos a nadie o, en la primera cita, no beses a nadie porque no te va a tomar en serio ¿no? Entonces, como que todos esos pensamientos que nos han dado pues una se los empieza a creer ¿no?*

De esta forma, se crean limitaciones en la manera en que una mujer desempeña su sexualidad y, en caso de que se logre ejercer con libertad lo relacionado a lo sexual, queda circundado de connotaciones negativas. Vemos un ejemplo muy claro cuando una de las participantes menciona que a ella le parece violento que a las mujeres se nos prohíba tanto, usando de referencia lo que se dice en comparación con los hombres, a ellos se les festeja el tener diferentes parejas sexuales mientras que a las mujeres se nos juzga y se nos llama despectivamente como locas, putas, promiscuas, por la misma razón.

De esta manera, se busca que la mujer se reserve completamente como objeto, a la espera de un sujeto que pueda gozar de ella, sin olvidar que queda estrictamente prohibido compartir con quien no sea esa persona, ni siquiera con ella misma lo que es su sexualidad. Aunado a esto, es evidente que a los hombres se les ha exacerbado el ejercicio de su sexualidad, incluso hasta puntos alarmantes, en detrimento de las mujeres, en quienes inclusive ha imperado la idea de que no tenemos deseo sexual alguno. Lo cual resulta asombroso si reflexionamos en el hecho de que esto se ha generado a partir de lo que parece ser idóneo para las concepciones masculinas, anulando una vez más a las mujeres y sus sentires.

*No por besarte a alguien en una fiesta, no porque en la primera cita tú quieras tener relaciones vas a ser menos o más, simplemente eres un ser humano con deseos ¿no? Si quieres hacerlo pues hazlo y si no, estás en todo tu derecho de decir no, (...) todo siempre te lo dicen para que quedes bien con él y ocultar tus verdaderos deseos y es muy frustrante.*

Una situación que llamó nuestra atención, es que pese a que como mujeres se nos niega el ejercicio de nuestra sexualidad, a la par se nos atañe la responsabilidad de hacernos cargo de las problemáticas de ésta, pues somos nosotras quienes debemos de hacernos revisiones médicas constantemente, quienes debemos hacernos cargo de despertar el deseo en la pareja, quienes debemos encargarnos del uso de métodos anticonceptivos y a quien se señalará si alguno de estos aspectos presenta alguna dificultad, lo cual resulta exhaustivo para nosotras como mujeres.

*El cuidado siempre va enfocado a que la mujer tiene que cuidarse, tiene que protegerse, la mujer siempre busca los métodos anticonceptivos [...] y nunca hay una propuesta por parte del hombre de usar algún método, igual el cuidado o la prevención, no sé, hacer estudios. A los niños no se les enseña que tienen que tener un cuidado con ciertos estudios que se tienen que hacer y a la mujer sí.*

Es curioso pensar que cuando se logra incluir a la mujer en la conversación de lo sexual es con intenciones completamente diferentes: para referir a lo peligroso

que pueden ser las prácticas sexuales, ¿qué espacio queda entonces para el ejercicio de la sexualidad femenina placentera? Incluso cuando nos planteamos esta pregunta surge el pensar en el placer sexual femenino como una salida de estas cuestiones que nos constriñen, pero en una sociedad que está dominada con un poder inscrito en el dispositivo de la sexualidad no creemos que realmente ésta sea una salida, no estamos cuestionando la existencia del placer, sino el lugar que éste ocupa en nuestras vidas. Decimos esto porque podemos pensar en la pasividad erótica femenina de la que habla Ana María Fernández como “aquello que se presenta como un erotismo femenino sólo da cuenta del exilio de las mujeres de su cuerpo erótico” (1993, p. 252), dicho en otras palabras las mujeres somos violentamente despojadas de nuestra sexualidad de manera simbólica, lo que nos pasiviza. Bajo este esquema, hablar de pasividad no hace referencia a nuestra posición en las relaciones sexuales, sino al efecto que tiene la violencia heteropatriarcal sobre nuestro erotismo y, por ende, sobre el placer que podemos llegar a sentir.

*Las mujeres también tenemos deseos sexuales que nos reprimimos porque vivimos en una sociedad machista, pero no significa que no lo sintamos [...] todos hablan de lo malo, pero nadie habla de lo bueno y todo lo que lo puedes disfrutar.*

De esta manera, se entiende por pasividad femenina al hecho de considerar que la mujer no posee o debe poseer deseo de ejercer su sexualidad y/o hacer lo necesario para alcanzar cualquier situación que le produzca placer, ya sea porque se considere de forma negativa o bien, porque se le ha hecho creer que ella es incapaz de alcanzarlo. En relación con esto, se ha introyectado la idea de que el hombre es el garante de establecer las pautas de lo que será el encuentro sexual y proporcionar lo necesario para que la mujer pueda entonces alcanzar su placer.

La forma en la que podemos vislumbrarlo claramente es lo que Ana María Fernández menciona como *clitorectomía simbólica*, que es el desconocimiento por parte de muchas mujeres de la excitabilidad de la zona clitorídea, de cómo estimularla, la inhibición y/o la falta de prácticas autoeróticas, de su posibilidad de orgasmos múltiples, y como si tuviera menos valor un orgasmo en el que los

genitales masculinos no se ven involucrados; todo lo anterior son algunas de las piezas fundamentales de la pasivización erótica femenina en las mujeres (1993, p. 253). Esta idea no la pensamos sólo en el ámbito genital, sino que atraviesa tanto los cuerpos femeninos como la vida de las mujeres, por lo que pensamos que existe una clitorectomía simbólica social, pues a lo largo del conversatorio pudimos identificar que las mujeres compartían un sentir de limitación al expresar que son completamente capaces de experimentar erotismo, tomar la iniciativa, disfrutar y satisfacer sus deseos en todos los ámbitos de su vida como les plazca, pero que al encararse con un otro toda la emoción se ve detenida, minimizada y, finalmente, cuestionada.

Todo lo anterior nos hace cuestionarnos la eficiencia de los contenidos para establecer una relación sana con nuestro cuerpo, no estamos negando que exista una educación sexual, que si bien tiene la intención de mostrar algunos aspectos de la sexualidad, termina siendo también contraproducente al favorecer a la creación de ideales que contribuyen a generar presión tanto en las mujeres como en los hombres en relación con sus cuerpos y en sus respectivas relaciones sexuales que, aunado a la falta de la educación respecto a la importancia del cuidado y aprecio del propio cuerpo, termina desenlazándose en diversas problemáticas, como puede ser el dañarnos al no poder marcar límites con nosotras y con los demás.

