



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO
UNIDAD ACADÉMICA PROFESIONAL DE TEJUPILCO

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

**“VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO EN ESTUDIANTES DE LA PREPARATORIA
REGIONAL TEJUPILCO, A.C.”**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

VIRGINIA AVILES LUJANO

NÚMERO DE CUENTA: 1826961

DIRECTORA DE TESIS:

DRA. EN. C. SAL. SHEILA ADRIANA MENDOZA MOJICA

ASESORA DE TESIS:

LIC.EN. PSIC. ERIKA MAGALI JAIMEZ PÉREZ

ABRIL DE 2023, TEJUPILCO, ESTADO DE MÉXICO.

PRESENTACIÓN

La presente investigación titulada Violencia en el noviazgo en estudiantes de la Preparatoria Regional Tejupilco A. C., se inicia presentando el objetivo general y los objetivos específicos; Está compuesta por tres apartados, en el primero está el capítulo I titulado La adolescencia que comprende los antecedentes del término adolescencia y sus características. El capítulo II, Violencia en el noviazgo presenta los antecedentes de la violencia en el noviazgo, concepto de violencia en el noviazgo, características de violencia en el noviazgo, tipos de violencia en el noviazgo e impacto psicológico de esta violencia. Finalmente, el capítulo III denominado Relaciones saludables en el noviazgo durante la adolescencia, está conformado por el concepto de relaciones saludables en el noviazgo en la adolescencia tipos de relaciones saludables en el noviazgo en la adolescencia, características de una relación saludable de noviazgo en la adolescencia, así como las estrategias para tener una relación saludable de noviazgo en la adolescencia.

En el apartado del Método se presenta el planteamiento del problema, se plantea una pregunta de investigación y el tipo de estudio que se llevó a cabo (descriptivo), se da a conocer la variable y su definición conceptual y operacional. La población a la cual se le realizó este estudio se ubica en municipio de Tejupilco, específicamente en la Escuela Preparatoria Regional Tejupilco A.C. en estudiantes de 15 a 18 años, la muestra fue no estadística por conveniencia bajo su consentimiento informado en quienes tenían una relación de noviazgo actual. El diseño de la investigación fue no experimental porque solo se observa a los estudiantes de sexo femenino y masculino en un solo momento y en un único tiempo, para capturar la información se pidió el consentimiento a los estudiantes que hayan tenido o estén en una relación de noviazgo, la información se procesó en el programa SPSS. Finalmente, se muestran los resultados y la discusión respecto a lo obtenido en frecuencias de la violencia de pareja según sus tipos y las subescalas del instrumento. Los resultados denotan la importancia de seguir haciendo investigación en esta población juvenil para prevenir la presencia de síntomas psicológicos relacionados con la violencia de pareja.

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo analizar la violencia de pareja en el noviazgo de adolescentes de la Preparatoria Regional Tejupilco A.C., llevada a cabo en el año 2022. Se realizó un estudio descriptivo, no experimental, transversal; en donde participaron los alumnos de la institución donde el número total de alumnos fue de 363 estudiantes inscritos en el semestre febrero-julio 2022. 140 accedieron a participar y 64 dijeron tener una relación de pareja en la actualidad por lo que quedó constituida la muestra no probabilística por conveniencia con este criterio sin tener impedimentos legales, la participación fue voluntaria y con su consentimiento informado. A los participantes se les aplicó la Escala de Violencia en Relaciones de Pareja Adolescentes (Conflict in Adolescent Dating Relationships Inventory CADRI) Wolfe et. al. (2001) que cuenta con dos subescalas una de violencia sufrida y otra de violencia ejercida, validada en población mexicana por Hokoda et al. (2006). Los resultados encontrados fueron que 47 de ellos (73%), dijeron haber ejercido violencia en cualquiera de sus tipos al menos una vez con su pareja actual. Mientras que 41 (64%) dijo haber experimentado violencia como víctima en cualquiera de sus tipos al menos una vez con su pareja actual.

Palabras clave: violencia de pareja, noviazgo, adolescencia, víctima, victimario.

ABSTRACT

The objective of this research is to analyze partner violence in the courtship of adolescents from the Tejupilco A.C. Regional High School, carried out in the year 2022. A descriptive, non-experimental, cross-sectional study was carried out; where the students of the institution participated where the total number of students was 363 students enrolled in the February-July 2022 semester. 140 agreed to participate and 64 said they were currently in a relationship, so the sample was not constituted. probabilistic for convenience with this criterion without having legal impediments, participation was voluntary and with their informed consent. The participants were given the Scale of Violence in Adolescent Dating Relationships (Conflict in Adolescent Dating Relationships Inventory CADRI) Wolfe et. to the. (2001) that has two subscales, one for violence suffered and another for violence exerted, validated in the Mexican population by Hokoda *et al.* (2006). The results found were that 47 of them (73%) said they had used any type of violence at least once with their current partner. While 41 (64%) said they had experienced violence as a victim in any of its types at least once with their current partner.

