AMOR Y VIOLENCIA DE PAREJA: HISTORIA DE UNA MUJER MIRADA DESDE EL ENFOQUE SISTÉMICO NARRATIVO E INVESTIGACIÓN FEMINISTA

* * *

LOVE AND INTIMATE PARTNER VIOLENCE: A WOMAN'S STORY FROM A SYSTEMIC NARRATIVE APPROACH AND FEMINIST RESEARCH

Claudia Juárez Cervantes[1] y Itzia María Cazares Palacios[2]

Sección: Artículos
Recibido: 31/10/2022
Aceptado: 13/12/2022
Publicado: 31/12/2022

Resumen

Este artículo tiene por objetivo reconocer en la historia de una mujer, las construcciones en torno al amor romántico y la violencia de pareja, los malestares asociados a eso y la narrativa alternativa que se construye desde el enfoque sistémico narrativo y la investigación feminista. A partir de una investigación cualitativa, de alcance descriptivo, se realizaron entrevistas a profundidad a una mujer de 29 años que vive en el Estado de México. Posteriormente, se realizó un análisis de su historia, rescatando cómo ella construyó la idea de amor a partir de su contexto sociocultural y cómo se construyó la violencia en la pareja, comenzando con violencia psicológica hasta llegar a la violencia física. También se identificaron los malestares provocados por la violencia y, finalmente, en lo que mayormente se pretende dar énfasis en este trabajo, lo referente a la narrativa alternativa a la violencia. La selección fue intencional, por conveniencia, teniendo por criterio de inclusión que fuera una mujer que se encontrara en una relación violenta de pareja. Los resultados dieron cuenta primero, de la intersección entre

[1]Estudiante de la maestría en Psicología de la Salud de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Correo electrónico: juq03774@uaeh.edu.mx https://orcid.org/0000-0001-8860-4885

[2]Profesora investigadora de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Correo electrónico: itzia_cazares@uaeh.edu.mx https://orcid.org/0000-0002-0498-3820

amor romántico y la violencia, y segundo, de la posibilidad de que aún en la violencia se construya una historia diferente a la misma.

Palabras Clave: género, abuso, relación de pareja, malestares, narrativa.

Abstract

This article aims to recognize in the story of a woman, the constructions around romantic love and intimate partner violence, the discomforts associated with it and the alternative narrative that is built from the narrative systemic approach and feminist research. Based on a qualitative research, descriptive in scope, in-depth interviews were conducted with a 29-year-old woman living in the State of Mexico. Subsequently, an analysis of her story was carried out, highlighting how she constructed the idea of love from her sociocultural context and how violence was constructed in the couple, starting with psychological violence and ending with physical violence. We also identified the discomforts provoked by violence and, finally, what we intend to emphasize in this work, that which refers to the alternative narrative to violence. The selection was intentional, by convenience, with the inclusion criterion being a woman who was in a violent intimate partner relationship. The results showed first, the intersection between romantic love and violence, and second, the possibility that even in violence a different story can be constructed.

Key words: gender, abuse, intimate partner, relationship, discomfort, narrative.

Introducción

Desde que una mujer nace, comienza su historia en un lugar de mayor vulnerabilidad para experimentar a lo largo de su vida, las muy diversas violencias que existen, violencias que son invisibilizadas por una sociedad patriarcal. Las violencias que viven las mujeres en las relaciones de pareja son invisibilizadas por darse dentro de las paredes que protegen su intimidad, pero al mismo tiempo impiden las miradas que podrían cuestionar dichas violencias, que posibilitarían su deconstrucción y resignificación.

Panorama de la violencia de pareja

El panorama de la violencia de pareja se muestra, en primer lugar, en la realidad traducida en números de las mujeres en el mundo, después en el continente de América y a continuación se presentan los resultados de México.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), estimó en 2021, que alrededor de una de cada tres mujeres en el mundo han sufrido violencia física y/o sexual de pareja o violencia sexual por terceros en algún momento de su vida. En todo el mundo, más de una cuarta parte de las mujeres de 15 a 49 años que han estado en una relación, informan haber sufrido algún tipo de violencia física y/o sexual por su pareja. También a nivel mundial, se estima que hasta el 38% de los asesinatos de mujeres son cometidos por su pareja. Aunado a lo anterior, la exposición de las mujeres a comportamientos abusivos y a factores de riesgo, así como su limitado acceso a diferentes servicios, han aumentado durante los confinamientos durante la pandemia de COVID-19. A partir de estos datos, la OMS reconoce que la violencia contra la mujer constituye un grave problema de salud pública y una violación a sus derechos humanos (OMS, 2021).

Asimismo, en el continente americano se encontró que una de cada tres mujeres de entre 15 y 49 años ha sufrido alguna forma de violencia de pareja al menos una vez en su vida. Entre 2003 y 2017 un promedio de 175.864 casos reportó abuso sexual, físico o ambos (Bott et al., 2019). Mientras que, en México, los resultados de la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares, que reporta el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), indican que, a lo largo de la vida, de las mujeres de 15 años y más, el 70.1% han experimentado al menos una situación de violencia psicológica, física, sexual, económica, patrimonial y/o discriminación (INEGI, 2021).

Intersección entre el amor romántico y la violencia de pareja

Cuando las mujeres asumen el modelo de amor romántico y sus mitos, viven la relación de pareja desde la creencia de que el amor es lo que da sentido a sus vidas, de que el amor todo lo puede y hasta de que el amor y la violencia son compatibles. El amor romántico puede constituir una práctica de auto-renuncia

para las mujeres, así como una auto-postergación en favor de las necesidades afectivas, deseos y proyectos de la persona amada. Las mujeres tienden a sacrificarse, muchas veces en contra del bienestar, de los proyectos y de los intereses propios. Esto sienta las condiciones para que emerjan relaciones asimétricas de poder en la intimidad, que pueden desembocar en situaciones de violencia de pareja (Longo, 2019).

Ligado a lo anterior, Flores (2019), identificó al patriarcado como un elemento explicativo del amor romántico, pues posibilita la conservación de una estructura desigual que dictamina un orden supremo para el género masculino y una subordinación para todo lo referente a lo femenino. Es en la familia patriarcal donde se configura el amor romántico, al promoverse, primero, la desidentificación de lo femenino que se manifiesta en el rechazo a los sentimientos de apego y cuidado que socialmente pertenecen a la mujer, y segundo, el control masculino en las relaciones de pareja, que se expresa a través de los celos del padre sobre la vida de la madre, la amenaza de abandono a la familia y a la pareja por parte del hombre, así como el control de lo económico e incluso el sometimiento físico, a través del maltrato.

Según Coronado (2019), que estudió la relación entre el amor romántico y la violencia en la narrativa de mujeres mexicanas, la forma de relacionarse en pareja está fuertemente ligada a la idea del amor romántico, la cual es atravesada por una condición de género, que favorece modos particulares de ser y estar en una relación de pareja, constituyéndose así, la mujer romantizada. Esta mujer romantizada tiene como virtudes la espera y el sufrimiento, que le sirven para ser aprobada, aceptada y amada.

De la mujer se espera amor incondicional, amor ciego, amor romántico. Estudios recientes permiten reconocer que el amor romántico y los mitos que de este emanan, han sido factores significativos para que se busque, se establezca y se mantengan relaciones desiguales, donde se ejercen diferentes tipos de violencias. Lo que han encontrado estos estudios son vínculos entre el amor concebido desde los mitos y la génesis y mantenimiento de las violencias de género (Palacios & Valverde, 2020; Resurrección & Córdoba, 2020).

Ferrer & Bosch (2013), analizaron que mientras a las mujeres se las socializa en el amor y la dependencia, trasmitiéndoles que la relación de pareja es básica para su supervivencia y felicidad, a los hombres se les socializa en autonomía e independencia. Desde esta socialización, el papel de las mujeres es de subordinación y cuidado, y para los hombres es de dominación e independencia, lo que denota que para mujeres y hombres el amor y amar se entienden como cosas diferentes, colocándolas a ellas en un lugar susceptible de violencia.

La intersección entre amor romántico y violencia de pareja es una realidad en las historias de muchas mujeres, sin embargo, es una realidad que puede ser transformada, tal como se muestra en Carrascosa et al. (2019), quienes encontraron que la disminución significativa en la aceptación del modelo del amor romántico y el cambio hacia otros modelos, basados en el empoderamiento personal y en una

visión más realista de las relaciones de pareja, mediante programas de intervención que sensibilizan a las y los participantes sobre las consecuencias de la violencia, pueden generar un pensamiento crítico sobre las actitudes sexistas y los mitos del amor romántico, así como desarrollar recursos personales y sociales.

Posicionamiento teórico

Paradigma constructivista

Epicteto, filósofo griego, tenía por máxima que las cosas en sí no nos preocupan, sino las opiniones que tenemos de ellas. Es el significado atribuido a un conjunto de circunstancias dentro de un determinado marco de presupuestos, lo que construye una realidad en sí misma. Entonces, la visión del mundo siempre es un constructo de la mente de cada uno, no es nunca una realidad a priori. En este sentido, la psicoterapia constructivista afirma que en la percepción de la realidad se distinguen dos niveles; la realidad de primer orden, que es aquella imagen que percibimos a través de nuestros sentidos, y la realidad de segundo orden, la cual se refiere al significado que atribuimos a estas percepciones. Desde ahí la psicoterapia se considera exitosa en la medida en que la realidad de primer orden permanece inalterada, mientras que la de segundo orden se vuelve diferente y soportable. No se pretende que el paciente mire el mundo como realmente es, sino que lo mire de una forma más útil y menos dolorosa (Nardone & Watzlawick, 2013).

Al respecto, Von Glasersfeld (1988, citado en Labra, 2013), mira al constructivismo como una teoría del conocimiento que propone una ruptura radical con la epistemología tradicional, implicando el cambio de modalidades y contenidos de pensamiento. Este teórico del constructivismo radical afirma que el término realidad es aplicable a la realidad percibida por alguien, no a la realidad ontológica, es decir, no pretende decir cómo es el mundo, solo sugiere una forma de pensarlo y proporciona un análisis de las opiniones que de esta forma resultan. Apunta que, aunque todo en el mundo es una construcción, se puede establecer una distinción entre ilusión y realidad, sobre la base de la repetibilidad o la confirmación por otro método sensorial u otro observador, no sobre la base de la verdad.

A la corriente del constructivismo mencionada anteriormente, se le conoce como constructivismo radical, mientras que Kenneth Gergen y colaboradores (2019) dieron origen a la corriente del construccionismo social, el cual trasciende la comprensión de la mente y de los procesos cognitivos individuales, enfocándose en el mundo del significado y el conocimiento compartido intersubjetivamente. Este paradigma se centra en la generación colectiva del significado, matizada por el lenguaje y otros procesos sociales, es entonces, el mundo, resultado de intercambios históricos entre personas. Para Gergen, el contexto marca la manera

cómo se construyen las relaciones, por lo que considera necesario abandonar la idea de comprender al individuo para centrarse en su matriz relacional.