*Siento yo que si me hubieran enseñado como a reconocer mi cuerpo, sería más fácil ahorita como ver mi cuerpo propio y no como algo que siempre tiene que verse bien como con los otros y siento también que la idea que tenemos de sexualidad siempre es en pareja, o para tu novio, o cosas así ¿no? [...] me hubiera ahorrado muchos problemas en la forma en como veo mi cuerpo.*

Ahora bien, tomando en cuenta la línea de pensamiento foucaultiano de que el dispositivo de la sexualidad se piensa para “proliferar, innovar, anexar, inventar, penetrar los cuerpos de manera cada vez más detallada” (Foucault, 1977, p.64) y que de esta forma se pueda controlar dentro de la sociedad, usando los cuerpos de las mujeres para que sostengan los mitos y tabúes sociales de lo femenino y lo masculino; de esta forma el cuerpo femenino termina apareciendo como uno de los elementos principales del dispositivo de la sexualidad (1977, p.

64). Sobre lo anterior, entendemos la función teórica que cumple, sin embargo, en el plano de lo real nos causa un sentimiento de impotencia, porque el cuerpo de las mujeres es de nosotras mismas, nunca se nos podrá arrebatarse, pero parece que se intentará de todo para hacernos creer que nuestro cuerpo no nos pertenece.

*Pero yo siento que con las acciones y con la forma en cómo te educan desde que eres pequeña de alguna forma, indirectamente, eso es lo que te van enseñando y ya cuando eres grande vas tomando algunas conductas que te perjudican, ¿no?*

Es aquí cuando se reafirma la importancia de poder contar con una educación sexual apropiada, pues son diversos los métodos que se han empleado para evitar que la información pertinente se encuentre al alcance, permitiendo su acceso únicamente a un grupo reducido de personas, en donde los padres y madres de familia no forman parte, restringiendo de esta manera que puedan contar con las herramientas necesarias para orientar a sus hijas e hijos que, posteriormente tendrán relaciones sexoafectivas, en la que bien podrán influir de manera positiva o, en su defecto, negativa.

### **La violencia que como mujeres nos atraviesa**

En este apartado nuestra intención es dar a conocer las voces de las mujeres que participaron en el conversatorio cuando expresaron sus sentires hacia la violencia que han vivido. Nos interesa y es prioridad reflexionar y cuestionar, para así crear consciencia al visibilizar las situaciones tan violentas que como mujeres tenemos el riesgo de vivir. Sentimos que esta categoría ha despertado en nosotras diversos sentires al darnos cuenta que, como hemos dicho a lo largo de la elaboración de la tesis, son temas que nos atraviesan por la condición de ser mujeres. Aunado a esto, experimentamos cierta preocupación que responde al deseo de querer tratar con mucho cuidado, respeto y empatía las vivencias que se compartieron en el conversatorio.

Como mujeres muchas veces nos es difícil detectar que estamos viviendo una situación de violencia debido a su normalización, en particular en la cultura

machista heteropatriarcal de México en la que crecemos. Lo que más resaltaba en el conversatorio era la preocupación de que como mujeres, no queremos ser violentadas y, cuando es el caso, nos es difícil reconocerlo y aceptarlo, ya que no queremos que eso nos defina, pues tristemente la mayoría de las veces se nos hace creer y sentir culpables, debido a los diferentes discursos que son bastante efectivos, los cuales responden al sistema, generando una ficción en la que nosotras mismas nos reconocemos culpables por lo que sea que llegue a pasarnos.

Como se mencionó en el relato reflexivo, desde la primera sesión en el conversatorio se reflexionó acerca de los sentires sobre ser mujer y, si bien mencionaron el gusto por serlo y tuvieron la oportunidad de abordar lo que podrían considerar como “lo bello de ser mujer” decidieron no hacerlo y, conforme avanzaron las reuniones, hablaron cada vez más de la violencia que como mujeres nos rodea. Si bien se mencionó que disfrutan y que les gusta el hecho de ser mujeres, nos hace cuestionarnos ¿por qué entonces no se ahondó en ello, más que en lo que les genera malestar? Nos hace pensar si genuinamente les gusta serlo pero en ese momento decidieron no compartir las razones, o simplemente lo expresaron como una manera de resistencia para sobrellevar este malestar en el que vivimos.

No queremos que se entienda que estamos negando la existencia del disfrute de ser mujer, sin embargo, sus discursos se centraron mayormente en todos estos malestares. Podemos pensar que ellas querían entablar una conversación acerca de este tema, quizá no de forma tan directa, pero sí necesitaban un espacio para desahogar sus sentires con respecto al trato que han recibido en las relaciones de las que han formado parte.

Las dudas siguen apoderándose de nosotras pues; ¿qué hay escondido en los deseos que provocaron que en la mayoría de las sesiones con las mujeres quisieran llevar la conversación hacia la violencia? No sabemos si podemos responder esa pregunta por nuestra cuenta, pero sí podemos ocuparla para comenzar a indagar en los sentires de las mujeres. Las referencias hacia las dificultades que vivimos por ser mujeres nos dicen que son situaciones que nos han acompañado toda la vida, pues hacen mención a cómo desde antes de la



adolescencia ya comenzamos a vivir situaciones de acoso, incomodidades que son provocadas por otros debido a nuestros cambios físicos y que esto tiene un efecto que interiorizamos al grado de llegarnos a preguntar qué tan bueno es ser mujer. En todo caso parece ser que es una duda que surge, pero no perdura, porque hay un entendimiento que el problema no es con nosotras, no es el hecho de ser mujeres, es algo que va más allá. Podemos pensar que se encuentra en los procesos sociales que nos oprimen, pues estos sentires aparecen porque hay un otro que los provoca y de eso tenemos total conocimiento.

*Desafortunadamente es lo que nos enseñan, a normalizar las cosas y es por eso que no nos damos cuenta de cuando realmente es una agresión.*

Con la anterior participación, pensamos que “Puede considerarse que los procesos de desigualdad-discriminación-violencia no son en rigor invisibles sino que están invisibilizados; es decir que los aspectos de la subordinación de género [...] se encuentran naturalizados” (Giberti, Fernández, 1989, p. 18), pues no desaparece la violencia, los golpes, las cicatrices, los comentarios, inclusive el otro que violenta sigue siendo parte de la realidad, mas por todo el contexto social que ya hemos señalado, puede que no sea posible el que sean interiorizados de esa forma.

Dicho esto, este proceso de naturalización de la violencia no sucede sólo de un momento a otro, es parte del sistema, está tan implantado en las realidades que lo encontramos permeando a las instituciones que construyen los sujetos. Haremos énfasis a la familia, como lo menciona Ana María Fernández;

Otras formas de violencia menos visibles pero no menos eficaces se ponen en práctica en la familia cotidianamente a través de la desigualdad en la distribución del dinero, del poder, de las responsabilidades domésticas, de las opciones de realización personal, etc. (1993, p. 118).