Key words: partner violence, courtship, adolescence, victim, perpetrator.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	II
PRESENTACIÓN.....	III
RESUMEN.....	IV
ABSTRACT.....	V
INTRODUCCIÓN.....	12
CAPÍTULO I: ANTECEDENTES DE LA ADOLESCENCIA.....	16
1.1 Antecedentes de la adolescencia.....	16
1.2 Concepto de adolescencia.....	19
1.3 Tipos de noviazgo en la adolescencia.....	25
CAPÍTULO II: VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO.....	33
2.1 Antecedentes de la violencia en el noviazgo.....	38
2.2 Concepto de violencia en el noviazgo.....	38
2.3 Clasificación de violencia en el noviazgo.....	41
2.4 Impacto psicológico de la violencia en el noviazgo.....	42
CAPÍTULO III: RELACIONES SALUDABLES EN EL NOVIAZGO EN LA ADOLESCENCIA.....	44
3.1 Cómo podrá entenderse el noviazgo en este siglo XXI.....	49
3.2 Así se siente tener una relación saludable.....	50
3.3 Mi Lista de Derechos en mis Relaciones.....	52
3.4 El Decálogo de relaciones saludables en el noviazgo.....	53
3.5 Características de una relación saludable de noviazgo en la adolescencia.....	53
3.6 ESTRATEGIAS PARA TENER UNA RELACIÓN SALUDABLE.....	57
3.7 Qué habilidades requieren las relaciones saludables de pareja.....	58
MÉTODO.....	62
OBJETIVOS.....	62
OBJETIVO GENERAL.....	62
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	62
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	62
TIPO DE ESTUDIO.....	64
VARIABLES.....	64
POBLACIÓN.....	64

MUESTRA	65
INSTRUMENTO O TÉCNICA	65
DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	66
CAPTURA DE LA INFORMACIÓN	67
PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN	67
RESULTADOS.....	68
DISCUSIÓN	71
CONCLUSIONES	77
SUGERENCIAS	78
REFERENCIAS.....	80
ANEXOS:.....	¡Error! Marcador no definido.

INTRODUCCIÓN

La palabra violencia proviene del latín violare, que significa infligir, quebrantar o abusar de otra persona (Romero, 2007). Comprende un conjunto complejo de comportamientos, actitudes, sentimientos, prácticas, vivencias y estilos de relación entre los miembros de una pareja que producen daños, malestar y pérdidas personales (Pueyo, 2009). Póo y Vizcarra (2008) señalan características referentes a la dinámica de la violencia: escalada (incremento de las conductas violentas), dirección (referida a quién ejerce y quién recibe violencia), traspaso de límites (trasgresión de acuerdos implícitos y explícitos establecidos por la pareja) y expresión según género (forma que adopta la conducta violenta de acuerdo con el género de quien las ejerce). Así, la violencia suele situarse en las relaciones de forma gradual, teniendo un pronóstico nada favorable para los novios porque una vez puesta en marcha, tiende a continuar y a agravarse (González-Ortega, Echeburúa, & Corral, 2008).

Para el instituto ciudadano de la juventud (2017), la violencia en una relación de pareja se entiende por cualquier agresión física, psicológica, mental y sexual con el fin de dominar y mantener el control sobre la otra persona, comienza con cualquier comentario incómodo, después con un jaloneo que al principio puede parecer un juego entre ambos, pero conforme pasa el tiempo la situación puede llegar a ser más grave. Existen varios factores que impiden darse cuenta del rumbo que está tomando la relación, uno de ellos es estar enamorado, pues no les permite pensar de manera objetiva sobre que están siendo violentos por su pareja y que son víctimas de esta, no querer aceptar la realidad de este atroz hecho quizás sea el primer síntoma de que uno de los dos está siendo agredido.

Cuando se cree que se encuentra a la persona correcta e indicada y al estar en la etapa del enamoramiento se idealiza a la pareja y hasta se puede pensar que se va a superar todo lo malo a tolerar y perdonar sus insultos y/o golpes, el maltrato psicológico, físico y hasta sexual; sin embargo, se debe de tener en cuenta que no se puede confundir amor con maltrato.

La guía de prevención de la violencia en el noviazgo (2006), refiere que la violencia en el noviazgo es cualquier acto mediante el cual una persona trata de doblegar o paralizar a su pareja. Su intención es dominar y someter ejerciendo el poder a partir del daño físico, emocional o sexual. Para ello, se pueden utilizar distintas estrategias que van desde el ataque a su autoestima, los insultos, el chantaje, la manipulación sutil o los golpes. La violencia produce efectos que pueden reproducir conductas en sentido negativo y extenderse a todos los contextos donde interactúa el adolescente, del ámbito privado trasciende al público. Por lo cual, la violencia en el noviazgo merece especial atención, sobre todo, cuando se inician las relaciones entre los y las jóvenes y se definen roles y límites. Las conductas violentas en las relaciones de pareja no son percibidas como tales, por las víctimas, o por los agresores, es decir, los signos de maltrato durante el noviazgo se confunden con muestras de afecto, que en realidad ocultan conductas controladoras.

La ley nacional sobre la violencia (2019), menciona que la violencia en el noviazgo es cuando una persona ejerce dominio y control sobre la otra persona en una relación íntima. Es un patrón de comportamiento en el que una persona utiliza la violencia física, la coerción, la amenaza, la intimidación, el aislamiento y el maltrato emocional, sexual, económico u otro tipo de abuso para controlar o cambiar el comportamiento de la otra persona en una relación íntima. La persona mal tratante puede ser un/a novio/a o cualquier otra persona con quien tiene una relación. Cuando la persona abusiva es un/a novio/a, el patrón de maltrato puede llamarse violencia en el noviazgo. Para entender mejor todas las maneras en que un/a agresor/a puede utilizar el poder y el control sobre una víctima, usted puede ver lo que se conoce como el “Círculo de Poder y Control”.