El constructivismo y el construccionismo social pertenecen al paradigma posmoderno, que propone el reconocimiento de la existencia de tantas realidades como seres humanos hay, dándole protagonismo al sujeto, entendido por las ideas modernas como agente pasivo. El constructivismo privilegia los procesos internos y reconoce que la realidad es una construcción humana que se surte a partir de la interacción entre los esquemas mentales, asimilados y ajustados previamente con el mundo social, a través del lenguaje. El Yo desde el constructivismo, posee la responsabilidad de auto-organizarse a través del conversar con el otro, lo que permite el ingreso de nueva información que da cuenta de las novedades que, interiorizadas y transformadas, le posibilitan generar cambios que lo llevan a recuperar el equilibrio. El Construccionismo social enmarca el cambio exclusivamente en la construcción relacional, en el lenguaje y en las nuevas narraciones, pero deslegitima al Yo, perdiendo de vista que las personas puntúan, asimilan, distinguen, amplifican y narran determinados hechos cargados de emoción (Celis & Rodríguez, 2016).

Lo anterior, es según los autores, una tensión necesaria para el desarrollo de la terapia sistémica y, por ende, del enfoque narrativo que es el que se propone como forma de acercamiento a la historia que comparte la mujer de esta investigación.

El enfoque sistémico narrativo y la investigación feminista

Bruner (2004) considera la narración como un elemento indispensable para autodefinirnos y adquirir un sentido del yo. La habilidad de contar historias permite que construyamos un sentido de identidad que nos une con otros y nos da la posibilidad de remontarnos selectivamente al pasado mientras nos preparamos para el futuro imaginado. El sentido del yo se crea a partir de contarnos narraciones que provienen de la cultura a la que pertenecemos, por lo que el yo no es estático, sino que está en continuo cambio y se reconfigura a partir de narrativas alternas.

En el enfoque sistémico narrativo se usan los términos del antropólogo Clifford Geertz (1973, citado en Cossu, 2021), descripción magra y descripción densa para distinguir los conocimientos universales de los locales en las narraciones de las personas. Las descripciones magras de las acciones de una persona son las que excluyen las interpretaciones de quienes participan en tales acciones, excluyen los sistemas de interpretación y prácticas de negociación particulares que permiten a las comunidades de personas alcanzar significados compartidos referidos a esas acciones. Las descripciones densas, a la inversa, son informadas por las interpretaciones de aquellos que están participando en esas acciones y ponen de relieve los sistemas de interpretación y prácticas de negociación que posibilitan que las comunidades de personas alcancen significados compartidos referidos a esas acciones.

Ante la posible pérdida de la propia historia y pérdida de un determinado sentimiento de identidad que viene de las descripciones magras, el modelo narrativo propone contribuir con una gama de posibles significados que las personas podrían dar a sus experiencias del mundo y una gama de alternativas para la acción en el mundo, a través de la co-construcción de descripciones densas, narraciones y re-narraciones de los relatos preferidos de la propia historia y de la propia identidad. Estas historias alternativas a las historias dominantes se posibilitan desde una concepción recíproca de la relación terapéutica, cuestionando la concepción unidireccional que entiende que el terapeuta posee un saber que es aplicado a la vida de la persona que lo consulta, y esa persona es definida como el otro, cuya vida es cambiada como resultado de estos procedimientos terapéuticos (White, 2004, citado en Rodríguez-Bustamante, 2016).

La concepción recíproca de la terapia es una concepción de doble vía, en la que los consultantes a través de la narrativa personal comprenden y dan significado a las experiencias de los acontecimientos de sus vidas, uniendo los eventos de sus vidas en secuencias que se desarrollan en el tiempo según temas específicos, teniendo a su disposición nuevas opciones para la acción, mientras que los terapeutas asumen la responsabilidad de identificar, y explicitar dentro del contexto terapéutico, la contribución real y potencial que este trabajo hace a su vida. Este proceso terapéutico desde el enfoque sistémico narrativo está conformado por tres momentos; deconstrucción del problema, externalización y deconstrucción de logros aislados, y por tres tipos de preguntas en cada uno de sus momentos; panorama de acción, panorama de conciencia y panorama de experiencias de experiencias (White & Epston, 2002, citado en Magnabosco-Marra, 2014).

Dicho proceso se da a través de una conversación terapéutica, la cual podría considerarse como una forma de búsqueda de un nuevo lenguaje, tratando de que el yo sea el yo con el que más cómodos se sientan los pacientes, se trata de una búsqueda de nuevos significados, de nuevas comprensiones, en última instancia, de nuevas definiciones de uno mismo, del ser que la persona quiere llegar a ser. Por ello, es de fundamental importancia el lenguaje que se emplea para describir y comprender, pues el lenguaje que cada persona usa es sumamente personal y contiene metáforas cuidadosamente seleccionadas. El oyente no solo es el receptor de una historia, sino que, al estar presente, constituye un estímulo para el acto de narrar esa historia. Este acto, es el acto de constituir el propio yo (Andersen, 2021).

Martínez (2017), reconoce que el método narrativo se puede integrar con la perspectiva feminista para tratar de comprender y abordar el tema de la violencia de pareja. Ambos posicionamientos teóricos se consideran de alta utilidad para los fines antes mencionados, por el hecho de ser críticos frente a la definición y el uso de tipologías de la violencia y de los participantes en ella, resaltando el potencial de tal integración, tanto en la deconstrucción de las posiciones de los integrantes de la pareja que dan cuenta de la legitimación de las desigualdades entre los

géneros, que les impide discernir las consecuencias de la violencia para sus vidas, como en la proyección de formas posibles de afrontarla y fortalecer la paz en la relación consigo mismas y con el otro.

Las mujeres no están completamente atrapadas epistémicamente dentro de su género, cultura, raza, etnia o cualquier otra identidad, sino que pueden escoger pensar desde otras perspectivas, su constitución puede estar cambiando en lugar de permanecer estática. Esto es lo que propone la epistemología feminista, mirar diversas alternativas frente a las concepciones dominantes y las prácticas de atribución, adquisición y justificación del conocimiento que sistemáticamente ponen en desventaja a las mujeres porque se les excluye de la investigación, se les niega que tengan autoridad epistémica, se denigran los estilos y modos cognitivos femeninos de conocimiento, se producen teorías de las mujeres que las representan como inferiores o desviadas con respecto al modelo masculino, se producen teorías de fenómenos sociales que invisibilizan las actividades y los intereses de las mujeres o a las relaciones desiguales de poder genéricas , y se produce conocimiento científico y tecnológico que refuerza y reproduce jerarquías de género (Blázquez-Graf, et al., 2012).

El feminismo ofrece la imagen de la realidad que las mujeres experimentan, da voz a las perspectivas de las mujeres, lo que implica comprender e identificar a través del lenguaje, las formas en que ellas crean significados y experimentan la vida, desde su posición en la jerarquía social. Esta mirada surge de la necesidad de un nuevo método que no distorsione la experiencia de las mujeres, ya que los críticos consideran que la insistencia de la ciencia moderna en el control y el distanciamiento del conocedor de lo conocido es reflejo del deseo de dominación de una cultura que subordina los intereses de las mujeres a los de los hombres. Las epistemologías feministas no pretenden simplemente sustituir las lealtades de género, sino más bien, proporcionar una base que permita una comprensión más precisa del mundo (Riger, 1992, citado en Eagly & Riger, 2014).

Según Berlanga (2018), la teoría feminista cuestiona un orden cultural y político que había sido hasta entonces dado por sentado y revela la opresión de las mujeres en un mundo patriarcal, es decir, un mundo en el que los géneros están jerarquizados y donde existe un predominio de lo masculino. La categoría de género ayuda a analizar las condiciones de desigualdad entre hombres y mujeres, pero también a entender sus causas, ayuda a entender el porqué de las conductas, actitudes, posiciones y acciones reiterativas en uno y en otro género, ubicando la repetición, pero también el desvío de la norma. La subordinación de las mujeres es consecuencia de las relaciones que producen y organizan el sexo y el género. El género no es algo que está dado, sino que se produce, se hace y, por tanto, es posible de deshacer.

Puede deshacerse la historia de las mujeres que viven violencia, que no ha sido siempre contada desde una epistemología feminista, por lo que más allá de favorecer y empoderar el papel de la mujer, la ha colocado en el lugar de la pasividad y aceptación de esa violencia recibida. Contar la historia de una mujer

que vive, pero también que resiste a la violencia, es mirarla desde la epistemología feminista que la visibiliza y le devuelve la agencia sobre escribir y reescribir su propia historia. Este es el objetivo del presente artículo, dar voz a una mujer para contar sí la historia sobre la violencia en su relación de pareja, pero, sobre todo, para contar la historia alternativa a esta.

Metodología

Utilizando un diseño cualitativo, se realizaron entrevistas en profundidad a una mujer de 29 años proveniente del Estado de México, con el objetivo de reconocer en su historia, la intersección entre violencia y amor, así como la posibilidad de construir una narración alternativa a la violencia.

Resultado de la entrevista fue una historia que implicó su organización y sistematización, lo que de acuerdo con Gibbs (2014), debe hacerse para el análisis de datos en la investigación cualitativa, construyendo posteriormente códigos o categorías, clasificándoles en los textos y resaltando los fragmentos más significativos de dicha entrevista.

Para lo anterior, primero se realizó la transcripción de la entrevista y se codificó con base en cuatro ejes de análisis. El primero, en el que se puede dar cuenta de la construcción del amor, es decir, cómo se llegó a la idea de amor que hoy tiene. El segundo eje apunta cómo se construyó la violencia en la pareja. El tercer eje muestra cuáles son los malestares producto de las diferentes formas de violencia vividas al interior de la relación. Y, por último, el cuarto eje, implica observar la construcción de una historia alternativa a la violencia sufrida y sobrevivida.

Estos ejes siguen el método sistémico narrativo que posibilita el contraste de la deconstrucción del problema que implica reconocer, desarmar y cuestionar las creencias, ideas y prácticas de la cultura en la que vive una persona y que están sirviendo para mantener el problema y el relato sobre el mismo, con la deconstrucción de logros aislados, que trata de identificar cualquier ocasión en que el problema tenga menos, poca o ninguna influencia sobre la persona, cuando se dan las excepciones a la historia saturada de problema.

Las preguntas de este método que se realizaron a la entrevistada giraron en torno a tres panoramas; panorama de acción, constituido por experiencias de eventos, secuencias y tiempos que conforman una historia, panorama de conciencia, que tiene que ver con las interpretaciones que se hacen a través de la reflexión sobre los eventos que se desarrollan en el panorama de acción y lo que ellos reflejan sobre el carácter, motivos y deseos, y el panorama de experiencias de experiencias, cuyas preguntas incitan a las personas a dar una versión de lo que creen o imaginan que otra persona puede pensar de ellas, alentando a las personas a reflexionar no directamente sobre sus vidas (White, 2004, citado en Rodríguez-Bustamante, 2016).

La selección fue intencional, por conveniencia, teniendo por criterio de inclusión que fuera una mujer que se encontrara en una relación violenta de pareja.