Lo que ella y las participantes nos ayudan a pensar es en las infancias, las cuales están siendo atravesadas por todos estos constructos. Desde que las mujeres somos niñas nos hemos visto envueltas por toda una historia que nos ha usado y violentado, de la cual la mayoría de las veces no tenemos idea pues vivimos en la reproducción de un modelo aprendido. Por esta razón es que sí hay una reproducción de ciertos roles de género, así como las lecciones de autocuidado

y formas de protegerse del peligro, las cuales se transmiten por medio del aprendizaje de madre a hija. Resulta curioso pensar que las mujeres del conversatorio comentaron que pese a que existía esa recepción de saberes por parte de sus madres, en la mayor parte de los casos no responden a las necesidades que presentamos las mujeres hoy en día, pero que probablemente sí funcionaba a las figuras maternas que les transmitieron ese conocimiento.

Gracias a esta transmisión de conocimientos socializados podemos encontrarnos con los diversos mitos que organizan a la sociedad y sus significaciones, de los cuales queremos destacar ahora el mito del amor romántico, el cual se basa principalmente en convencer a las mujeres de que “Si él no la mira, mira a otra, la abandona para siempre o por un instante, se pierde mucho más que un objeto de amor, está en juego su valoración, su reconocimiento, su narcisismo” (Fernández, 1993, p. 259), pues este mito se superpone en la subjetividad de las mujeres de tal forma que la fragiliza. De esta forma vemos que en el proceso de invisibilización de la violencia se encuentra instituido el ideal del amor, ya que desde un inicio la valoración de sí misma recae en manos de un otro, en gran parte de los casos, en aquellos en quien la mujer confía y aprecia, lo cual inevitablemente forjará vínculos en donde la dependencia esté presente. De esta manera es que, como se pudo apreciar a lo largo del conversatorio, las mujeres relataron que habían hecho gran cantidad de sacrificios y/o permitían acciones que las dañan con tal de mantener un vínculo afectivo.

*El chiste es que pues no, para mí no fue para nada placentero y de hecho fue bastante incómodo. Inclusive en ese momento yo, pues sí, pudiera ser que cometí el error de no externar mi inconformidad con lo que él estaba haciendo, sino pues dejarlo pasar, porque pues al final de cuentas yo decía “bueno pues es mi novio”, ¿no?*

Consideramos como este fragmento condensa de manera muy clara el funcionamiento del amor romántico y cómo es que violenta la vida de las mujeres, pues pareciera ser que las mujeres debemos de estar al servicio de un otro, encontrándonos en una situación en la que nuestros propios deseos y sentimientos dejan de tener mayor importancia. Dicho esto, vemos cómo se

introduce una narrativa que crea sujetos desde la ficción, pues al final el mito funciona para dilucidar esta problemática. Como consecuencia nos culpabilizamos, tanto por no cumplir con los deseos del otro, ni los nuestros, asimismo, por no externar nuestro desagrado ante ciertos actos a los que somos expuestas. Creemos que esto tiene que ver con la forma en la que nos han enseñado a estar siempre a disposición, pues devenimos de una infancia que nos prepara para que en nuestro desarrollo nos inscribamos completamente en la condición de ser mujeres, por lo que debemos siempre tener presente a un otro, pues nuestro valor dependerá de la mirada y la aprobación ajena.

Aunado a esto, se vuelve latente una culpa debido a vivencias, especialmente cuando ellas mismas reconocieron que han sido víctimas de algún tipo de violencia; y es que cuando lo aceptaron se preguntaron cómo es que no habían logrado distinguir todas aquellas “señales” que se habían presentado, advirtiendo que algo no marchaba bien. Una vez pasada esa reflexión, llegaba la recriminación hacia ellas mismas de no haber hecho nada en su momento. Pensamos que por más que puedan identificar que alguien más provocó ese malestar en ellas, estos dispositivos de control van a hacer todo lo necesario para que la mujer siempre sea la señalada, incluso por ella misma.

*Acepté por presión, por estar bien con él, por creer que a lo mejor yo estaba exagerando, que era lo correcto y pues accedí y al acceder y después de terminar todo eso me sentí súper mal conmigo misma, me sentí como muy culpable como de “¿por qué lo hiciste? ¿Nada más por satisfacer a este wey?”.*

*Realmente yo no lo quería hacer.*

Siguiendo esta línea, pensamos que uno de los puntos en que convergen las diferentes anécdotas que se compartieron en el grupo fue que, a lo largo de sus historias de vida, habían experimentado una falta de límites en sus relaciones, así como también la dificultad de poder articular un *no*. Es impresionante la cantidad de relatos en los cuales todas estas mujeres no deseaban realizar ciertas acciones, sin embargo, optaban por ceder su deseo por sobre el deseo de alguien más.

Respecto a esto último, había una diversidad de ideas, sentimientos y, sobretodo, miedos del porqué lo hacían, pero las más frecuentes devenían de

jamás haber podido expresar siquiera que no querían hacer algo o que no se había respetado ese *no*, ya que implícitamente se nos prohíbe la posibilidad de negarnos. Esto se puede evidenciar con comentarios como;

*Y aparte algo que es muy cierto es ¿cómo decir no? O sea yo por ejemplo con ese chico, el anterior, luego había veces que le decía “es que no quiero”, o sea no, pues te tratan culero y luego también ¿cómo te van a dar ganas si te tratan bien mal? Entonces luego luego era así como de “no, no quiero” y entonces “¿para qué chingados estás aquí? ¿Para qué me sirves?” casi casi.*

En todo caso, cuando logramos formular una negativa vemos como no sólo no es respetado nuestro *no*, sino que incluso hay nuevamente una mirada del otro que nos sigue creando como inferiores. Pensamos en como “Todo ser humano puede aprender a hablar, pero no todos tienen la palabra” (Fernández, 1993, p. 113), esto no significa que las mujeres no podamos hablar, pero sí que no somos tomadas en cuenta, pues nuestra palabra siempre va a estar en detrimento ante la palabra de un otro que esté instituido por los mecanismos heteropatriarcales. Esto porque no debemos de incomodar, haciendo que la responsabilidad del trato del otro recaiga siempre en nosotras, pues “Otros nos han dicho cómo somos, cómo debemos ser, como sentimos, por qué sufrimos, etc. Las apropiaciones de sentido, los violentamientos simbólicos son tan cotidianos que ni nosotras nos damos cuenta” (Fernández, 1993, p. 113), aunque no sólo se quedan en lo simbólico, mientras más voz tengamos las mujeres, los actos que nos violentan se vuelven más tangibles, pues los constreñimientos van a aumentar nuestro malestar.