La violencia en el noviazgo puede afectar a personas de cualquier edad, raza, religión, estatus socio-económico y origen étnico. Pasa en relaciones entre sexos opuestos y en relaciones del mismo sexo. El sexo de una persona, la identidad de género u orientación sexual no determina si él/ella puede ser víctima de violencia doméstica/en el noviazgo o un/a agresor/a. El nivel socio-económico y profesional de las personas no son indicadores para determinar si ocurrirá violencia doméstica

o violencia en el noviazgo. Tanto agresores/as como víctimas pueden ser jornaleros/as o profesores/as universitarios/as, jueces/zas o personal de limpieza, médicos y asistentes de servicio, maestros/as, camioneros/as, amos/as de casa o empleados/as de una tienda. La violencia doméstica/en el noviazgo ocurre en los vecindarios más pobres, y en las mansiones más lujosas y las urbanizaciones con control de acceso (Ley Nacional Sobre La Violencia, 2019).

Makepeace (1981) refirió sobre la necesidad de prestar atención a la violencia que se producía durante el noviazgo, se ha ido generando un importante corpus de investigación empírica sobre diversos aspectos en esta materia (modelos teóricos, prevalencia, factores de riesgo asociados o programas de intervención). La gravedad de este fenómeno violento y su impacto en la sociedad actual, hacen necesaria la identificación de su prevalencia real y de los factores de riesgo asociados más relevantes. De esta forma, se podría incrementar la eficacia de los programas preventivos de la violencia contra la pareja implementados específicamente en los entornos educativos, ya que con frecuencia las primeras relaciones de noviazgo entre los adolescentes se inician en los centros de educación secundaria.

Los estudios sobre violencia en parejas de adolescentes y adultos jóvenes han revelado una serie de características propias, no aplicables a parejas casadas (López-Cepero, Rodríguez Franco, Rodríguez-Díaz, Bringas y Paíno, 2015; Rodríguez-Franco et al., 2016). Según Rey-Anacona (2008), los motivos por los que se continúa con la relación, a pesar de las agresiones, son diferentes a los que mantienen las relaciones en los casos de violencia conyugal, ya que no existen de por medio responsabilidades parentales, contractuales o dependencia económica entre los miembros. La violencia en el noviazgo es “todo acto, omisión, actitud o expresión que genere, o tenga el potencial de generar daño emocional, físico o sexual a la pareja afectiva con la que se comparte una relación íntima sin convivencia ni vínculo marital” (Castro y Casique, 2010:22).

Se trata de un problema que ha cobrado gradualmente mayor atención por parte de la investigación psicológica en México, especialmente a través de estudios descriptivos que han apuntado la existencia de una gran frecuencia de agresiones, sobre todo psicológicas, haciendo de este fenómeno algo preocupante.

CAPÍTULO I: ANTECEDENTES DE LA ADOLESCENCIA

1.1 Antecedentes de la adolescencia

A pesar de que el concepto de adolescencia emerge en el siglo XIX, ya en la antigüedad los filósofos griegos mostraron interés por el periodo situado entre la infancia y la edad adulta; por ejemplo, Platón y Aristóteles lo entendían como una época de pasiones y turbulencias durante el cual se accedía a la razón (Ariés y Dubi, 2000). Por otro lado, en el imperio Romano, la pubertad llevaba implícita el reconocimiento de la capacidad para el desempeño de funciones civiles, por ello, a los 14 años se abandonaba la indumentaria infantil y a los 16 se les permitía entrar en el ejército u optar por la carrera política. En la Edad Media, niños y adultos eran considerados como semejantes, entendiendo al niño como un adulto en miniatura (Ariés, 1962).

Las diferencias entre ambos eran vistas de un modo cuantitativo y no tanto cualitativo, partiendo de la creencia de que el esperma contenía un hombre adulto en miniatura (el homunculus) tal como postuló Hartsoeker (1694). En consecuencia, los rudimentos conceptuales sobre la adolescencia como etapa diferenciada entre la infancia y la edad adulta desaparecieron en la Edad Media (Delval, 1989), de manera que el paso de la infancia a la etapa adulta era directo. En el Renacimiento, los avances e interés en la educación dieron lugar a nuevos programas escolares adaptados a la emergencia de las capacidades de la persona, permitiendo comprender y afrontar el desarrollo humano de forma distinta hasta ese momento (Cloutier, 1996; Vives, 1940). En el siglo XVIII, la corriente literaria del Romanticismo y, en especial, el movimiento alemán del sturm und drang (tormenta y drama), contribuyen de forma relevante a generar la idea de un nuevo periodo vital, la adolescencia, caracterizado por la exaltación y la rebelión, entremezclando la pasión y los cambios bruscos en el estado de ánimo (Palacios y Oliva, 1999).

Las ideas y concepciones de esta corriente resultan especialmente interesantes puesto que han influido en la emergencia del concepto, así como en su estudio y conceptualización hasta el siglo XX. Muy cercano en el tiempo a las concepciones

del sturm und drag y posiblemente influenciado por las mismas, Rousseau (1762) publica la novela pedagógica Emilio en la cual se señalan cinco etapas en el ciclo vital: infancia, niñez, niñez tardía, adolescencia y adultez. Según Rousseau (1762), considera que la adolescencia, o edad de la razón presenta un escenario que te permite nacer por segunda vez y es una etapa difícil para el ser humano en el que están presentes las emociones, existen altas y bajas en la actitud del adolescente que hacen que se vuelva desobediente y rebelde.