Las entrevistas a la participante se llevaron a cabo en el mes de octubre de 2022, de forma presencial y fueron grabadas con la autorización y consentimiento informado de la entrevistada, a quien se le invitó a participar de la investigación, informándole el objetivo de ésta, recordándole su carácter confidencial y voluntario.

Es importante mencionar que se utiliza un pseudónimo para referirnos a la participante a fin de salvaguardar su identidad.

Resultados y discusión

Las mujeres no ocupamos un lugar homogéneo en la estructura social, en ese sentido y con la finalidad de comprender las decisiones y acciones de la participante se presentarán de manera general algunas intersecciones que den contexto a la información subsecuente.

Amelia es una mujer de 29 años, quien nació y radica en el Estado de México. Actualmente vive con su padre y la esposa de él, contando con un nivel socioeconómico medio bajo. Su ocupación es como psicóloga y se encuentra estudiando una maestría sobre la misma materia.

A continuación, se presenta la historia que Amelia compartió en las entrevistas, bajo los ejes de análisis que permiten contrastar la historia dominante que se construye alrededor de la violencia con la historia alternativa en la que se narra de manera densa los recursos, habilidades y potencialidades con las que cuenta la entrevistada y que le permiten sobrevivir a la violencia recibida.

Construcción del amor romántico

Las mujeres aprenden a amar bajo las normas, creencias, modelos, costumbres, tradiciones, moral y ética de la cultura a la que pertenecemos. Aprenden a amar desde los mitos, que nos hacen soñar con el amor total, con encontrar a alguien que nos quiera incondicionalmente y para siempre. Las mujeres aprenden a amar desde el romanticismo patriarcal, el cual enseña que el amor lo puede todo, y este es su mejor argumento para responsabilizar a la pareja por el propio bienestar y felicidad, lo que mantiene a las mujeres esperando, pasivas, dependientes y necesitadas de ese amor que transformará sus vidas (Herrera, 2018).

En la entrevista, cuando se le pregunta a Amelia sobre cómo llegó a la idea del amor de pareja, ella responde:

> Yo creo que haciendo un análisis y regresión de mi vida, completamente sí viene muy influenciado por todo lo cultural, número uno, lo cultural, lo que ves en televisión, lo que te dicen los cuentos, lo que tú esperas, tú esperas un amor con todo el romanticismo del mundo y dos, en quizás por otra parte lo que uno ve en casa cómo ves a tus papás llevarse, cómo ellos se demostraban amor de alguna manera, pero también yo sentía que esa relación le pondría más, le pondría romanticismo, porque ellos nunca pelearon ni nada, eran una relación muy amable, de mucho

> compañerismo, pero yo creo que aun así, a pesar de verlos bien yo siempre decía falta que te agarre de la mano, falta la parte de los besos constantes.[…] Yo veía el poder que tiene un sentimiento, lo que a veces le damos ese poder en nuestras vidas desde qué creemos y porque yo lo creo y creo que es una parte de mis creencias y por eso estoy en este punto, el creer que el amor lo puede todo, que el amor salva, que el amor perdona o que da otra oportunidad.

En este primer fragmento de la entrevista se aprecia cómo Amelia reproduce y personifica en sí misma, los ideales de omnipotencia asociados al amor romántico construidos socioculturalmente. Uno de los mitos del amor romántico se refiere justo a la creencia falsa de que el amor todo lo puede, lo que resulta en tratar de superar todos los obstáculos, tanto externos como internos que se presentan en la relación (Piñeiro et al., 2022).

Más tarde en la entrevista se le pregunta cómo aprendió qué es el amor, y en lo que ella respondió, se puede dar cuenta de cómo llegó a relacionar la idea de amor con la de sacrificio:

> Apenas lo estaba analizando justamente, mi mamá, pues falleció hace 10 años de cáncer y todo el proceso de cáncer que fue muy desgastante, muy desgastante, mi papá siempre estuvo ahí, o sea de verdad y que nunca se lo había dicho a mi papá y le dije guau de verdad nunca te lo agradecí, pero también qué bueno que lo hiciste, nunca la dejaste sola hasta el día que murió ahí estuviste, en cada momento sin dormir o de la manera que fuera, quizás a lo mejor desde ese punto se ve como un sacrificio el amor como sacrificio por el otro, por la otra persona y me puse a pensar ¿no?, también esa parte de mí, o sea a mí me gustaría encontrar a alguien que pudiera compartir conmigo esa parte de mi vida, pero en quien yo podría confiar incluso en algún momento que yo fuera vulnerable, que yo fuera muy vulnerable y que no, que no saliera corriendo.

La subjetividad en torno al amor se va construyendo desde distintos contextos sociales, siendo la familia uno de los más importantes. Se observa que, derivado de la experiencia donde su madre requería un tipo de cuidado dada su situación de salud, el padre es quien lo otorga. Este cuidado emocional dado por el padre hacia la vulnerabilidad física de la madre abona a la construcción que Amelia realiza en torno al amor. Al respecto, Bard (2018), afirma que el amor se aprende desde los discursos sociales heteronormativos y de las relaciones familiares, donde se corresponden tanto la exclusividad como la posesividad con la estructura y representación de la familia nuclear.

Se le cuestiona a Amelia sobre qué otras ideas relacionadas con el amor y la construcción de éste, respondiendo lo que a continuación se presenta:

> Creo que de las que te mencioné al inicio la que más me queda como grabada es cuando el amor se queda, se queda en los momentos difíciles y quizás es algo como te mencionó que lo vi en otra perspectiva totalmente distinta con otra situación totalmente distinta entre mis papás y en ese momento es, yo quedarme porque el

> amor se queda, cuando amas a alguien a lo mejor te quedas intentando varias veces, intentando varias veces aunque sabes que es ensayo y error y deseando, o sea teniendo la esperanza porque también es esa parte, en el amor tienes esperanza de que puede generar un cambio, que en algún momento incluso por un comentario más, él hace tiempo me dice que quizá lo único que él necesitaba era cariño lo único que necesitaba era que yo lo quisiera y a lo mejor en ese punto viene a mi mente el que si yo lo quisiera, si yo le diera ese amor, él podría modificar ciertas cosas de él que dañan, pero sé que si en algún momento él no cambia me está ahogando como lo estaba haciendo los últimos días, cuando yo siento esa ansiedad de no poder dormir y todo lo demás alrededor de, que es desgastante, es totalmente desgastante.

El ideal de omnipotencia asociado con el amor de pareja una vez más se hace presente, en esta ocasión de la mano de manifestaciones de manipulación y chantaje por parte de su pareja que advierten los estragos en la salud física de Amelia. Resulta expuesto además cómo la idea de que el amor lo puede todo y puede llevar a que la pareja cambie orienta a que Amelia permanezca en la relación, soslayando como muestra la evidencia empírica, que la violencia siempre va en escalada.

Amelia habla sobre el poder transformador del amor, en este sentido, Anne Duformantelle (2020, p. 39), apunta una teoría sobre la disolución de la magia del amor perfecto y de todas las ideas ilusorias que sobre el reposan, explica que, en su desaparición, aparece la posibilidad de amar. Se lee así en el fragmento de su libro En caso de amor: "Mina quería que le quitarán de encima el amor. No del amado, no de la ausencia, no de eso que la llevaba a amar… Quíteme de encima la creencia mortífera en el amor para que yo pueda amar…" Relacionando esto en la entrevista, podemos notar cómo en la entrevista se da un momento de reflexión sobre estas ideas erróneas del amor:

> Pues en alguna parte, pues me siento, sí siento que lo doy o sea siento que más no puedes dar a veces, ya es como que ese es el punto, no, ya es tu límite, es demasiado y, pero que a pesar de que vas y se lo das e intentas que con eso sea suficiente y no lo es, dices y qué tal si lo intentas otra vez, qué tal si esta vez sí funciona, es como volver a lo mismo y a veces escuchándome, por ejemplo, en estos momentos, si hago un insigth, me doy cuenta de muchas cosas que no, que no había visto, el por qué lo hago, por qué regreso, por qué a pesar de que de repente te sientes ahogada te quedas, y no sé en esos momentos que me brindó para que yo pudiera quedarme, en esos momentos era como tener solamente paz aparentemente, porque no sé si se va a mantener esa paz, ajá no sé si ahorita todo está bien, no te puedo decir tenemos bronca luego, luego y yo quisiera eso, ya no quiero peleas, yo ya no quiero discusiones, yo no quiero nada de eso en mi relación, al contrario y por ahora en el presente es lo que tienes, no sé si en el futuro vamos a estar no sé si y si nos va a alcanzar, si el amor nos va a alcanzar para eso, la verdad no lo sé.

En la narración de Amelia se pueden identificar varios momentos en que se generan procesos reflexivos que le permiten deconstruir lo que entiende por amor

en la relación de pareja, como en el fragmento que antecede, en el que cuestiona sus propias decisiones y reconoce que existen otros factores importantes, además del amor, para quedarse en una relación.

El amor marca de una manera sustantiva la vida de las mujeres, cada etapa de sus vidas se encuentra ligada a él, lo que hace que las biografías de ellas siempre estén punteadas por hitos amorosos. Para las mujeres, el amor es definitorio de su identidad de género, es la experiencia que las define, pues han sido configuradas socialmente, construidas por una cultura que las coloca como seres del y para el amor. Amar es el deber de las mujeres, se vive como mandato y no por voluntad, entonces el sentido de la vida y la filosofía de género de las mujeres tiene que ver con lograr los objetivos amorosos para los que ha sido educada (Lagarde, 2022).

Esto que señala Lagarde, lo podemos encontrar en la narrativa de Amelia cuando responde que el amor es el centro de su vida:

> Yo creo que a lo largo de mi vida ahora sí es como un patrón que se repite, que a veces, la mayoría de las veces más bien, pongo esa esfera en el centro y que a partir de poner esa esfera en el centro a veces olvido el resto de las esferas donde más funciono y obviamente cuando las cosas están mal en ese ámbito es como un efecto dominó, permites que todo se vaya abajo, y aunque intentes mantenerlo, aun así, molesta, es un dolor molesto dentro de todas las demás, y yo creo que desde niña, o sea lo mejor desde niña le asigné ese papel tan importante a amar, a amar a alguien y sentirte amado por alguien que lo olvidé, olvidas lo demás, creo que viene muy ligado con lo que crees acerca de lo que es el amor y a veces lees o ves o escuchas conferencias acerca de los mitos del amor, y dices:¡ay, eso no es cierto, quién va a creer eso, quién va a creer que el amor todo lo puede y que el amor te salva, que el amor no sé, todo lo de la lista!, y de repente hasta que lo analizas en tu vida y dices es que están ahí esos mitos, están dentro de ti y es tan difícil modificar eso o sea algo como que se lleva gestando años, que en estos momentos quisiera no tener esos pensamientos que me liguen hacia allá, pero pues no sé quizás yo espero, dentro de mi esperanza hay dos cosas, una, ojalá y las cosas se mantengan bien y dos, es que poco a poco yo pueda ir disolviendo esa idea, esas ideas que no sirven dentro de una relación.