Hasta este momento podemos dar cuenta de algo que dice Ana María Fernández, pues señala que nosotras tenemos inscrito en nuestros cuerpos y en nuestra subjetividad las marcas de la opresión que nos han acompañado toda nuestra vida, pero que no nos crean únicamente como sujetas sujetadas a la violencia, porque logramos articular estas marcas con nuestros sentires y nuestros deseos de tal forma que hay una resistencia al sistema opresivo (1993). Más allá de que denotan su malestar, lo sienten y lo experimentan; conocen cómo se desarrolla dentro y fuera de ellas, en especial cuando hablan de la forma en la que viven su sexualidad, pues dicen:

*Oigan a mí se me hace bien turbio este aspecto de la violencia en la sexualidad y como también esa parte de privarnos de información es violentarnos, entonces estaba pensando que también se empieza a transformar la sexualidad como en otro dispositivo más para violentarnos.*

La creación del conocimiento entonces funge un papel muy importante ante la mirada femenina, esto en su búsqueda de entender por qué tuvieron y tienen que vivir una violencia sistémica que comienza por los saber-verdad que se han creado hacia las mujeres. Quienes han sido los creadores de este conocimiento “nos han dicho históricamente cómo somos, de qué enfermamos, cómo sentimos, cómo es nuestro erotismo, qué deseamos, cuáles son nuestras alegrías y formas de realización personal” (Fernández, 1993, p.119). Así nos encontramos en una encrucijada, pues si el privarnos de información es violentarnos, el acceder a la que se encuentra disponible sigue teniendo una tendencia violenta. Entonces, no sólo hay una exigencia de socializar información, hay una exigencia por la creación de conocimiento que sea útil para las mujeres.

Podemos creer que ellas no se refieren al conocimiento teórico-académico, ya que estamos conscientes de que en la realidad éste sería sólo para unas cuantas. Aunque el conocimiento académico puede abrir espacio a la reflexión y genera otro tipo de pensamientos, en este sentido, el tener más información al respecto sobre cualquier tema nos hace ver las cosas desde una perspectiva diferente. A las mujeres no se nos ha permitido tener el conocimiento que es pertinente para nuestra sexualidad, nuestros cuerpos, nuestras vidas y no necesariamente porque no haya acceso a esta información, sino porque culturalmente no está bien visto y no es conveniente para el sistema que tengamos noción de esto. Por lo anterior, podemos pensar que cuando exigen que existan saberes sobre las mujeres se están refiriendo a los saberes socio-culturales que se transmiten, en los cuales ellas no tengan que estar vinculadas a un otro opresor y así dejar de reproducir discursos que nos violentan, desde lo empírico y lo práctico y no solo desde lo teórico-académico.

Sabemos que el feminicidio es el grado máximo de violencia de género, aunque los actos violentos pueden empezar antes, como cuando se burlan de nosotras,

nos gritan en la calle, nos dicen cómo tiene que ser nuestro cuerpo, cuando nos manipulan, nos chantajea, nos saturan de ideales imposibles de cumplir, nos educan y crecemos con limitaciones machistas. Es así como gradualmente, sin darnos cuenta, las acciones violentas comienzan a volverse más perceptibles, pero a la vez más invisibilizadas. Es importante mencionar que es transversal, pues sucede en todas los estratos sociales y podemos ver claramente que esto sale a relucir en el discurso de las mujeres;

*Yo tengo como ese recuerdo muy presente de la primera vez que me jaloneo y como fue creciendo. Al principio eran esos jaloncitos de broma y ya después me empezó a insultar verbalmente y cómo esa violencia va escalando así como es que apenas y se puede percibir, o sea, no sé el punto es que el límite fue una vez que yo me sentía muy asustada.*

En muchas de las relaciones que entablamos las mujeres a lo largo de nuestras vidas se logran crear vínculos; desde la familia, las amistades, las parejas sexuales, compañeros de trabajo, etc. Lo que queremos ver ahora es cómo funcionan estos vínculos de los que tanto hablaron las mujeres en el conversatorio, por lo que estamos entendiendo como vínculo un lazo afectivo que se interioriza hacia un otro que se quiere percibir como mutuo, pero no necesariamente tiene que ser así. Esto surge cuando comentan;

*Pasó hace dos años, tres años y aún me sigue doliendo porque digo, ¿cómo pude permitir que abusaran así de mí?, ¿no? ¿Cómo pude permitir que me hicieran ese tipo de cosas? y que me lastimaran a tal grado de yo llegar a aceptarlo porque supuestamente quería a tal persona, ¿no?*

El vínculo parece que tiene una función que acalla malestares momentáneamente, pero no los desaparece. Lo más interesante de esto es el alcance que pueden llegar a tener, pues no sólo existe un vínculo, existen diversos con las múltiples relaciones que se crean en los distintos grupos de los que somos parte. Identificamos principalmente tres momentos en los cuales los vínculos que generamos nos pueden llegar a violentar como lo son la familia, las parejas sexo-afectivas y las amistades;

*A mí me decía mucho mi mamá que las personas que tenían sexo iban a caminar diferente y yo me acuerdo que cuando tuve mi primera vez o sea yo llegue a mi casa paniqueada porque dije mi mamá se iba a dar cuenta y pues no, terror que me metía mi mamá, nunca se dio cuenta [...] y pasa igual con el tampón te dicen que vas a caminar diferente o vas a perder tu virginidad y es como, o sea, te espantan en lugar de darte algo concreto o sólido.*

*Era constante esto de “pues nadie te va a querer” [...] Durante el tiempo que viví con él nunca como que identifique el impacto que estaba teniendo en mi vida.*

Podemos notar que lo que se repite en casi todos los discursos de las participantes es el sentimiento de culpa por permitir que personas en las que confiaban y que supuestamente decían quererlas, terminaran violentándolas. Pensamos que estos sentires surgen debido al vínculo que sí establecieron las mujeres, pues interiorizaron una ilusión del otro que responde al amor romántico, en donde el otro es el protector de todos los males de la mujer, pero entonces; ¿qué sucede cuando quién juró protegerte es quien más te está haciendo daño?

Dejando de lado el romanticismo de la pregunta, las mujeres no buscamos entablar vínculos con sujetos que nos van a violentar, por esto mismo no nos creemos inmediatamente que alguien en quien confiamos nos vaya a hacer pasar por situaciones que nos lastimen, por lo que volver la responsabilidad a nosotras parece ser lo más lógico. Cuando pensamos en las amistades, surgió un comentario en particular;

*O sea yo intentaba llevarme con los niños y había alguien a quien yo consideraba que eran mis amigos, pero ahora que lo pienso no y me duele el no haberme dado cuenta que no eran mis amigos en esa época porque [comienza a llorar] ay perdón... me editaban, o sea estaba mi cara y la editaban en posiciones sexuales muy obscenas ¿no?*

Esta participación en específico nos ayudó a entender más sobre este momento, pues ella comenzó su participación diciendo que no se siente, ni se considera bonita, ya que no entraba en los ideales de belleza, por lo que ella creía que una forma de compensación a eso era ser “simpática” para tener amigos, pues otros,

en este caso sus supuestos amigos, le hicieron creer eso, por lo que comenzó a desvalorizarse a sí misma. Dicho lo anterior, consideramos que la culpa no es de los deseos por los vínculos que desarrollamos las mujeres, puesto que todas somos merecedoras de ellos, sino que nos volvemos a encontrar con este otro que nos va a violentar, incluso usando los propios sentires de las mujeres contra ellas.