Según Fasick (1994), los factores socio-económicos que han contribuido a configurar el concepto actual de adolescencia son: 1) un sistema familiar estable que permite a los padres dedicarse a pocos hijos, 2) la urbanización de la vida familiar, 3) la educación obligatoria, que favorece el contacto diario con los “iguales”, 4) la dependencia económica de los padres, como resultado de la escolarización a tiempo completo, 5) la comercialización de la subcultura adolescente (ropa, música, etc.), 6) la diversificación y especialización de trabajo, que exige una preparación más prolongada, quedando obsoletas algunas ocupaciones laborales “infantiles” y 7) las categorías legales y diagnósticas vigentes, por ejemplo, la “delincuencia juvenil”. En ese sentido, autores como Thomas Hine (2000) analizan cómo este invento social se expandió a otros países occidentales (Lozano, 2014), connotado de manera general como una franja etaria, lo cual fue publicado por Stanley Hall en su libro Adolescencia en 1904 (Feixa, 2011a), en el cual emerge claramente una teoría sobre ella, que la considera como una etapa de transición tormentosa en la vida del sujeto.

En el siglo XX, la adolescencia se fue afianzando en el imaginario social. El cine, la música, periódicos y revistas dieron un lugar propio a los adolescentes, los cuales se fueron instalando socialmente como un grupo particular de edad (Pasqualini y Llorens, 2010), visibilizado con sesgos de género (Alpizar y Bernal, 2003), pues se establece como una etapa en la que se legitima la salida del hombre de su hogar y la búsqueda de su independencia, sin hacer referencia a la mujer. Si difícil es delimitar el comienzo de la adolescencia en el ciclo vital humano, también es difícil ubicar su inicio en el marco “psicohistórico” y “sociohistórico” de la humanidad,

afirmando la mayoría de los especialistas en el tema que es un fenómeno reciente (Hopkins,1982).

Philippe Aries (1962), en su historia social de la familia afirma que la adolescencia como período evolutivo estuvo integrada y fundida con la infancia hasta el siglo XVIII, pues se consideraba que en dicha etapa estaba la clave para explicar el desarrollo del ser humano y lo que en la actualidad se conoce como adolescencia se reducía al estudio de los cambios biológicos típicos de la pubertad, ignorando las transformaciones psicológicas que, según los conocimientos actuales, son tan decisivas y trascendentales para el desarrollo posterior de la personalidad. Así, “la era del adolescente” o preocupación actual por los jóvenes, tal y como la describió Joseph Kett (1977), comenzó en las primeras dos décadas del siglo XX. A principios de este siglo, hubo tres importantes cambios sociológicos que facilitaron el nacimiento de la adolescencia como periodo diferenciado (Bakan, 1972) : 1) La implantación de la educación obligatoria hasta los 16 años, que además de prolongar el período de control de la autoridad externa sobre el o la joven, ofrece un entrenamiento en las habilidades y destrezas indispensables para trabajar y funcionar dentro de un complejo sistema económico e industrial; 2) La promulgación de leyes que prohibían explícitamente el trabajo infantil que a su vez alargaban el período de dependencia económica de los padres y alejaban a los jóvenes obreros no cualificados del mercado laboral y 3) La creación de procedimientos legales especiales para los jóvenes que hicieron posible el reconocimiento legal de su responsabilidad, que estaba limitada por carecer del estatus de adultos.

Los cambios descritos anteriormente han llevado a pensar que la adolescencia es un producto secundario de las anomías industrializadas (Kettit, 1977) debido a que en estas sociedades se exige una preparación más prolongada y especializada antes de asumir los roles de adulto, cuestionando de esta manera que sea un período generalizable a otras culturas y afirmando en este sentido que “la adolescencia es un “invento” de las sociedades occidentales industrializadas” (Hopkins, 1982, p.22). Según (Aries, 1962). considera que en los últimos años los adolescentes se desarrollan física y mentalmente cada vez de manera más rápida

y eso provoca que la niñez sea cada vez más corta y por otro lado la adolescencia se convierte en un periodo mucho más largo, lo que implica que muchas personas están padeciendo la problemática que caracteriza a la generación, que no son niños ni adultos, pero aun así tienen que formar parte de un rol donde se le tomen en cuenta sus derechos pero se le piden respete sus responsabilidades.

Viñar (2009) plantea que la adolescencia es mucho más que una etapa cronológica de la vida y el desarrollo madurativo, es un trabajo de transformación o proceso de expansión y crecimiento, de germinación y creatividad, que –como cualquier proceso viviente- tiene logros y fracasos que nunca se distribuyeron en blanco y negro. (p.15) Se puede apreciar que actualmente la adolescencia está siendo cada vez más tenida en cuenta, ya que es objeto de múltiples investigaciones, más precisamente en el campo de la salud. Anteriormente se consideraba a este período como el pasaje de la infancia a la adultez, teniendo una visión de esta no como etapa en sí misma, sino como algo que había que atravesar para llegar a ser adulto, este tipo de visión es una concepción adulto centrista sobre este período. Según Krauskopf, (2000), considera que el desarrollo del adolescente es una etapa donde se presentan cambios que permiten un desarrollo personal, y progresivo en una delicada interacción con los entes sociales del entorno; su valoración tiene como referente no solo la biografía del individuo, sino también la historia y el presente de su sociedad.