Nuevamente encontramos en las palabras de Amelia, la consciencia de que sus ideas sobre el amor no le son de utilidad y el deseo de no tenerlas, ya sea para relacionarse de diferente forma con su pareja o decidir no continuar con esta. También se puede identificar cómo es que ella aprendió que el amor, amar a alguien y sentirse amada debía ser su prioridad desde que era una niña. Este deseo idealizado de una pareja está relacionado con el sistema patriarcal y la asignación de género, que perpetúan las relaciones de poder (Caro & Monreal, 2017).

Ligado con lo anterior, Ngozi (2017, p.82) escribe en una carta sobre cómo criar a una hija feminista, y cuestiona cómo es que siendo el amor lo más importante de la vida, solo se le muestra su valor a la mitad del mundo, refiriéndose al género femenino. "Enséñale que amor no es solo dar, sino también recibir. Es importante porque a las niñas les transmitimos sutiles ejemplos sobre la vida: enseñamos a las

niñas que un componente primordial de su capacidad de amar es la capacidad de sacrificarse. A los niños no se los enseñamos". Estas ideas sobre el amor como cuidado y sacrificio, las encontramos en el siguiente fragmento de la entrevista:

> A las mujeres nos enseñan eso, a cuidar todo el tiempo y a cuidar todo, hasta tus papás incluso, nos enseñan a cuidar y pues a los hombres no, a los hombres no les enseñan eso, jamás.

La socialización diferenciada en mujeres y hombres en torno a las formas de sentir, formas de pensar, formas de actuar y papeles a desempeñar frente a distintas demandas situacionales, claramente muestran cómo se construye la desigualdad, base que no sólo mina las libertades y capacidades de las mujeres, sino, además, las coloca en un mayor riesgo de sufrir abusos y violencias.

Construcción de la violencia de pareja

Moral y López (2012), definen a la violencia de pareja como el ejercicio de poder en el marco de la relación sentimental, ya sea en el noviazgo, matrimonio o cohabitación, mediante acciones u omisiones donde se daña o controla la voluntad de otro.

La violencia de pareja implica situaciones de maltrato físico, sexual y psicológico contra la pareja actual o anterior. En el maltrato físico se utilizan objetos o el propio cuerpo para herir a otra persona intencionadamente, produciendo desde lesiones leves hasta la muerte. Otro tipo de maltrato en la pareja es la coacción, en esta, los agresores obligan a sus parejas a participar en comportamientos que no desean, como la participación en actos sexuales sin su consentimiento. El maltrato psicológico es frecuente, pero poco denunciado, este incluye agresiones verbales como culpar, amenazar e insultar, y no verbales como ignorar y desatender. (Muñoz-Martínez & Aguilar-Cacho, 2022).

Antes de preguntar con respecto a la violencia de pareja, se le preguntó a Amelia sobre cómo es su relación y cómo vive el amor en ella:

> Pues en este momento de mi vida justo en esta relación que estoy cruzando, anteriormente siempre había sido una relación de compañerismo, porque nos apoyamos de alguna manera, yo lo apoyo en algunas cosas, él me apoya en otras, nos escuchamos mucho, escucho sus metas, sus sueños, todo, escucha los míos. En otra parte es eso, se podría decir es una relación que me gusta porque es divertida, esa parte de que me puedo reír con él, ajá, me puedo reír con él y puedo seguir viendo tele todo el día con él, podemos jugar y nos decimos cosas bonitas, y a veces sí, a veces también nos hacemos burla, pero el punto donde llegó y precisamente que es por lo que estamos aquí es la parte de que dio un brinco en esta relación hacia una parte violenta y, pero yo entiendo, reconozco que se fue construyendo, que la violencia no fue como que apareció ayer, que se fue construyendo a partir de ideas que él tenía de celos, de celos constantes, su inseguridad por una relación previa que también tuvo y como si de repente trajera eso de su relación anterior a esta y que yo no pudiera evitar eso,

> decirle: "oye cálmate, no es lo que estás pensando", más aparte pues bueno, el consumo de sustancias que es otro factor muy muy muy detonante en que no puedas controlar impulsos de alguna manera, que no pienses las cosas y que después te arrepientas incluso de lo que haces.

Este fragmento ilustra la génesis de la violencia en esta pareja, que se da en los celos, lo cual obedece a otro de los mitos del amor romántico, el mito de la exclusividad. Respecto al consumo de sustancias, desde hace varias décadas se indicó que el uso y abuso de alcohol y otras sustancias ilícitas son un vector para que un hombre se comporte de forma violenta, pero no son la explicación de base de ésta. La manera como se construye la masculinidad sí lo es.

Siguiendo con lo que mencionó en la pregunta anterior sobre la relación de pareja, se le pidió compartir sobre los eventos y momentos en que ha vivido violencia:

> Pues creo que lo último que pasó, pues precisamente llegamos, de hecho ni siquiera como a discusión, porque yo siempre intento no discutir, yo soy una persona que intenta no discutir, no seguir el juego, intentar frenar, y sin embargo, en un momento de la acusación y de estar instigando, yo digo pues ya me quiero ir, mi momento fue huir, yo solamente quería huir del momento, de decir ya no quiero escuchar y por quererme ir, pues precisamente pasa esto, él me empuja y que cuando yo caigo al piso, que es un momento que está muy grabado en mi cabeza todavía porque también es reciente, y en ese momento yo digo la persona que amo no puede estarme haciendo esto, la persona de la que yo tengo un concepto de ella diferente, totalmente distinto y es mi pareja, no es cualquier persona, no es el vecino, no es alguien de la calle, no es alguien extraño, es con quien duermes, con quien compartes, con quien te ríes, con quien lloras, con quien todo.
>
> Yo solamente podría decir que no lo podía creer en el primer momento, yo no podía creer que estaba pasando y después de eso cuando me levanto, porque lo primero que hago es levantarme y decir pues también me tengo que ir de aquí porque a lo mejor ya lo desconocí a esa persona que yo amo, y continúa, o sea en lugar de que se frene continúa, otra vez me avienta y después pasamos a un punto en donde cuando yo ya intento no escucharlo, nada más hacer como disco rayado decir sí, sí ya para que se detuviera sus comentarios, porque incluso eran groserías después, cuando él me suelta un golpe en la cabeza y yo digo es que no, o sea esto menos, o sea, a lo mejor que me hubiera tirado puede ser hasta un accidente, un forcejeo y me aventaste, pero esto es una toda la intención, y peor cuando salimos y cuando me dice que me echara a correr, que se me ocurriera echarme a correr para que él me alcanzara, era como de si yo no soy una presa, o sea yo no soy tu presa, tú no me tienes que estar cazando, esto no está pasando, incluso en esos momentos yo lo recuerdo como si hubiera sido algo una pesadilla o sea una pesadilla que fue entre nosotros y no cabe dentro de mí, todavía.

Significativamente, como lo menciona Amelia, la violencia se caracteriza por una intencionalidad, la cual, de acuerdo con Agoff y colaboradores (2006, citado en

Vidal-Oré, 2021), las mujeres niegan al atribuir la responsabilidad del maltrato de la pareja de forma parcial, ya que encuentran una justificación al maltrato de sus parejas, considerando que las agreden sin intención, sino más bien movidos por causas ajenas a su voluntad y que surgen como expresión incontrolada de afectos. Esta percepción subjetiva acerca de las razones a las que obedece la violencia ejercida contra ellas está directamente asociada al modo en que ellas viven este maltrato, así como a los umbrales de tolerancia experimentada hacia la violencia.

Amelia continuó compartiendo acerca de la violencia en su relación de pareja:

> Creo que desde un primer momento yo siempre dije es que las cosas hay que hablarlas siempre, siempre, resolverlas, tenemos manera de hacer las cosas y él había aceptado y lo intentábamos, lo intentábamos, en un punto no sé, en un punto salió todo esto y en una semana anterior al evento de violencia, se puede decir, fue cuando él se enojó, tuvo un momento de celos, no me dice ni porqué, no me dice realmente que está pasando, no habla conmigo y fue una semana total horrible, horrible, horrible, horrible, la ley del hielo que él aplica, era de pero yo no sé, yo no sé qué hice mal, entonces qué está pasando conmigo e incluso, llegas a auto culparte, yo me llego a auto culpar de realmente sí tengo algo mal yo con esto, o sea estoy haciendo las cosas mal para que él reaccione de esa manera y bueno llega todo ese cuestionamiento propio y antes de eso a lo mejor entre todo lo que pasó pues hubo momentos en que él llegó a mentirme no, o sea de alguna manera las mentiras o cosas que no puede, que no quiere más bien decirme sobre de repente coquetear con alguien o de repente mandarle mensajes a alguien y que sin embargo en algún punto yo paso por alto, lo dejamos atrás y seguimos y seguimos.

El cuestionamiento de sí misma y la culpa que experimenta Amelia pueden configurarse como mecanismos de control social que refuerzan los supuestos de género, las inequidades en torno al ideal del amor. Por otra parte, el que Amelia ponga en duda sus acciones es parte de los intentos para comprender y/o justificar por qué su pareja se torna violenta con ella.

En ese mismo sentido, Picado et al. (2019), al analizar las creencias relacionadas con el amor romántico como elemento de influencia en la violencia de género, encontraron mayores sesgos cognoscitivos en el caso de los hombres en relación con anteponer necesidades, deseos e intereses propios frente a los de la pareja, mientras que en el caso de las mujeres, se concluyó que consideran que los celos son elementos imprescindibles en una relación de pareja y la atracción por otras personas implica que no hay verdadero amor. También se observó que las mujeres tienen mayor tendencia a identificar la premisa de la sexualidad con el amor, así como la premisa de la fuerza del amor, asumiendo que el amor conlleva siempre un resultado positivo en los acontecimientos del día a día. Aunque ambos sexos conciben como falsa la idea de que por amor todo es perdonable y justificable, se encontró mayor distorsión de este pensamiento, en las mujeres.

La percepción que se tiene de las mujeres y de los hombres dentro del vínculo sentimental proviene del imaginario colectivo e individual compartido con la

cultura hegemónica imperante. Esto lo señalan, García et al. (2019), al afirmar que las mujeres son vistas como seres incompletos, cuyas necesidades de amar responden al deseo de completarse, mientras que los hombres son percibidos como autosuficientes, completos e independientes. Sin embargo, las personas podrían llegar a ser capaces de reajustar prácticas y representaciones en torno a nuevas maneras de ver el mundo, nuevas maneras de ver el amor, elaborando narrativas que trasciendan la regularidad y la homogeneidad de los discursos tradicionales con la recreación de elementos nuevos, que rompan con las costumbres, la centralización de la familia y el matrimonio, los valores religiosos, el cuestionamiento de las prácticas sexuales, entre otros.