Cuando las participantes mencionaron que ya habían salido de una relación abusiva, pudimos notar que hablaban de todo el proceso que se vive para volver a sentirse ellas, para reencontrar su valor después de que hubo alguien que les arrebató su esencia. Estos vínculos que podríamos decir que en un principio se perciben como sanos pueden llegar a convertirse en vínculos violentos, independientemente del tipo de violencia que se manifieste, pues la finalidad continúa siendo la misma: dañar a las mujeres.

Con esto no queremos decir que todo el amor que se encuentre en los vínculos siempre está destinado a caer en la violencia, pero sí que socialmente se ha incitado de manera implícita a que lo sean. Dentro de esto resalta algo: la fragilidad de los vínculos. Si bien no son lazos frágiles, sí se desgastan lo suficiente como para romperse, pues no pueden soportar todo este mito del amor romántico, por lo que podemos pensar en que sí existe una salida de estos vínculos que nos violentan, mas no es un proceso fácil, ya que llegas a creerte todo lo que te dicen, desvalorizándote a tal grado de sentirte no merecedora de cariño, de buen trato mutuo y de un vínculo sano. A esto comentaron algunas participantes:

*Que cuando llega alguien y te trata bien, no sé si a ustedes les ha pasado, bueno, a mí me pasó; yo sentía que no lo merecía ¿no?*

*Pero yo sentía que no merecía como algo bueno, o sea yo estaba tan desvalorizada, tan denigrada, tan sentirme tan poca cosa que yo sentía que lo máximo que podía alcanzar era un tipo así.*

*Yo por muchos años me culpe, muchos años, dije es que fue mi culpa y el sentirse sucia y el sentirse mal [por haber sido violada] [...] cuando realmente*



*pues no, ya ahorita ya a mis 25 años pues me doy cuenta, nadie nadie nadie tiene el derecho a tocarle.*

Si bien las participantes hacen alusión al tiempo como el sanador de casi todo el daño en estas situaciones en las cuales alguien cercano las ha lastimado y violentado, este problema de violencia que ataca nuestra sexualidad no radica única y exclusivamente en las relaciones afectivas, porque en todo caso estaríamos haciendo dos cosas; primero, sentirnos culpabilizando y segundo, estaríamos reduciendo la magnitud de la violencia en nuestras vidas. Pues como se ha mencionado, este es un problema sistémico que afecta a toda la sociedad, pues “Nuestros cuerpos, sufrimientos, gozos, proyectos y acciones han intentado, generalmente, responder a esos mandatos, hasta tal punto que grandes segmentos de nuestras vidas y nuestras subjetividades parecieran dar la razón a tales discursos” (Fernández, 1993, p.119) pero, debido al malestar que vivimos, sabemos que esos discursos no nos pertenecen ni son la única opción que tenemos.

Siguiendo esta línea, dentro del conversatorio se habló acerca de los temores que existen al entorno en el que nos desenvolvemos; en nosotras existe este miedo inminente de ser violentadas física y/o verbalmente. Se ha convertido en una lucha diaria el simple acto de salir y exponernos al mundo; el salir de fiesta, salir por necesidades básicas, vernos con nuestras amigas o inclusive caminar por las calles nos causa miedo, así como impotencia y enojo al no sentirnos libres y seguras en ningún espacio. Existe un hartazgo a tener que estar siempre alerta a donde quiera que vayamos, pensando dos o más veces en cómo vestirnos, en cómo actuar, ya que en cualquier momento puede sucedernos algo. De igual manera se nos culpabiliza por la violencia ejercida hacia nosotras, por lo que aparece un sentir que nos evoca malestar y culpa, pues se nos atañen las consecuencias que deberían ser hacia el otro, lo cual nos hace sentir como sí no tuviéramos escapatoria. Comentaron algunas participantes al respecto:

*No puedo dejar de pensar en que siempre va a haber alguien que intente violentarnos, al menos a mí me molesta mucho no poder mostrarme como quiero, como soy, por miedo.*

*No importa lo que use o cómo vaya, ahí sigue la agresión y las miradas lascivas, la verdad es que sí es bien incómodo, a mí sí me ha pasado muchas veces [...] la verdad es que es difícil salir sabiendo que eres mujer. Es como debes de tener diez veces más cuidado.*

Desde siempre en nuestras vidas, se nos ha enseñado a temer al otro, a estar pendientes de qué ocurre a nuestro alrededor, a usar la intuición para el cuidado del otro. Desde niñas se nos enseña a no estar a solas con hombres que incluso sean de nuestra familia y, conforme vamos creciendo, a ir acompañadas a cualquier lugar, a no aceptar ninguna bebida que nos inviten cuando salimos y avisar siempre en dónde estamos. Recayendo una vez más en nosotras las situaciones en las que podemos encontrarnos, pudiendo llegar así a culpabilizarnos por si no es la hora indicada, el lugar o la vestimenta correcta, pues se nos enseñó que debemos ser precavidas ante estas situaciones y mantenernos al margen. En relación con esto menciona una de las participantes:

*Yo siento que más que no sepamos qué hacer en esas situaciones, o bueno, personalmente es como esta invasión de miedo de que si hacemos algo más te puedan subir a la camioneta y te secuestren, o te lleven a otro lado súper escondido y te violen, o te maten en este momento a plena luz del día porque quieren y porque pueden [...] solo porque estamos ahí estamos nada más para su consumo en todo momento.*

Algo que nos causó impacto es llegar a la conclusión de que todas hemos sufrido acoso o abuso por parte de un tercero; este hecho nos unió parcial o totalmente ya que, al escuchar las experiencias de las participantes, muchas otras coincidían en que ellas habían vivido una situación similar o conocían una anécdota de alguna mujer de su alrededor. Sentimos que, vivamos o no una situación de abuso, siempre está el constante pensamiento de que en cualquier momento podríamos ser nosotras. Por otra parte, existe el miedo a defendernos, ya que sabemos que esto podría ser contraproducente para nosotras. O muchas veces debido a la situación caemos en shock, quedando paralizadas y sin poder reaccionar ante tal abuso. Son muy pocas las veces en donde ante situaciones violentas nos sentimos con la capacidad de defendernos, pues no es que no la

tengamos, sino que se nos ha introyectado el discurso de que somos débiles y nos hemos apropiado inconscientemente de ese estereotipo de “la mujer débil”.