1.2 Concepto de adolescencia

El origen del término adolescencia procede del latín “adolescere” que significa crecer o madurar (Muus, 1991). Este primer significado da cuenta de una de sus principales características, el crecimiento o maduración respecto a la etapa anterior, la infancia. La maduración se produce a diferentes niveles y constituye una de las transformaciones más relevantes en el desarrollo humano. No obstante, a pesar de existir una serie de marcadores que señalan el comienzo de la misma, su inicio y su finalización carecen de uniformidad. De esta forma, tanto la definición de adolescencia como el periodo que abarca se ven modificados en función de la

sociedad y del momento histórico, dando lugar, en consecuencia, a distintas aproximaciones. Toda adolescencia lleva, además del sello individual, el sello del medio cultural, social e histórico desde el cual se manifiesta”. (Aberastury y Knobel, 1997, p. 36). Según Ayala (2000) considera que los adolescentes pasan por un momento difícil en la vida, momentos de cambios tanto físicos como emocionales, acordes a su etapa de crecimiento y desarrollo emocional, el humano asume decisiones, juicios y criterios para mejoramiento o empeoramiento. Es el tiempo de diferenciar y diferenciarse, de construir y asumir una identidad.

El diccionario de la Real Academia Española Vigésima segunda edición (2001) define a la Adolescencia como: Edad que sucede a la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo. (Del lat. *adolescentes*). Según Papalia y Wendkos (2001), la adolescencia es la transición en el desarrollo entre la niñez y la edad adulta que implica importantes cambios físicos, cognitivos y psicosociales interrelacionados. Dura casi una década, desde los 11 o los 12 años hasta los 19 o comienzos de los 20, pero ni el comienzo ni el fin están marcados con claridad. En general, se considera que la adolescencia empieza con la pubertad, el proceso que conduce a la madurez sexual o la fertilidad (capacidad de reproducción). También señala que, tras el desarrollo de la infancia, los cambios en la adolescencia surgen como una tormenta repentina. La totalidad de la forma corporal cambia de tal modo que parece ya un adulto, aunque sus emociones y sus capacidades intelectuales no se encuentran al mismo nivel de madurez. Se ve diferente. Su vida se ve afectada por un nuevo ritmo que perdurará en las siguientes décadas. Los adolescentes son poco a poco absorbidos por las preocupaciones adultas. En esta etapa de rápido crecimiento maduran las funciones reproductivas, los órganos sexuales y aparecen los caracteres sexuales secundarios -desarrollo de los senos, vello corporal y facial; y, cambios en la voz- que no están directamente relacionados con la reproducción.

Quiroga (2004) menciona que la etapa de la adolescencia es un momento el cual se ve afectado por diversos factores, ya sean biológicos, psicológicos y que afecten a las personas en el aspecto social. En cuanto al término “adolescencia”, el

Diccionario de la Real Academia Española la define como “la edad que sucede a la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo” (R.A.E., 2001). Etimológicamente la palabra “adolescencia” proviene del latín “adolescere” el cual significa “ir creciendo” (Amorín, 2008). Godínez (2007), Informa que la adolescencia es el principio de un gran cambio en el que se empieza a tomar decisiones propias, y en el que a medida que va pasando el tiempo se sabe que esas decisiones antes tomadas tendrán una consecuencia buena o mala, es el principio de una vida propia. Morales (2000), Comunica que la adolescencia es la etapa de un el intermedio de la niñez a la vida adulta en esta se ven implicadas tres subetapas: Preadolescencia que es de los 9 a 11 años, adolescencia temprana y la adolescencia propiamente dicha. Veira (2009), comunica que la adolescencia es una etapa, por la cual todas las personas alguna vez pasan, los sentimientos y algunos rasgos humanos cambian, es una de las etapas de la evolución del hombre más importantes para el comienzo de una persona en la vida propia.

Figuroa (2007), informa que la adolescencia es la etapa de la vida más difícil donde te das cuenta de que afuera a un mundo difícil para ti y lo peor es que eres participe de él, donde si no te haces a la idea fracasas y es donde la gran mayoría está, por eso la madures crece sin parar. Escobar (2003), indica que en la adolescencia se viven tantos cambios que te llevan a una confusión, pero todo esto te lleva a un aprendizaje que se convierte en experiencia. Ferreira (2008), comunica que la adolescencia es un momento de la vida que como la palabra lo describe, algo, y ese algo es lo que no hace tomar en muchas ocasiones actitudes, o normas de vida equivocadas, o no según , el apoyo y la estima de los seres más allegados, comprendo que en este periodo de vida padecen barco a la deriva que se pueda encallar en cualquier puerto que puede ser bueno o malo según el apoyo y confidencialidad que se tiene con quienes nos escuchan y se comprenden, en ese camino, se cortó y critico a la vez para el resto de nuestras vidas, siempre hay personas con buenas y malas intenciones, tendremos que tener la claridad suficiente para saber cuál de esos caminos tomar, pero para que ello sea un éxito total debemos tener siempre una familia que sepa escucharnos, que sepa darse

cuenta de nuestros estados de ánimo de las frustraciones para que sin pedirlos acudan y podamos sortear el conflicto.