Es importante reconocer cuál es el papel de las ideas respecto al amor que tiene Amelia en la decisión de ella sobre permanecer en una relación donde se ha vivido violencia de pareja y ella responde:

> Realmente yo creía que yo no iba a regresar, que esta vez era la definitiva, ir al final de esto por mucho que me doliera, realmente sabía, sé que tenía que hacer eso, terminar la relación pero cuando yo hablo con él y pues llega el punto donde se disculpa, número uno, se disculpa por las cosas que pasaron, dos, veo que su vida otra vez se vino abajo para él, es como si yo quisiera cuidarlo, de alguna manera, incluso aunque cuidándolo yo me hiciera daño ahí, cuando veo sobre todo esa parte, todo una semana que a lo mejor dejó de comer o de repente consume más sustancia, mucho alcohol, me pregunto o sea realmente sí, sí es el final, si no pudiéramos de nuevo volver a pegar las partes, si no pudiéramos volver al inicio e intentar darnos paz mutuamente, porque para mí no fue paz, ni para él y quizás en este momento fue cuando yo decido está bien o sea vamos a reintentarlo, pero sobre todo cuando él me dice incluso él lo propuso, que él quería entrar a terapia, que se había equivocado y que las ideas que tiene de celos, las ideas y aparte las conductas agresivas que tiene pues que no son buenas para mí, que él sabe que me hace daño, y entonces quizás en ese momento cuando él me habló de eso, como de la posibilidad de un cambio, la posibilidad de querer cambiar es cuando yo digo está bien pues vamos a intentarlo esta vez, incluso para mí en mi interior dije pues obviamente si ya no funciona después de esto pues es que ya no, si no funciona después de terapia que él quiera cambiar y que lo cambie realmente pues yo creo que ya no.

Es ilustrativo en el testimonio cómo la socialización de las mujeres en torno al cuidado de los otros también se proyecta en la vida de pareja. Pero también, cómo esto es reforzado con las demandas y comportamientos de manipulación, en este caso de la pareja de Amelia, de ser cuidado por ella. Dentro del amor romántico se encuentran dos momentos: el primero, donde la violencia se manifiesta como una forma de control de los hombres, en la que hacer lo que el hombre demanda es una forma de permanecer en la relación, y en el segundo, donde a través del sacrificio-fe se espera que, con la presencia de amor, paciencia, comprensión y tolerancia, el hombre cambie (Coronado, 2019).

Siguiendo el método del enfoque sistémico narrativo, que contempla la influencia de las relaciones significativas en la construcción de los relatos de las

personas, se le pregunta a Amelia sobre sus relaciones importantes y cómo han influido en el sobrevivir a la violencia de pareja:

> Pues en un punto siento yo que casi sin querer, bajita la mano como se dice coloquialmente, yo me empecé a aislar de mis redes, por estar con él, porque obviamente pasas más tiempo con él o todo lo haces con él, o sea todo, entonces en ese punto de alguna manera ahorita analizándolo, es algo común que pasa, en un momento de violencia no es que de repente te sientes solo, aunque sabes que no lo estás y fuera de sentirme sola, también dentro de mí hay una visión de también hacia dónde quieres llegar o sea más allá del amor, que es una esfera de tu vida, pero el por qué estás aquí, por qué es tu sentido de vida, por ejemplo, terminar la carrera, terminar esta maestría y tu trabajo o sea son cosas que amas, que también están ahí y quizás también quizás ahorita haciendo reflexión, si te agarrarás más fuerte de esas cosas que también están alrededor, de las personas que están alrededor, quizás sentirías que puedes con ese dolor que yo decidí no atravesar, quizás, pero claro que implica más factores como toda situación, implica más factores.

De la mano del aislamiento que Amelia refiere como parte de la dinámica que ha experimentado en torno a sus relaciones de pareja, su reflexividad discursiva le permite identificar la importancia de un proyecto propio que nutra sus capacidades, condición contrapuesta a los mandatos asociados al amor romántico.

Malestares asociados al amor romántico y a la violencia de género

La enfermedad física y mental en el género femenino ha resultado desde siempre muy conveniente para los intereses económicos, sociales y políticos de una sociedad patriarcal. Desde el imaginario patriarcal, primero las mujeres fueron brujas que debían quemar y después fueron locas que debían encerrar (Blázquez-Graf, 2011). Históricamente, los cuerpos de las mujeres se han mirado como naturalmente débiles, y entonces, con mayor proclividad a la enfermedad. Mentalmente, también la historia, nos cuenta sobre la labilidad de la salud de las mujeres. En nuestra ciencia, nos podemos remitir desde el psicoanálisis a Josef Breuer y Sigmund Freud (1895, citado en Çetin, & Varma, 2021), quienes comenzarían sus estudios justo con este género, en la histeria, que etimológicamente deviene del griego hysteron, útero.

La debilidad física y mental de las mujeres, pero las causas que argumentaron en el debate fueron radicalmente distintas a las que hasta ese momento eran reconocidas como verdaderas. Ellas atribuyeron los malestares de las mujeres a las limitaciones impuestas por los hombres, a la imposibilidad de desarrollarse intelectualmente, en concreto, a las condiciones y factores psicosociales que han atravesado a las mujeres desde el comienzo de los tiempos (Nogueiras, 2019). Las mujeres enferman, pero no por su naturaleza, no por su frágil condición física y psíquica, enferman porque así lo busca la estructura patriarcal que las quiere dominar y someter. El malestar de las mujeres no sugiere una necesaria

medicalización, más bien llama a repensar cómo es una realidad que tienen que sostener con ansiolíticos y antidepresivos. Las mujeres también enferman de amor, o, mejor dicho, enferman por las ideas de un amor que las pretende mantener pasivas y sufriendo.

Dentro de esos malestares de las mujeres, se encuentra el malestar de la culpa, el siguiente fragmento de la entrevista, lo ilustra:

> No bueno, más bien yo creía para mí que yo tenía bien especificados mis límites en una relación, bien delimitados, cómo es que esto no va a pasar, esto no puede pasar de una relación y termina sucediendo y terminas brincando tus propios límites y a veces en ese momento es como sentir por eso, sentir más culpa, pero hacia mí, como si tú dices que ese es tu límite, por qué tú lo brincas, por qué tú te lo pasas, por qué lo permites. Ajá y precisamente por lo que mencionábamos hace rato, cómo les voy a decir, es esa parte, pocas personas, muy pocas personas supieron el evento no y también por lo mismo muchos dicen nunca terminaron o sea como nunca pasó nada, se separaron una semana y otra vez regresan, pero sí, o sea, cuesta, cuesta mucho hablar de esto y a veces hasta más cuando te dicen: pues tú eres psicóloga, como si no supieras todo lo que pasa alrededor, y es doble peso, échale otro ladrillo más a la culpa. Primero como te decía, pues siento esa culpa que yo creo que por eso es algo que me cuesta contar esa parte, me cuesta decirle a alguien, oye sabes qué regresé con él, o sea porque dices o sea cómo crees, quizá todo el mundo espera una reacción diferente no, o sea, el "amiga date cuenta", como dicen comúnmente.

Michael White (2015) reconocía que las expresiones del abuso son moldeadas por los significados que la persona le está dando al suceso. Cuando se habla de personas que han sido sometidas a abuso, se encuentra invariablemente en sus interpretaciones, los temas de la culpabilidad y la falta de mérito personal, esto es que, de alguna manera merecían el abuso o lo provocaron o que podrían haber hecho algo para impedirlo.

La culpa es una emoción compleja que puede funcionar como un mecanismo de control que lleva a reparar la transgresión de normas sociales. En el caso de Amelia, el sentimiento de culpa fenomenológicamente co-ocurre con la vergüenza de estar en una experiencia violenta. Sin embargo, aquí la vergüenza puede leerse en términos de que Amelia sabe que no está bien, es decir, está transitando de la negación hacia el reconocimiento de la violencia.

> Pues la verdad han sido muy pocas las personas que saben esto, todavía tiene una semana y no, por ejemplo, incluso mi terapeuta me dijo que yo tenía que contarle a mi papá, mínimo una parte de lo que pasó y no he podido, o sea ni siquiera he podido porque yo sé que me va me va a juzgar obviamente o sea yo sé me ama pero también va a juzgar y me va a decir: salte de ahí, qué estás haciendo ahí y sobre todo también va a juzgarlo a él y la relación que tenemos, no me puede prohibir quizás, porque soy una adulta, no me va a decir no sales, pero yo sé que cambiaría todo el contexto en esa parte, o sea yo sé que quizás lo entendería, que sufro, que me duele y que no es fácil salir de donde estoy, pero quizás dentro de mí hay un pensamiento que me hace no

> decirle, yo creo que él va a creer que estoy haciendo las cosas mal, me va a juzgar también, creo que me va a juzgar de alguna manera y quizás por eso no lo he hecho, de hecho ni siquiera a mi mejor amigo que a él sí le conté lo que pasó con mi pareja, no se lo he dicho, yo no se lo he dicho que ya regresamos porque quizás no me juzgue, porque incluso también pasa por una situación igual con su pareja, pero si es como si, como si tuvieras miedo de que se decepcionaran de ti, de tus decisiones que estás tomando y que aunque es mi vida, aunque es lo que yo estoy decidiendo y haciendo que todo el mundo lo ve desde afuera, desde otra perspectiva.

La posibilidad de transformar las normas socioculturales de género y las sanciones y/o estigmas asociados a su transgresión son posibles en la medida en que se amplían los márgenes de acción de las personas. En este sentido, la actitud de la familia y las amistades son mediaciones importantes en tanto redes de apoyo para transitar de un estadio de adaptarse y/u ocultar la situación de violencia a uno de confrontación y transformación directa.

Ante la pregunta sobre los malestares que Amelia relaciona que ha tenido lo largo de la relación por estos episodios violentos, ella detecta lo siguiente:

> Lo que sí he notado mucho es que en mí ha detonado la ansiedad, o sea era algo que pues yo no, no, no estaba presente en mí, quizás antes de él, te podría decir, yo tenía un episodio como un poquito depresivo que poco a poco fui dejando como de lado, también por la distracción o por la parte de lo que la relación de pareja te da, pero es como si lo hubiera cambiado y ahora sintiera ansiedad, problemas de sueño, cuando pasan las peleas dormir es muy difícil porque por lo común las peleas son todo el día o toda la noche, no duermo hasta mañana y uno no sabe qué va a pasar, y me preocupa y pienso muchas cosas e incluso creo que de alguna manera sí siento el miedo también, porque me preocupa él, siempre me ha preocupado y el miedo que se haga algo, x cosa y por eso yo no puedo a veces, mi rendimiento, yo creo que en todas mis actividades cuando las cosas están mal terriblemente baja y por qué, porque pues no, no tengo ánimos a veces de hacer las cosas o todo el tiempo mi mente está dentro de, y quizás no sé, lo que pasaba la semana anterior cuando pasó el evento violento más reciente era, me acordaba, volvía a ver esa escena de estar tirada ahí porque eso creo que fue como que donde yo me cuestioné y lloraba, o sea no importaba dónde estuviera, o sea yo no soy quizá de llorar por todos lados, pero en ese momento estaba yo, podía en la calle, podía estar comiendo, podía estar en no sé, esperando una clase y de repente se me salía una lágrima, pero es eso, no sé realmente a pesar de que todo está de cabeza en tu relación, porque hay muchas cosas alrededor, tienes amigos a lo mejor, tienes trabajo, tienes la escuela, estás en la maestría, todo alrededor, hay muchas cosas que hacer, pero es como si solamente te enfocarás en una cosa, en lo que te duele en ese momento y como si fuera más fuerte para atraer toda tu atención y disfuncionalizara todo lo demás.