*Te sientes sucia, te marca de verdad vivir algo así y es muy feo que tengamos que pensar dos o tres veces antes de salir a la calle.*

Nos cuestionamos sobre qué sucede después de haber sido víctimas de cualquier tipo de violencia, podría parecer que hay una respuesta lógica; pues hay dolor, hay sufrimiento, hay trauma. Una participante resalta que hay un sentimiento de suciedad por pasar una situación en la que fue violentada, ella considera que vivenciar algo así puede llegar a marcarnos, tanto que salir a la calle nos llega a aterrar. Es difícil solo tener que aceptar que nos sucedió y que, por más que sepamos que tristemente esto se vive día a día e intentamos sentirnos preparadas, nunca lo vamos a estar, pues no queremos encontrarnos en situaciones de violencia. Reflexionando acerca de todo este proceso por el cual las mujeres somos violentadas, vemos entonces que no es tan sencillo nombrar lo que sucede pasado el acto, pues las huellas de la violencia nos han acompañado durante toda nuestra vida. Compartimos a lo largo de todo este tema un sentir en común que se ha nombrado, pero probablemente sin el peso que tiene: el miedo.

Las experiencias funcionan de tal forma que no necesariamente hay que vivir algo en carne propia para poder compartir un fragmento de cierta vivencia. En este caso, las mujeres no necesitamos ser violentadas para sentirnos en peligro constante, para que el sentir miedo se apodere de nuestras vivencias, pues pareciera que ha habido una implantación de dicho sentir en nosotras a lo largo de nuestra vida, ya que se transmiten dichos temores de madre a hija, de hermana mayor a hermana menor, de amiga a amiga, de mujer a mujer. Entonces estos miedos, que son muy reales, de cierta forma constituyen la vivencia de la violencia en las subjetividades femeninas, apoyando nuevamente a la invisibilización. En un plano menos abstracto, la violencia ejercida hacia las mujeres tiene autores muy presentes en todo el proceso, pues pensamos que ellos tienen una meta que cumplir: que el miedo de las mujeres sea tal que no podamos seguir resistiendo.

Ocupando nuevamente a la ficción para poder especular sobre lo que pasa, queremos entender cómo funciona este mecanismo de implantación del miedo en ellas. Comencemos con una frase; “las mujeres no queremos ser violentadas”, es una afirmación que nos atrevemos a hacer, tenemos interiorizado el autocuidado ante el otro extraño, porque ese otro puede violentarnos y eso es lo que no queremos. Consideramos que no tendría por qué existir el deseo de no ser violentadas, pues es algo por lo que nadie tendría que pasar. Sin embargo, sí estamos adentradas en experiencias que nos violentan, por lo que podemos decir que sí existe este deseo y es entonces cuando nos cuestionamos; ¿por qué lo aceptamos?

Añadiendo un poco de la realidad en esta especulación, queremos retomar a la participante que menciona que tiene un recuerdo muy presente de cómo empezó su situación de violencia ejercida por su expareja y que, aunque ella dice que inició como un juego, la situación sólo comenzó a escalar de tal forma que la fue aceptando y, como consecuencia, cada vez fue menos perceptible. Entonces la percepción juega un papel muy importante, pues tenemos conocimiento de nuestro alrededor, de lo que estamos viviendo pero decidimos que no es violencia porque no queremos ser violentadas, entonces no aceptamos que lo que estamos viviendo es violencia. Nos siguen sonando bastante reduccionistas estas inferencias, entonces; ¿qué hay más allá de ese no aceptar la violencia?

No creemos que sea lo mejor decir que están negando la violencia que viven pues no queremos patologizarlas, todo lo contrario, tienen un contacto muy cercano a sus propias realidades, tanto que conocen los mecanismos de constreñimiento y opresión que se emplean en la sociedad. Por lo que ellas mismas se crean una ilusión superpuesta a su realidad que les sirve de defensa ya que, si de por sí ya es difícil aceptar por una misma que se está siendo violentada, resulta muy pesado tener que aceptarlo ante una sociedad que, lejos de comprenderlo y ayudar, terminará señalándonos además de culpabilizarnos por las acciones de otros. Una mujer del conversatorio terminó su participación con lo siguiente;

*Es difícil entender que nunca es nuestra culpa y precisamente una hace lo que puede con lo que tiene, con lo que sabe en esa situación.*

Podríamos decir que nuestro entorno nos hará creer que nuestra realidad es una ficción y que la ilusión es una realidad, pues la manipulación es tal que llegamos a dudar si es real la violencia; no sólo se atraviesa por una serie compleja de constreñimientos y sentimientos confusos, sino que también muchas veces se nos hace creer que es mejor quedarnos calladas para que nuestros seres queridos no sufran. Entendemos entonces que esta ilusión sirve para poder seguir existiendo con una sensación de tranquilidad ficcional, pero también con sentires de malestar que denotan que algo no está bien, creando una combinación que nos confunde, pues nos hace dudar de nosotras mismas.

Nos parece de suma importancia precisar que creemos que uno de los objetivos de los autores que nos violentan es que interioricemos el constante miedo de ser mujeres, pues de esta manera nos consideran vulnerables, sintiéndose así que pueden seguir reproduciendo su poder hacia nosotras y violentarnos. Aunque el conocimiento no nos exenta de ser violentadas, puede que sí nos ayude a reconstruir la percepción que tenemos de una misma no sólo ante estas situaciones de violencia, sino en nuestra vida entera, pues dicha percepción está basada en los estereotipos de lo que es ser mujer en esta sociedad y, una vez conscientes de esto, poder creernos e identificarnos como los seres fuertes que somos, así como ser capaces de defendernos, cuidarnos y resistir en un entorno que constantemente nos violenta.

Ahora que se nombraron los sentires que han formado parte de lo que nos constituye, puede que haya una apropiación y un proceso de resignificación de nuestras propias vivencias para que podamos ir en contra de los actos que nos violentan. Empezar por hacer visible que en muchas ocasiones no estamos conscientes de la situación por la que atravesamos, pues hay que entender que existe un otro que puede mantenernos fácilmente manipuladas y a su disposición, pero todo esto disfrazado de “amor”.

¿Qué podemos hacer para resignificar nuestra condición de ser mujer en una sociedad que continuamente nos violenta? Creemos que una de las principales acciones revolucionarias es ser conscientes de que no todas vivimos la misma violencia, pero sí que todas vivimos violencia. Es así que podría ayudarnos el estar informadas y conocer los casos, ser capaces de escuchar las historias y, si

es que nos sentimos listas, hablar de la nuestra para que otras la escuchen y sepan que no estamos solas; ayudaría el ser empáticas, tener la capacidad de resonancia entre nosotras y con nosotras; cuando una amiga, familiar, conocida o desconocida se acerque para compartir su situación, a veces solo basta con ser ese espacio de escucha. Ser capaces de involucrar nuestras emociones con las de otras mujeres y es aquí donde la sororidad<sup>4</sup> se vuelve fundamental, empezar por decirnos “yo te acompaño, yo te creo”. Como ya hemos reflexionado, la mayoría de las veces tenemos miedo de hablar entonces, estar ahí para esa otra mujer quién quiera que sea, es parte de la transformación. Si bien, no queremos que se entiendan como que son exigencias hacia las mujeres, pero sí son parte de los deseos que compartieron en el conversatorio.