Dávila (2006), indica que la adolescencia se caracteriza por el crecimiento físico y desarrollo psicológico, y es la fase del desarrollo humano situada entre la infancia y la edad adulta, por lo que se debe considerar un fenómeno biológico cultural y social. Linarez (2003), afirma que en esta etapa los adolescentes tienen un cúmulo de experiencias que los obligan a buscar nuevos conceptos sobre su propia identidad. Además trata de distinguirse de los padres por un deseo de independencia material, por la forma de pensar y comportarse de forma diferente a la de los padres y de los demás que componen el entorno personal. Es así como se plantea que para los adolescentes el medio influye en la formación de la persona, en el que el individuo se desarrolla tanto en la escuela como en la familia, amistades y en el trabajo.

Walker (2003), considera que los adolescentes deben lograr un gran sentido de responsabilidad, tienen que aprender a reconocer su identidad aun sabiendo que esto no es una tarea sencilla, ha constado que hay muchos estilos anormales de respuesta al problema de difusión de identidad, uno de estos estilos implica el desarrollo de una identidad negativa. La adolescencia, como periodo del desarrollo del ser humano abarca por lo general el periodo comprendido de los 11 a 20 años, en el cual el sujeto alcanza la madurez biológica y sexual; y se busca alcanzar la madurez emocional y social (Papalia *et al.*, 2001). Kancyper (2007) considera la adolescencia desde una perspectiva situacional, es decir como un proceso que involucra al y la adolescente, a sus padres y hermanos/as, cobrando importancia la dimensión intersubjetiva. Por ello se suele decir que a “la adolescencia se entra por lo biológico y se sale por lo social” (Rodríguez, Ana Laura. 2003). Por su parte, Anna Freud (1946) caracterizaba a la adolescencia como un periodo de desequilibrio psíquico, conflicto emocional y conducta errática, afirmando que los adolescentes oscilan entre la rebelión y la conformidad, no sólo son egoístas y materialistas, si no o también moralmente idealistas; su conducta fluctúa entre ser desconsiderados y rudos pero también cariñosos y tiernos; entre el ascetismo y el hedonismo, el

entusiasmo infatigable y el hastío indiferente; entre la confianza más absoluta y la duda medrosa.

Autores como Garbarino, González & Faragó (2010) plantean por adolescencia el período en el cual el sujeto pasa de los objetos amorosos endogámicos a los exogámicos y asume los cambios biológicos y psicológicos que conllevan la adquisición de la capacidad de procrear. Es un momento en que el sujeto entra en crisis con su propia historia, con las tradiciones y con los valores de los padres. (p.55). Quiroga (2004) entiende por adolescencia a proceso de cambio y, por tal razón, de transición. Tanto para el adolescente como para la familia, es el momento de la vida en que se presentan más problemas nuevos y con menos tiempo para resolverlos que en cualquier otro periodo anterior de su vida. Su apariencia adulta le requiere que actúe como tal, cuando aún no tiene recursos psíquicos para hacerlo. (p.16). Para Erickson a su vez, la adolescencia es una crisis normativa, es decir, una fase normal de incremento de conflictos, donde la tarea más importante es construir una identidad coherente y evitar la confusión de papeles. En esta ya es posible confrontar la norma y no como hasta el momento se había hecho de aceptarla sin preguntar nada. En la adolescencia es posible también, además de confrontarla, crearla, enfrentar con quien la creó y con quien la hace cumplir, buscando permanentemente el bienestar personal y de sus pares (Erickson 1968)

Fize, (2001, p. 54) manifiesta que la adolescencia no solo como “un estadio entre dos edades, atrapado entre la infancia y la edad adulta, sino también como un estar entre sí. Es una especie de sí mismo con el otro, por medio del otro, que se manifiesta a través de la comunidad y de afirma a través de la comunidad”. Coon (1998) afirma que La adolescencia es un periodo controversial y no por ello es ajeno a todas las culturas de mundo donde se conoce que está determinado por 4 factores: La dinámica familiar, La experiencia escolar, El marco cultural que ha estructurado el ambiente social para la puesta en práctica de normas y límites y Las condiciones económicas y políticas del momento. Por otro lado, Stone y Church (1971, citado por Hernando) hacen referencia que el término adolescencia es utilizado desde dos aspectos: en un sentido físico el mismo que empieza con el

rápido crecimiento de la prepubertad y terminando cuando se alcanza una plena madurez física y desde el sentido psicológico en donde la adolescencia es una situación anímica, un modo de existencia que aparece aproximadamente con la pubertad y tiene su fin al alcanzarse una plena madurez social.

La adolescencia es una etapa importante por los cambios que atraviesa la persona a nivel físico, mental, emocional y social que genera impacto en el comportamiento y la percepción del entorno, lo cual afecta la conformación de la identidad de la persona. La importancia de este periodo radica en que se las y los adolescentes afinan su mirada sobre la organización genérica en la sociedad que habitan (Sosa, Erviti y Menkes, 2012, pag.257). Desde una mirada biológica, el cuerpo de la y el adolescente cambia: aparición de la menstruación, la maduración de los órganos sexuales, lo cual se traduce en las mujeres en el crecimiento de los genitales, el desarrollo de los senos y del vello púbico y axilar. En los varones crecen los genitales, la masa muscular y el vello corporal. Existe un amplio rango de edad en la cual se manifiestan dichos cambios (Papalia, Feldman y Martorell, 2012: 355).