Los malestares que atentan contra la salud mental son muy frecuentes en las víctimas de violencia de pareja. Las mujeres informan con frecuencia que experimentan síntomas del trastorno de estrés postraumático, mayor probabilidad de depresión clínica e intentos de suicidio, así como ansiedad, lo que interfiere con

su funcionamiento diario y la forma en que se relacionan con otras personas de su entorno (Akyazi et al., 2018; Oram et al., 2017).

En esta misma línea de los malestares provocados por las situaciones violentas que experimenta al interior de la pareja, Amelia afirma lo siguiente:

> De alguna manera siento que, bueno alrededor también de todo lo que he trabajado en terapia, siento que no estoy escuchándome muchas veces, que no estoy escuchando lo que lo que hay dentro de mí para, por ver la relación o sobre la relación primero antes que esto, y es difícil porque con él es como si tuviera una dependencia de cierta manera, como una dependencia que suena horrible porque verlo así suena horrible pero es como si dijeras es que sabes que tienes que dejar algo, sabes que te tienes que alejar de esa situación sin embargo no puedes a la primera, lo intentas y sabes que hay algo mal.

Es destacable la reflexividad de Amelia en torno al desdibujamiento de sí misma en beneficio de su relación de pareja, y la valoración negativa que realiza de esto. En términos conductuales, también lo es el momento en el que se sitúa en el recorrido, como si advirtiera requerir mayor fortaleza o recursos personales para poner fin a la relación.

Construcción de una historia alternativa a la violencia

En esta parte de la historia se puede reconocer la transición de los relatos saturados del problema a la identificación de aquellos momentos en que Amelia muestra recursos que le permiten tener poder sobre el problema.

Como se aprecia en diversos momentos de la narrativa de Amelia, la reflexividad cognoscitiva está presente, que de forma imaginativa la lleva a replantearse situaciones y pensar en posibles cursos de acción futuros esperanzadores.

> En estos momentos creo yo que dentro de mí estoy intentando como aislar eso o sea como intentar no borrarlo, porque no se puede borrar, pero como centrarme en el ahora y continuar con lo bueno que hay porque en este momento te puedo decir estamos bien, no pasa nada, pero claro que un problema y claro que pasaron cosas que fueron para mí horribles, horribles.

También habrá que resaltar que la reflexividad cognoscitiva no excluye la posibilidad de dirigir cursos alternativos de acción frente a las violencias. Cuando se le pregunta a Amelia de forma específica qué hacía ante los momentos donde se presentaba la violencia, ella compartió:

> Yo creo que si algo he aprendido a lo largo de mi vida es que el mundo no se detiene por tu dolor, el mundo va a seguir caminando allá afuera y de alguna manera pues te tienes que levantar y tienes que seguir haciendo las cosas aunque sea en piloto automático, intentar hacer lo más que puedas, intenta ir a la escuela, intenta bañarte,

> intenta continuar lo más que puedas y algo que me queda como de esperar a que esto pasara, esto se tiene que acabar, incluso el dolor que siento se tiene que acabar, claro que yo escogí la salida de un curita, un curita de decir pues mejor regresamos y se acaba el dolor rapidísimo, que a veces el soportar el dolor por más tiempo y con más intensidad y decir se acabó sí, pero también ya se acabó todo y se pasó todo, no sé si en estos momentos incluso yo me juzgó como no soy tan valiente para enfrentar eso, quizá no me siento valiente, me juzgó a mí, que si yo lo hubiera hecho, si yo hubiera sido más valiente de decir si yo me aviento ya se acabó esto ya voy a soportar este dolor como todo dolor que tienes que pasar en la vida, quizás hubiera terminado la relación y a lo mejor, no sé estaría sola, pero que llegaría el punto en el que tendría la paz sin él y yo preferí en ese momento la paz, pero con él.

Cuando Amelia refiere "seguir haciendo las cosas, aunque sea en piloto automático" se aprecia una agencia más práctica, no reflexiva, que es funcional para dar continuidad a su vida. Es importante que Amelia mire el hecho de que en realidad ha realizado cosas por sí misma para disminuir el impacto del problema, lo que propicia la construcción de una historia alternativa, lo cual no implica que la situación que ha vivido la entrevistada de violencia cambie propiamente, sino que se generan nuevos significados entorno a ella.

Más adelante en la entrevista, se le preguntó sobre cómo se relacionan hoy su pareja y ella, después de estos eventos violentos que ocurrieron, la respuesta está en el siguiente fragmento:

> Hemos estado tranquilos de ambas partes, o sea no ha habido ningún detonante de nada, eso sí es como intentamos no hablar de la situación, o sea ya se habló una vez y es como que no la volvemos a sacar y aunque a veces yo creo que tanto a mí como a él si trae recuerdos por el hogar, por la casa de repente, donde estábamos comúnmente en su casa, de repente ver la puerta y es como que otra vez un flashback de regreso a la situación anterior pero, o sea es como lo dejas pasar y vamos al presente, vamos al ahora, intentamos hacer las cosas juntos como siempre, o sea volver al ritmo que teníamos de acompañarnos siempre en todo y solucionar todo o sea pero no ha habido ningún problema por ahora.

Otra pregunta importante fue sobre los recursos que Amelia cree poseer para sobrevivir a la violencia:

> En ese momento creo que el principio básico de la vida es quieres sobrevivir, o sea en ese momento no importa otra cosa, solo dices, incluso el ser resolutiva en ese momento y decir, a ver no, no puedo no puedo pelear con él número uno, porque yo no tengo la misma fuerza que él, no puedo me está diciendo que me eche a correr, yo no me puedo echar a correr porque yo sé qué es lo que va a pasar, o sea como anticiparme frente a lo que él va a hacer y tener otra visión de ver cómo vas a salir de aquí o sea lo primero es cómo vas a salir de aquí, yo esperaba que se acabará, que acabará lo más pronto posible pero se extendía, pasaba de una a otra escena y que prácticamente fue toda una noche y yo decía ya necesito que esto se termine, que se

termine y por eso te digo incluso ahora que lo recuerdo es como si hubiera sido una pesadilla prácticamente.

En ese momento sinceramente no pensaba en nadie o sea tampoco en mi familia o alguien más o el resto de las esferas en donde estoy, en ese momento pensaba en mí, de verdad pensaba en mí y salvarme, o sea, esa era la meta, salva a Amelia, que era como se me hace todavía un pensamiento ilógico, eso que te digo de que la persona que ames es de quien te tengas que salvar y peor aún, ahorita lo que me genera esa culpa, lo que me genera el conflicto es eso de sí pasaste todo esto, si ya te salvaste una vez, incluso no, lo ves como terapeuta, lo ves tú y dices sabes que se puede repetir, sabes que puedes volver a estar ahí y dirías quieres volver a estar ahí, pues no quieres, claro que no quieres y aunque lo sabes y aunque estás bien consiente dices que puede volver a pasar, es como si no pudieras, si no pudieras cambiarlo en ti, esas razones, eso que te hace quedarte, cómo te lo decía, frente a todo el mundo es otra mirada, es tan fácil a veces como lo mencionábamos de vete a la primera, no es fácil, no es fácil y lo peor, no es fácil y uno no llega a entenderlo hasta que está ahí dentro, de verdad.

Del fragmento anterior, se puede rescatar la capacidad de esta mujer para anticiparse a las acciones violentas que se estaban presentando, pensando en qué acciones podían seguir para ponerse a salvo de ellas. Es importante destacar que la indagación sobre los episodios de violencia, se realizan con el fin de conocer el relato inicial tal como lo cuenta la entrevistada, no con la intención de que se reviva el trauma, sino para encontrar los sucesos extraordinarios como el anticiparse y ponerse a salvo, pues son estos sucesos los que constituyen la base para la edición de una historia alternativa (White, 2016).

Continuó la entrevista, rescatando las habilidades, recursos y/ o fortalezas que le permitieron a Amelia sobrevivir a la pesadilla, como ella la nombra:

Pues bueno, a veces esta parte de ser terapeuta te enseña a resolver problemas de otros, los tuyos a veces los dejas en segundo plano o la mirada que tienes de ellos no se puede. Es como si tú estuvieras dentro del remolino, el remolino tiene demasiada tierra y tú no puedes ver más para allá, pero en un momento así crítico como esa situación, en ese momento lo que haces, es intentar resolver el problema que tienes enfrente, afrontarlo, y yo creo que una de las habilidades que así reconociéndolo desde lejos, o sea, viéndolo hacia el pasado, fue esa, tenía que empezar a ver soluciones alrededor de mí y rápido, o sea es rápido, ¿por qué?, porque tenía, sí tenía miedo y tenía que proteger mi vida.

En ese momento, en ese preciso momento no importaba cuánto lo amara, o sea en ese momento sí importaba que tenía que salvarme, y al ver que estaba cerrándome las opciones de salida, por decirlo así, tenía que empezar a resolver y una de ellas era como: A ver ¿tú qué sabes no? ¿tú qué sabes de cuando una persona se comporta violenta contigo qué debes de hacer? si tú reaccionas con violencia no vas a ganar, no tenemos oportunidad como mujeres, porque no tenemos la misma fuerza, porque estás en su casa, estás en su lugar y es noche ¿a quién vas a gritarle? ¿a quién vas a

> acudir?, entonces creo que una básica sería esa, la resolución de problemas en ese momento solamente resuelve el presente, en el futuro no sabemos qué va a pasar, en el futuro no sabemos si ni siquiera, o sea ni saber si vamos a seguir o no vamos a seguir o ¿cómo vamos a seguir?, etcétera. Quizás en este momento inmediato es salvarme, salvar la situación incluso física, sobre todo.

De este evento específico de violencia física, se le pidió a la entrevistada que narrara qué acciones específicas decidió emprender para resistir y salir con vida:

> Cuando fue la vez que me tiró al suelo de hecho, o sea te digo, recuerdo una parte muy emocional, pero en un momento me hubiera quedado tirada claro, por decir y llorar y llorar y llorar y decir todo, o sea, sacar mi sentimiento ahí tirada, porque por mí no me hubiera levantado claro, pero en este momento pensé: "yo no me puedo quedar tirada llorando porque él no se va a detener, porque esto va a continuar y porque veo que mis lágrimas tampoco lo frenan", entonces tienes que hacer algo distinto, sí quieres salir de aquí, porque ya te demostró que puede hacerte daño, lo que nunca había pasado y después de levantarme era como intentar mejor hacer una negociación, ver si se podía hacer una negociación, como de pues ya déjame ir, ya hablamos luego, etcétera.
>
> Posteriormente cuando no me deja ir tampoco y me vuelve a tirar en segunda ocasión, esto tampoco está funcionando, era como si mi lluvia de ideas para resolución de problemas se van agotando cada vez y queda la siguiente, cuando él me dice "sí te vas a ir, pero me vas a escuchar, me vas a tener que escuchar lo que yo tenga que decirte", yo sabía que me iba a decir un montón de cosas, o sea, y cosas hirientes e incoherentes que no tenían nada que ver conmigo y que yo tampoco podía refutar, que yo no podía decirle pues no es cierto porque no va a entender, entonces, aun así, yo pensé en acceder, para poder decir "ok si yo accedo, si yo te doy ese minuto, puede que en ese en ese lapso de tiempo descargues tu enojo de alguna manera mínimo hablando y entonces podamos movernos de aquí por lo menos o podemos pasar al siguiente día de ya te dejo ir, ojalá", y como consiguiente después de ahí fue cuando me dijo "pues ya vámonos", pero lo que él quería era seguirse desquitando, incluso no, o sea, el buscar al susodicho hombre con el que según yo salía, ir a su casa a molestarlo y etcétera. Pero el ver que también en ese momento para mí era la solución de tengo que salir de aquí, o sea si eso es lo que él quiere hacer está bien, yo sé que está mal para él, pero para mí es mi momento de huir de aquí.
>
> Y creo que, bueno en general, así como está, lo resumiría en resolución de problemas, cuando intentas ver tu problema, desde un punto más lejano, que, si me hubiera quedado en solamente mis sentimientos ahí en ese momento, ahí me hubiera quedado tirada la verdad, y no me hubiera levantado, y te lo repito, porque pues porque es dolorosísimo porque la persona que amas es la que te tiró, la que la que te está hiriendo en ese momento y no se detiene.