Con este apartado en particular no queremos que por ninguna razón se siga entendiendo que la responsabilidad de la violencia siga recayendo sobre las mujeres, pero sí saber qué tenemos que decir al respecto para reflexionar, crear consciencia y así poder buscar alternativas que se adapten mejor a nosotras. Nuestra preocupación es genuina. Estos sentires de malestar están denotando algo en todas y cada vez son más visibles en la vida cotidiana de las mujeres, lo que hace que busquemos ayuda, acompañamiento, alguien que nos escuche y empatices con nosotras. Esto no es necesariamente nuevo, pero mientras exista la violencia hacia nosotras, será necesario seguirla dilucidando, sacar a la luz sus métodos y, sobretodo, sus afectaciones en nuestra vida, pues “hemos gestado históricamente nuestros síntomas y en muchas formas de nuestro actuar hemos resistido - a conciencia o sin saberlo, aisladas u organizadamente-, comenzando así a producir nuestra propia palabra y a consolidar progresivamente prácticas sociales transformadoras” (Fernández, 1993, p. 119).

---

<sup>4</sup> Queremos que se entienda por sororidad la “solidaridad, hermanamiento, complicidad o alianza entre mujeres, término que inspira al movimiento feminista y que, dicen, es clave para crear redes de mujeres que caminen juntas hacia la igualdad” (Grado, 2019).

## **Reflexionando desde una mirada que empatiza**

Antes de comenzar la presente investigación consideramos que la sexualidad era la cuestión que nos unía a las mujeres que conformamos el equipo y, aunque en un inicio nos costó estar en la misma línea por las diferentes visiones que teníamos de ella, al adentrarnos a la investigación y conversar al respecto pensamos que lo que nos une es la violencia y cómo repercute en nuestra sexualidad. Gracias a esto fue que pudimos dar cuenta de la profundidad de nuestra problemática, pues nos llevó a ir más allá; conocimos y entendimos que entre mujeres compartimos una misma realidad, lo cual abre la posibilidad a resignificar la manera en que vivimos la violencia.

No nos cansamos de resaltar la importancia que tuvo el conversatorio en la investigación, porque a partir de éste logramos visibilizar la violencia que hemos vivido, destacando los sentires de las mujeres; comprendimos que no importa si estas experiencias las vivimos hoy, ayer o incluso hace años, pues consideramos que no existe la atención pertinente ante estas situaciones, de modo que las afectaciones emocionales pueden prevalecer en nosotras por largos periodos de tiempo. Podemos vislumbrar algunas de éstas cuando todas coincidimos que sentimos miedo a lo que podría ocurrirnos en la calle, con desconocidos o, incluso, con la misma familia. No tenemos la certeza sobre qué nos pueda ocurrir en un día cotidiano, simplemente vivimos con la esperanza de no atravesar situaciones de acoso y/o violencia.

El conversatorio fue un espacio creado precisamente para la escucha y el acompañamiento. Muchas veces existen defensas que nos impiden comunicar nuestros sentires respecto a la violencia ya que no es fácil, además de que se nos constriñe para no hacerlo, ocasionando que no tengamos la confianza de expresar nuestros malestares. Dicho más explícitamente, nos es difícil poder abrirnos a compartir toda la violencia que vivimos debido a que existe un miedo a ser juzgadas. No obstante lo anterior, sabemos que gran parte de las ocasiones contamos con el apoyo y la escucha de quienes nos aman, lo cual es como un momento ante todas las adversidades para recobrar el aliento.

En el círculo de mujeres se pudo sentir la empatía; ellas brindaron palabras de aliento hacia las demás y de igual forma hubo acompañamiento. A pesar de que ha pasado el tiempo desde que finalizó el espacio del conversatorio, continúa el vínculo con algunas de las participantes, tanto con las integrantes del equipo como entre ellas mismas. Dando cuenta de que, si bien el espacio desapareció, lo que se generó en el interior de éste sigue estando presente en sus vidas, enfatizando el acto de amor y sororidad que se produjo, el cual nos remite al apoyo y la protección entre mujeres, sobre todo en cuestiones que involucren lo que nos oprime.

A lo largo de esta investigación pudimos percatarnos sobre ciertas situaciones que como mujeres hemos experimentado pero, que en su momento las normalizamos o no les dimos la importancia que se merece. Cayendo en cuenta que al estar inmersas en esta sociedad heteropatriarcal en la que nos hemos desarrollado, nos han enseñado que estas situaciones son comunes, donde en la mayoría de los casos no hay consecuencias hacia los agresores y las mujeres somos las que resultamos afectadas.

Nos entristece pensar en que la violencia que nos afecta desgraciadamente también fue parte de la vida de nuestras abuelas, de nuestras mamás, tías y las mujeres que estuvieron antes que nosotras; pensamos en cómo la violencia no conoce tampoco los límites del tiempo, pues se introduce en cada generación con objetivos muy claros. Pero volviendo a la actualidad, vemos cómo la dominación sobre la mujer es la meta del sistema, pues se siguen replicando actos machistas, misóginos y desgarradores hacia nosotras. Del mismo modo, tenemos que dejar de responsabilizar a las mujeres sobre la permanencia en relaciones que las dañan y de juzgar su manera de enfrentarse a situaciones adversas; mejor dicho, hay que empezar a responsabilizar a los autores de los actos de abuso, de forma que paulatinamente cambiemos la manera en la que nos dirigimos las mujeres. Buscamos que la mirada hacia nosotras deje de ser una que juzga y comience a ser una mirada que empatiza y resiste junto con nosotras.

Hoy en día pensamos en que sí ha habido cambios en la sociedad, pues tenemos una noción de que es necesario cuestionarnos los discursos sociales que



permiten actitudes que atentan y violentan la libertad de las mujeres. Las resistencias ante estos tratos pertenecen cada vez más a la narrativa de lo consciente y lo cotidiano; queremos retomar por última vez a Ana María Fernández cuando menciona que los “acuerdos” que existían hace unas décadas hoy en día un gran número de mujeres los ven como inaceptables, si bien siguen las prácticas transgresoras a la integridad de las mujeres, la lucha que reclama el bienestar de todas nosotras está haciendo cada vez más ruido, pues queremos que ninguna tenga que sufrir en silencio (Fernández, 1993).