El concepto de adolescencia en las sociedades preindustriales no existía: se solía considerar que los niños eran adultos cuando maduraban físicamente. De acuerdo con la cultura, la adolescencia va tomando diferentes formas, se identifica como un periodo de “descanso” del mundo adulto, en el cual los adolescentes pasan buena parte de su tiempo en su propio mundo (Papalia, et. al, 2012: 354). La adolescencia precisa ser moldeada, educada y es menester que se apegue a los roles establecidos para su edad y género. Pero también es una etapa de aprendizaje. La adolescencia es una etapa de cambio y puede ser considerada como un momento fundamental para la creación de nuevas opciones de convivencia (Rodríguez, 2000, pág. 114) que generen la posibilidad de romper con los esquemas tradicionales que atan tanto a mujeres como hombres a reproducir esquemas marcados por la desigualdad (Montesinos 2002, citado por Martínez y Solís, 2009, p. 160).

La noción que tenemos de adolescencia y juventud es relativamente reciente, en México, así como en otros países Iberoamericanos, la construcción de la persona

“joven” tiene poco más de un siglo. La idea que hoy tenemos respecto a la juventud ha sido diferente dependiendo del momento de la historia del que se hable. La juventud se ha conformado a través del tiempo y el contexto que ha permitido el surgimiento de una realidad empírica diferente a la niñez y la etapa adulta (Castro y Sáenz, 2011).

1.3 Tipos de noviazgo en la adolescencia

De acuerdo con Hernández (2022) existen diferentes tipos de noviazgo en la adolescencia, los cuales son:

- **Noviazgo consumado:** De acuerdo con el psicólogo Robert J. Sternberg, las relaciones de amor consumado, son aquellas que presentan los tres componentes para una relación saludable: intimidad, pasión y compromiso. Para el experto, estas son la definición de qué es el noviazgo. Cuando la relación presenta estos tres elementos, se trata de un amor consumado, que es la expresión completa del amor. Esa que todos los seres humanos buscan, pero que no solo es difícil de encontrar, también de mantener.
- **Noviazgo amoroso:** Una pareja amorosa es el objetivo de toda relación y es uno de los tipos de noviazgo más comunes. Este tipo de relación que define en qué consiste el noviazgo, donde predomina la confianza, el amor, la comprensión y la ayuda mutua. Los individuos que conforman este tipo de relaciones suelen interesarse por la opinión del otro y les gusta compartir actividades, crear momentos juntos e interactuar lo más posible. Un noviazgo amoroso, se puede considerar otra definición sobre qué es noviazgo, ya que puede durar años y suelen conformar una familia estable y sana.
- **Noviazgo impulsivo:** Las personas que conforman un noviazgo impulsivo suelen saltarse todos los procesos que atraviesa una relación “normal”. Este tipo de novios van a un ritmo apresurado, antes de tener un año saliendo, ya deciden casarse, vivir juntos y en los casos más alarmantes, tienen hijos. Sin embargo, se ha comprobado que cómo se da el noviazgo impulsivo no influye en tener excelentes resultados a largo plazo. En la mayoría de los casos,

porque a pesar de hacer las cosas apresuradas, ambos individuos conectan de tal manera que se vuelven una pareja sentimental, estable y duradera.

- Noviazgos caprichosos: Los noviazgos caprichosos, la pasión es la única característica, de los tres elementos de una relación perfecta, que está presente. Las personas que integran este tipo de relaciones, a largo plazo no sienten compromiso, no se conocen a profundidad y por lo tanto terminan con poca intimidad. El capricho suele darse al principio de la relación, donde ambas sienten la necesidad de verse e intimar cada vez que se encuentran. Sin embargo, con el tiempo empiezan a descubrir las diferencias y la llama de la pasión termina apagándose. No son un buen ejemplo sobre qué es una pareja de verdad.
- Noviazgo romántico: Al contrario de un noviazgo caprichoso, las parejas románticas, además de pasión, tienen intimidad y cierto grado de afecto. Pero no tampoco está presente el compromiso, lo que termina destruyendo el noviazgo.
- Noviazgo posesivo: Las relaciones de pareja posesivas tienen ciertas características, entre la que destaca, que uno de los dos individuos se siente dueño del otro. Esta situación puede llegar a tal límite, que el posesivo llega a prohibir a su pareja realizar todo tipo de actividades, incluso tener contacto con su propia familia. Los noviazgos posesivos, no se consideran una relación saludable y puede enfermar a ambas personas, porque el posesivo sufre de celos enfermizos y problemas mentales que lo hacen crear situaciones que no existen, mientras que la víctima puede llegar a sufrir traumas o trastornos mentales y físicos. Lo recomendable, si te encuentras en una relación de este tipo, es dejarla. Puede llegar a ser difícil, pero puedes acudir a profesionales y familiares que te ayuden en el proceso.
- Noviazgo bélico: Se trata de otro de los tipos de relaciones de pareja que no debería existir, pero está cada vez más presente en la sociedad. Los noviazgos bélicos se caracterizan por ser conflictivos. La agresividad es lo que suele predominar en estas relaciones y la violencia llega a ser tan dominante que puede terminar en la muerte de uno o ambos individuos que

conformen la pareja. Cuando una persona es agresiva se puede detectar al principio de la relación, a través de conversaciones por teléfono, que la persona (hombre o mujer), se muestre agresiva o presente molestias por cosas sencillas de parejas de novios o actividades que realicen solos o acompañados.