Durante la narración, la entrevistada comparte la vivencia abusiva, comparte sus sentimientos e ideas en relación con esta, le pone un nombre, comprende por qué es abusiva y además externaliza algunas de sus consecuencias como la culpa,

el miedo y la vergüenza. Esto la coloca en un lugar de posible dominio, un lugar de consciencia de lo sucedido y a partir de ello, de decisión al respecto.

Preguntándole a Amelia qué papel activo reconocía que había desempeñado a lo largo de todo el tiempo en que había estado resistiendo a la violencia, ella dijo:

> Primero yo creo que la parte de la distracción entre lo bueno y esto que sucede no, como lo malo, la violencia, a veces agarrarte fuertemente de las cosas buenas que suceden con tu pareja, de los momentos cuando de verdad lo es, o sea es bueno, y que te refuerza, te refuerza como para continuar. Por otro lado, ay no sé si bueno, cuando él mandaba mensajes a otras chicas, o sea igual de una manera, pues una manera de violentarte no, la parte de que alguien te mienta, de que te engañe, de que todo esto, y que igual al dolerme de esa manera, yo pues como dicen, a lo mejor más que venganza si quise un, que se siente, qué se siente que tú lo hagas, o sea no por él, sino por mí, e igual no de igual manera, que fue la razón después de otras peleas, que yo respondiera mensajes a otros chicos, etcétera. Y decir no, yo sé que no iba a resolver el problema, porque no es la solución, pero al menos era una idea, mi idea a lo mejor no bien explícita, que hasta para no reclamarle no, eso está para no reclamar yo lo hice, de otra manera de resistir, de resistir esto, es creo que un punto importante, es tener esperanza, porque la esperanza siempre es eso, no de esperanza de cambio, esperanza de que las cosas vuelvan a ir bien como estaban en un inicio y yo creo incluso que si esa esperanza no existiera la relación se acaba, así de simple.

En este fragmento se da cuenta de la diversidad de acciones a las que recurre la entrevistada para tener control sobre el problema, que van desde el intento por igualar las acciones de su pareja, hasta la decisión de mantener la esperanza de que su relación cambie.

Después de la resistencia a los eventos violentos, queda, según Amelia, resistir al dolor que deja lo que ya pasó:

> Creo que es la parte más difícil, el sobrevivir, sobrevivir físicamente cuando termina, es sobrevivir emocionalmente, porque ahora si vienen las emociones, ahora sí vas a tener muchas ideas acerca de ¿por qué lo hizo? y si es la persona que amo y muchas preguntas y que no hay respuestas, no las hay. Entonces, entre esas cosas, a lo mejor primero yo decidí no hablarlo, la parte de yo decidir no hablarlo porque sabía que a lo mejor era una parte negativa, porque pues te podría ayudar, pero en ese momento decidí no hacerlo porque estaba confundida porque todavía no me caía el veinte, tampoco de lo que estaba pasando, me había pasado a mí.
>
> Y cuando yo empecé a lo mejor a hablar con ciertas personas, que son muy pocas, y cada vez que yo hablaba, y bueno, con cualquiera de esas personas, me hacían sentir, porque son personas cercanas a mí, porque son mis amigos, me hacían sentir que no estaba mal, o sea independiente de todo, o sea que no era mi culpa lo que había pasado, que no estaba en mis manos, y eso alivia, el que no te sientas juzgado, lo que todo el mundo espera decir, 'ay pues ya déjalo', '¿qué estás haciendo ahí?' 'ya mándalo bien lejos', no sé, etcétera. Pero creo que es un punto que te mantiene como okey, pasó, no seas tan dura contigo, porque a veces yo sí, personalmente, tiendo a

> juzgarme mucho, y eso es una parte que trabajaba en terapia, mi juicio propio, soy muy condescendiente con los otros, pero muy mal juez conmigo. Entonces, en ese momento eso me ayudó a no tener tanta autocrítica, la autocrítica hacia lo que permití, hacia lo que pasó, hacia cómo pasó y eso como que ayuda a reestructurar tu mente, las respuestas que no vas a tener, y continuas, continuas.

También hay muchas esferas donde nos relacionamos, donde trabajamos, donde hacemos cosas en nuestras vidas, yo creo que entre más esferas tienes, también tienes más carga, claro, más carga de cosas que hacer, que entregar, pero te mueve, obligatoriamente, te mueve. Aparte creo que es eso es muy parecido a lo que se llama activación conductual, cuando mandas a tu paciente con depresión y dices "sabes qué, el día de hoy tienes que hacer ejercicio, yo sé que vas a esperar, que no te va a gustar, que no tienes ganas de hacerlo, no tienes, del cero al diez, no tiene intención, estás en el cero, yo lo sé, pero al menos el día de hoy, necesito que vayas de aquí a la esquina de tu casa, ni siquiera des vueltas, ni siquiera corras, ni siquiera nada, pero hazlo", y que cuando lo hace y regresa contigo y te dice "pues no estuvo tan mal, o sea, por lo menos me distraje 5 segundos, pero me distraje y funciona" y poco a poco vas incrementando, a lo mejor ya no es la esquina, a lo mejor te vas a la otra cuadra y la siguiente ya te vas con el perro y así no y creo que también es una parte que intenté aplicar conmigo en esto, o sea, yo sé que no tengo ganas, yo sé que no quiero hacerlo, yo sé que no me quiero levantar, pero el intentar hacerlo por hacerlo y que cuando menos sientes, tienes un resultado, y que ese resultado te ayuda a continuar, creo que también es una parte, porque era venir a la universidad, por ejemplo, yo quiero unas vacaciones, yo las quiero, ya me quiero ir de vacaciones y falta mucho todavía, pero creo que es esa parte, también en algún momento a lo mejor en mi cabeza, fue ya mejor hasta venirme a vivir de este lado, y si no se alejarme de todo, pero en otro punto pensé dije: "es que bueno, no puedo permitir que algo cambie, o sea, como que en todo el plano que estoy funcionando, cambie".

> También estoy en la maestría, porque, eso lo recordé en la mañana, de hecho, cuando venía caminando, y estoy en la maestría, antes de que lo conociera, entonces ese sueño no es por él, eso es por mí, y sí me acompañó durante todo este tiempo conmigo diciéndome, ayudándome incluso, lo que sea, sí, se lo voy a agradecer, pero ese sueño es mío, y entonces ¿quién lo tiene que hacer?, yo. ¿Y me va a costar?, sí, pero yo lo elegí, yo elegí esto y me va a costar, pero yo lo elegí esto y las elecciones que yo tengo, yo tengo que terminarlas, también es algo que yo tengo, como de, si eliges algo, terminarlo. Nunca he sido de desistir, aunque las cosas se pongan feas.

La práctica narrativa está fundamentada sobre la idea de que las historias que contamos sobre nosotros mismos no son privadas e individuales, sino el resultado de un logro social, es decir, se forman en la relación con los otros. Es difícil mantener una identidad de aislamiento, pues buscamos a alguien que nos refleje lo que queremos y sean testigos que nos ayudan a cumplir dos propósitos:

reconocer nuestra declaración de identidad como válida y compartir qué es importante para nosotros en la vida (Russel & Carey, 2004). Amelia decidió no compartir con muchas personas de su entorno lo que le estaba ocurriendo, pero estuvo totalmente dispuesta a participar de las entrevistas para esta investigación, lo que refleja su necesidad de tener testigos que validaran los significados más importantes de su historia.

Al narrar su historia, Amelia comenzó a vincularse de forma más clara con las ideas de quién es ella, relacionándolas con esferas reales y cercanas de su vida, como el sueño de estudiar una maestría. Es un proceso en el cual se va construyendo a través de la interacción con la entrevistadora, una re-edición de su vida, una nueva narración de sí misma que le recuerda la fuerza que tiene y hacia dónde quiere ir.

Conclusiones

Insistir solo en las historias negativas supone simplificar la experiencia y pasar por alto otras muchas historias que también forman a las personas. El relato único crea estereotipos, y el problema con los estereotipos no es que sean falsos, sino que son incompletos, convierten un relato en el único relato. El poder es la capacidad no solo de contar la historia de otra persona, sino de convertirla en su historia definitiva. Las historias importan, ellas se han utilizado para desposeer y calumniar, pero también pueden usarse para facultar y humanizar (Ngozi, 2018). Podemos entonces, insistir en contar no solo la parte negativa de las historias, donde las mujeres tienen solo un papel pasivo, víctimas de sus agresores y revictimizadas por quienes cuentan las historias de forma incompleta. La narración de esta historia visibiliza la cruda experiencia de violencia de una mujer, pero trata de no quedarse como una narración magra de esta, sino de ir co-construyendo a lo largo de la entrevista, una narración densa que visibilice también otros elementos diferentes a la violencia vivida.

El enfoque sistémico narrativo abre un lugar para tal co-construcción de historias diferentes a las que siempre se han narrado, enriqueciendo las descripciones de los saberes y habilidades generados en las historias de vida de las personas, mostrando su importancia, y enfatizando la pertinencia que tienen sus esfuerzos por responder a los problemas y dilemas que les llevan a pedir ayuda, para lograr que las personas accedan a otros posibles relatos identitarios y nuevas opciones para actuar en el mundo (White, 2015). Si las personas son las historias que se cuentan de sí mismas, este enfoque junto con la perspectiva feminista da luz a aquellas partes de la historia que suelen ocultarse para tejer narraciones donde se miren más posibilidades de elegir los relatos preferidos por las mujeres, cuyas vidas no se pueden reducir a la violencia de pareja que viven.

Desde esta mirada socioconstrucccionista, los problemas no se resuelven, se disuelven (Figueroa et al., 2012), se trata más que de desaparecer el problema de la violencia de pareja, de construir nuevas nociones de la realidad, gracias a lo

cual algo que le era significativo a Amelia en los términos de un problema, pueden dejar de serlo, aun cuando siga existiendo dicha situación. Es probable que ella decida continuar con su relación de pareja, pero después de haberse generado en ella procesos reflexivos que le permitieron contrastar su historia dominante con su historia alternativa, la colocan en un lugar de elección de cómo quiere vivir la situación, visibilizando su propia sabiduría.