Es una lucha larga y difícil, pero debemos estar conscientes de que no estamos solas; somos suficientes, fuertes y valientes. El poder hablar de todo lo que nos ha trastocado, la violencia que hemos vivido, lograr hacer algo con ello requiere valentía; el permitirnos llorarlo, sentirlo, poder expresar cómo hemos vivenciado estos actos de violencia, son acciones que nos han hecho creer que no son válidas, pero lo cierto es que no dejan de ser una importante forma de resistencia. Asimismo, si es que llegamos a sentir que no hemos sido violentadas, darnos cuenta y reconocer que todas somos parte del mismo sistema, logrando generar y sostener esta mirada empática y de resonancia, que hemos abordado a lo largo de la investigación.

Por esto es que nos gustaría concluir con la idea del discurso de una de las participantes, la cual hizo referencia a no olvidar el seguir trabajando en aprender a decir *no* e identificar cuando una situación nos está haciendo sentir mal o incómodas; saber poner un alto desde un principio para evitar que la violencia siga creciendo, esto en cualquier ámbito de nuestras vidas. Con esto no queremos minimizar el dolor, ni seguir culpabilizándonos, al contrario, sabemos que es una lucha constante y que cada quien vive su proceso diferente, haciendo lo que puede con lo que tiene en esos momentos, no olvidando que cada acción que nos aleje de la violencia y nos acerque a nuestro bienestar, siempre es grande e importante. Aunado a esto, siempre que hayamos pasado por una situación violenta, es importante aprender a tener compasión con nosotras mismas, entender que no es nuestra culpa, darnos mucho amor, tenernos paciencia, comprender que no estamos solas, creernos lo fuertes y valientes que somos; de igual forma permitirnos vivir nuestro enojo, llorar, gritar, maldecir,

respetar cualquier sentimiento que brote de nosotras, pero sobre todo, seguir resistiendo para generar cambios.

Sabemos que no podemos dar un cierre a esta problemática, ya que aún hay mucho por decir, escribir, leer y reflexionar, pues todo esto va más allá de un abordaje académico. Nuestras realidades están en constante cambio y movimiento, de tal forma que los autores de la violencia harán todo su esfuerzo por irse adaptando a la par, de modo que siga estando presente en nuestras vidas pero, de igual forma, cada vez nuestro esfuerzo será mayor para lograr visibilizarla, señalarla y erradicarla.

No obstante lo anterior, debemos de dar cierre a esta investigación, esperando que con nuestras diferentes aproximaciones, cuestionamientos y reflexiones planteadas, el lector encuentre motivación para sumergirse en la sensibilidad de lo que el otro vive y de igual forma plantar el interés por una problemática que, a primera vista, pareciera no le atraviesa completamente, sin embargo, verdaderamente a todas y todos nos repercute. A lo largo del tiempo nos han hecho creer que la sociedad se construye a favor de lo que individualiza, cuando lo cierto es que siempre hemos formado parte de la misma realidad; en conjunto formamos a la sociedad, al mismo tiempo que ella nos construye, es por eso que juntos; mujeres del círculo, equipo de investigación, lector y quién sea que integre a la sociedad, podemos trabajar en crear una que a todas y todos nos beneficie.

## Referencias

- Ángulo, A. (2018). "Algunas implicaciones de implicarse en procesos de investigación" en *Intervención psicosocial, instituciones y sociedad civil*. Núm. 88.
- Baz, M. (2003). "La dimensión de lo colectivo: reflexiones en torno a la noción de subjetividad en la psicología social" en *Tras las huellas de la subjetividad*. UAM-X.
- Bleger, J. (1978). "La entrevista psicológica" en *Temas de Psicología*. Ed. Nueva Visión.
- Castoriadis, C. (1999). *Figuras de lo pensable*. Editions du Seuil.
- Fernández, A. (1993). *La Mujer de la Ilusión*. Paidós
- Fernández, A. (2012). *La violencia en el lenguaje o el lenguaje que violenta*. Equidad de género y lenguaje. Universidad Autónoma Metropolitana.
- Foucault, M. (1977). *Historia de la Sexualidad I*. Siglo XXI
- García, N, Shimada, M, Vargas L. (2007). *Las mujeres y la culpa según el mito de los orígenes*. Anuario de la investigación. UAM-X
- Giberti, E. y Fernández, A. (1989). Introducción en *La mujer y la violencia invisible*. Sudamericana.
- Gil, V. y Manero, R. (2012). Algunos referentes teóricos sobre el concepto de institución en *Cuadernos de temas grupales e institucionales*. Núm. 16.
- Grado, L. (2019). Sororidad, la alianza entre mujeres que lo cambia todo en *efeminista*. Recuperado de <https://efeminista.com/sororidad-mujeres/>
- Instituto Nacional de las Mujeres. (2021). *Mujeres afromexicanas: historias de lucha y resistencia*. Recuperado de <https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/mujeres-afromexicanas-historias-de-lucha-y-resistencia?idiom=es>
- Manuh, T. (s.f.). La violencia contra la mujer: Las estrategias que han funcionado para combatirla en *Crónica ONU*. Recuperado de <https://www.un.org/es/chronicle/article/la-violencia-contra-la-mujer-las-estrategias-que-han-funcionado-para-combatirla>
- Martinengo, V. Morales, M., Salgado, V. (s.f.). *El cuerpo de las mujeres como territorio de disputas*.

- ONU Mujeres. (2018). La violencia contra las mujeres no es normal ni tolerable. Recuperado de <https://mexico.unwomen.org/es/noticias-y-eventos/articulos/2018/11/violencia-contra-las-mujeres>
- Ortiz, A y Femat, P. (2018). *Estudios de familias*. Cuadernos del DEC. Universidad Autónoma Metropolitana.
- Reygadas, R. y Robles, M. (2006). “Sobre la construcción de dispositivos de investigación-intervención” en *Anuario de investigación 2005*, UAM-X MÉXICO.
- Rivas, M. (1996). “La entrevista a profundidad: Un abordaje en el campo de la sexualidad” en *Para comprender la subjetividad*. Colegio de México.
- Robles, A, Neria, S. (2018). Institucionalización y vida independiente en *Intervención psicosocial, instituciones y sociedad civil*. Núm. 88.
- Scott, J. (1992). “Experiencia” en *Feminists Theorize the Political*. Routledge, Inc. (CHECAR)
- Vargas, L. (2003). “¿La subjetividad del sujeto o el sujeto de la subjetividad?” en *Tras las huellas de la subjetividad*. UAM-X.
- Vilar, E. (2019). *La entrevista grupal. Instrumento para la investigación/intervención en psicología social*. Universidad Autónoma Metropolitana.
- Zemelman, H. (2005). *La voluntad de conocer*. Anthropos Editorial.