Esta es una historia de amor, de una forma de amor que nos invita a repensarlo, a desaprenderlo, a deconstruirlo y resignificarlo. Amor y violencia no deberían ser nombradas en la misma historia, por lo que es necesario buscar un nuevo modelo de relación afectiva, al que Giddens (2006) le ha denominado amor confluente, que es un amor contingente, activo, que contrasta con las ideas del amor romántico, que, según el autor, está profundamente tergiversado en términos de poder, conduciendo a la mujer a una sujeción doméstica. El amor confluente presupone la igualdad en el dar y recibir emocional, presupone un modelo de relación pura, puesto que parte del hecho básico de conocer los rasgos del otro y desde ahí poder negociar de qué formas se desea experimentar el amor.

Es necesario co-construir un nuevo concepto de amor, que transforme la forma de entender el amor como amor cautivo, que desempodera y encierra a la mujer en un entramado de prejuicios, miedos y frustraciones por perderlo a una nueva ética del amor que enseñe por igual, a hombres y mujeres, a aceptar la diferencia, el respeto hacia uno mismo y hacia el otro (Bosch et al. 2012; Luengo & Sumaza, 2009).

Mirar esta historia y la de muchas otras mujeres desde el enfoque sistémico narrativo y la investigación feminista puede ofrecer deconstruir lo que por mucho tiempo las mujeres han aprendido sobre qué y cómo se vive el amor, para resignificarlo en un amor que no las domine y someta, si no que las libere.

REFERENCIAS

Akyazi, S., Tabo, A., Guveli, H., Ilnem, M. C., & Oflaz, S. (2018). Víctimas de violencia doméstica en refugios: ¿qué sabemos sobre su salud mental? Community Mental Health J., 54, 361-369. https://doi.org/gc855n

Agoff, C., Rajsbaum, A., & Herrera, C. (2006). Perspectivas de las mujeres maltratadas sobre la violencia de pareja en México. Salud pública de México, 48, s307-s314.

Andersen, T. (2021). El equipo reflexivo. Diálogos y diálogos sobre los diálogos. Gedisa

Bard, W. G. (2018). Las violencias romantizadas: masculinidades hegemónicas en el capitalismo tardío y heteropatriarcal. Aposta. Revista de Ciencias Sociales, 77, 59-100.

Berlanga, M. (2018). Una mirada al feminicidio. Universidad Autónoma de la Ciudad de México. https://doi.org/jt2c

Blázquez Graf, N. (2011). El retorno de las brujas. Incorporación, aportaciones y críticas de las mujeres a la ciencia. Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades, UNAM.

Blázquez-Graf, N., Flores-Palacios, F., & Ríos-Everardo, M. (2012). Investigación feminista. Epistemología, metodología y representaciones sociales. Universidad Nacional Autónoma de México.

Bott, S., Guedes, A., Ruiz-Celis, A. P., & Mendoza, J. A. (2019). Violencia de pareja íntima en las Américas: Una revisión sistemática y reanálisis de las estimaciones nacionales de prevalencia. Revista Panamericana de Salud Pública, 43, 1-12. https://doi.org/fc8j

Bosch, E., Ferrer, V. A.; Navarro, C., & Ferreiro, V. (2012). La violencia contra las mujeres: el amor como coartada. Antrophos editorial

Bruner, J. (2004). The narrative creation of self. [La creación narrativa del yo]. En E. Lynne & J.A. Mc Leod (Eds). Hadbook of Narrative and Psychoterapy: Practice, Theory a Research. Sage Publications, Inc.

Carrascosa, L., Cava, M. J., Buelga, S., & Neves de Jesús, S. (2019). Reduction of sexist attitudes, romantic myths, and aggressive behaviors in adolescents: Efficacy of the DARSI program. [Reducción de actitudes sexistas, mitos románticos y comportamientos agresivos en adolescentes: Eficacia del programa DARSI]. Psicothema, 31(2), 121-127.

Caro, G. C., & Monreal, G. C. (2017). Creencias del amor romántico y violencia de género. International Journal of Developmental and Educational Psychology, 2(1), 47-56. https://doi.org/jt2d

Celis, R., & Rodríguez, M. (2016). Constructivismo y Construccionismo Social en Psicoterapia: una perspectiva crítica. Manual Moderno.

Çetin, Ş., & Varma, G. S. (2021). Somatic Symptom Disorder: Historical Process and Biopsychosocial Approach. [Trastorno de Síntomas Somáticos: Proceso Histórico y Enfoque Biopsicosocial]. Psikiyatride Guncel Yaklasimlar, 13(4), 790-804. https://doi.org/jt2f

Coronado, L. (2019). La violencia del amor romántico en la narrativa de dos mujeres mexicanas. Psicología & Sociedades, 31, 1-19. https://doi.org/hs4q

Cossu, A. (2021). Clifford Geertz, intellectual autonomy, and interpretive social science. [Clifford Geertz, la autonomía intelectual y la ciencia social interpretativa]. American Journal of Cultural Sociology, 9(3), 347-375. https://doi.org/jt2g

Dufourmantelle, A. (2020). En caso de amor. Psicopatología de la vida amorosa. Paradiso editores.

Eagly, A. H., & Riger, S. (2014). Feminism and psychology: Critiques of methods and epistemology. [Feminismo y psicología: Críticas a los métodos y a la epistemología]. American Psychologist, 69(7), 685–702. https://doi.org/f6mt3b

Ferrer, V. & Bosch, E. (2013). Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. Profesorado. Revista de currículum y formación del Profesorado, 17(1),105-122.

Figueroa, J., Rivera, C. I., & Maldonado, N. (2012). Positivismo vs. construccionismo: Implicaciones en la práctica del psicodiagnóstico y la psicoterapia. Informes Psicológicos, 12(2), 11-27.

Flores, V. M. (2019). Mecanismos en la construcción del amor Romántico. La ventana. Revista de Estudios de Género, 6(50), 282-305.

García, J., Hernández, C., & Monter, S. (2019). Amor romántico entre estudiantes universitarios (hombres y mujeres), una mirada desde la perspectiva de género. La ventana. Revista de Estudios de Género, 6(49), 218-247.

Gergen, K. J., Gergen, M., & Ness, O. (2019). Social Construction and Therapeutic Practices. Encyclopedia of Couple and Family Therapy [Construcción social y prácticas terapéuticas. Enciclopedia de Terapia de Pareja y Familia], 2687-2694. https://doi.org/jtz8

Gibbs, G. (2014). El análisis de datos cualitativos en investigación cualitativa. Morata

Giddens, A. (2006). La transformación de la intimidad. Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas. Ediciones Cátedra.

Herrera, C. (2018). Mujeres que ya no sufren por amor. Editorial Catarata.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2022, 30 de agosto). Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares. https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2021/

Labra, O. (2013). Positivismo y Constructivismo: Un análisis para la investigación social. Rumbos TS. Un espacio crítico para la reflexión en Ciencias Sociales, 7, 12-21.

Lagarde, M. (2022). Claves feministas para la negociación en el amor. Siglo veintiuno editores.

Longo, M. (2019). El amor romántico declinado según el género: una experiencia de auto-renuncia, otra de autocentramiento. Asparkía, 34, 49-67. https://doi.org/jtz7

Luengo, T., & Rodríguez Sumaza, C. (2009). El mito de la "fusión romántica" y sus efectos en el vínculo de la pareja. Anuario de Sexología, 11, 19-26. https://acortar.link/Vt7bm0

Magnabosco-Marra, M. (2014). El Construccionismo Social como abordaje teórico para la comprensión del abuso sexual. Revista de Psicología (PUCP), 32(2), 219-242.

Martínez, L. M. (2017). Construyendo paz en pareja: una propuesta de intervención integrativa de la terapia narrativa con enfoques feministas y contextuales-relacionales. Prospectiva. Revista de Trabajo Social e Intervención Social, 24, 149-176. https://doi.org/gnj6pg

Moral, J., & López, F. (2012). Modelo recursivo de reacción violenta en parejas válido para ambos sexos. Boletín de Psicología, 105(1), 61-74.

Muñoz-Martínez, A., & Aguilar-Cacho, R. (2022). Using functional analytic psychotherapy strategies for supporting Latinas victims of interpersonal partner violence. [Uso de estrategias de psicoterapia analítica funcional para apoyar a las latinas víctimas de violencia de pareja interpersonal]. Psychologist Papers, 43(1), 74-80. https://doi.org/jt2h

Nardone, G., & Watzlawick, P. (2013). Terapia breve: filosofía y arte. Herder Editorial.

Ngozi, C. (2017). Querida Ijeawele. Cómo educar en el feminismo. Literatura Random House.

Ngozi, C. (2018). El peligro de la historia única. Literatura Random House.

Nogueiras, B. (2019). La salud en la teoría feminista. Atlánticas. Revista Internacional de Estudios Feministas, 4(1), 10-31. https://doi.org/jt2j

Oram, S., Khalifeh, H., & Howard, L.M. (2017). Violencia contra las mujeres y la salud mental. Lancet Psychiatry, 4, 159-170. https://doi.org/f9vhvw

Organización Mundial de la Salud (2021, marzo 8). Violencia contra la mujer [Nota Descriptiva]. https://acortar.link/v3wi0B

Palacios, M., & Valverde, P. (2020). Mitos del amor romántico y violencia de género en jóvenes estudiantes de la Universidad del Azuay. Revista Killkana Sociales, 4(3), 27-34.

Picado, E. M., Yurrebaso, A., Álvarez, S., & Martín, F. (2019). Creencias sobre el amor romántico y violencia de género. Un estudio con víctimas y agresores en población penitenciaria. Apuntes de Psicología 27(1), 47-52.

Piñeiro, Y., Piñuela, R., & Yela, C., (2022). EMRO: Una herramienta de evaluación de los mitos románticos. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica, 1(62), 137-153. https://doi.org/jt2k

Resurrección, E., & Córdoba, A. (2020). Amor romántico y violencia de género. Trabajo social, 89, 65-82. https://doi.org/gmmstv

Rodríguez-Bustamante, A. (2016). La comunicación familiar. Una lectura desde la terapia familiar sistémica. Latinoamericana de Estudios de Familia, 8, 26-43.

Russel, S., & Carey, M. (2004). Prácticas con testigos externos: Respuestas a preguntas más frecuentes. En S. Russel & M. Carey. Narrative Therapy: Responding to your questions. Dulwich Centre Publications.

Vidal-Oré, L. M. (2021). Apego romántico y tolerancia a la violencia en la relación de pareja en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. [Tesis de Bachillera en Psicología, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio de la PUCP. http://hdl.handle.net/20.500.12404/18867

White, M. (2016). Mapas de la práctica narrativa. Pranas Chile Ediciones.

White, M. (2015). Práctica Narrativa. La conversación continua. Pranas Chile Ediciones.

Este trabajo está sujeto a una licencia internacional Creative Commons Attribution 4.0