- Noviazgo: Las parejas sociables suelen presentarse en las relaciones que tienen muchos años juntos. Las características de noviazgo social son que, a pesar de haber intimidad y compromiso, ya no hay pasión. En estas ocasiones, la rutina de pareja, las actividades que comparten y los años han oxidado la relación y ambos se han dejado sumergir en el diarismo sin tratar de reavivar el enamoramiento. En muchos casos estas parejas no se separan, solo siguen conviviendo pasivamente inmersos en el día a día.
- Noviazgo cíclico: Las relaciones cíclicas, son esas donde la pareja termina y vuelve frecuentemente a la relación. En la sociedad actual, está dentro de los tipos de noviazgo en adolescentes, ya que se caracterizan por no tener la madurez suficiente de afrontar las responsabilidades que conlleva tener una pareja.
- Noviazgos de amor vacío: Las relaciones vacías se caracterizan por no tener pasión, ni compromiso y tampoco intimidad. Suele verse en los noviazgos por conveniencia o donde ambas o una de las partes es obligada a estar con otra persona para mantener un estatus social o cultural.
- Noviazgo de mejores amigos: Estas relaciones suelen ser aquellas donde los individuos fueron amigos primero, ya sea en la infancia, en la escuela o universidad. Pasan a convertirse en relación, luego de sentir que la amistad evoluciona a algo más fuerte. El noviazgo de mejores amigos tiene sus momentos eróticos, complicidad, pasión y enamoramiento, guardan memorias, como fotos de noviazgo o de acontecimientos determinantes para pasar de amigos a pareja. Además, prevalece la buena comunicación entre ambos, ya que vienen de tener una relación sana y estable como mejores amigos.

- Noviazgo de toda la vida: Se trata de parejas que están juntas desde una temprana edad, como la adolescencia y llegan a la adultez juntos. Para muchas personas, este tipo de relaciones son ejemplo de madurez, perseverancia y transformación, porque ambos atraviesan diferentes etapas de la vida juntos. Sin embargo, pueden llegar a ser relaciones que, al llegar a una edad madura, como los 40 años, decidan separarse. Esto se debe al desgaste que se produce en la relación y la acumulación de crisis, peleas o también la disminución o pérdida de la intimidad y pasión.
- Noviazgo por hobby: Los tipos de noviazgos por hobby en común son un gran ejemplo de las parejas que perduran en el tiempo porque comparten una afición y eso los ayuda a mantener viva la llama y picardía. Existen parejas que aman ir de viaje juntas, acampar, escalar o surfear. Cualquier actividad que ambos compartan puede ser motivo para que dos personas conectan y mantengan una relación duradera y amorosa.
- Noviazgo por interés: Cada vez es más frecuente conocer parejas que están juntas por interés, sobre todo económico. También hay parejas que buscan estar en una relación para conseguir papeles de residencia en otro país o simplemente para no estar solos. Son relaciones tristes, en algunos casos llegan a casarse y no existe la intimidad, o si la hay es por obligación y por corresponder. En estos tipos de novios tampoco hay romanticismo, ni complicidad, ambos aspectos importantes dentro de una relación saludable.
- Noviazgo de larga distancia: Se trata de relaciones de pareja en la actualidad, que pueden surgir vía online, se conocen a través del internet, pero viven muy lejos uno del otro y por eso no se ven en persona. O que se conocen en persona, mantuvieron una relación presencial y por circunstancias de la vida se separaron y siguen manteniendo la relación con el uso de dispositivos electrónicos. Son parejas que no duran mucho tiempo, porque a largo plazo ambos sienten desconexión, ya que les llega a hacer falta la intimidad, el contacto físico y compartir momentos juntos.

Podríamos seguir enlistando otros tipos de noviazgos, cada uno es diferente y en algunos casos las relaciones de noviazgo no deberían haber comenzado. Pero la sociedad y tecnología ha sido una de las principales responsables para que se den tantos nuevos tipos de novios. La teoría triangular del amor que creó Robert J. Sternberg, una definición de noviazgo en psicología, indica que una buena relación sentimental debe tener los tres elementos que te mencionamos al principio.

- Noviazgo constructivo: Se caracteriza por momentos muy intensos de crecimiento y ayuda recíproca, brindando suficiente tiempo y espacio libre para la individualidad de ambos. Lo más importante es que hablan claro y saben establecer reglas y propósitos como Los horarios y días de verse; Las metas individuales y de pareja; Las formas de demostrarse confianza; Hasta donde llegar en cuestión de caricias y sexo. Ambos se disciplinan y se ayudan a mantener las reglas, y cuando uno falla el otro está de pie y viceversa, tienen comunicación, confianza.
- Noviazgo destructivo: Estos son los que asfixian, te acosan, restan movilidad, tiempo, libertad, Obstruyen y dificultan estudios, trabajo, deporte, relaciones familiares y amistades. Una persona destructiva, mostrará celos, amenazas y manipulación, no tiene reglas, se interpone en el proceso individual, desmotiva, crea conflictos emocionales.

De acuerdo Hernández (2021) existen varios tipos de noviazgo en la adolescencia, los cuales son:

- Relación únicamente sexual: es un tipo de relación de pareja formado por dos personas que buscan claramente sexo y nada más profundo. No hay lugar para una conexión más profunda.
- Relación de pareja independiente: Independiente no es una mala cualidad en una relación de pareja. Sin embargo, estar en una relación sería requiere compromiso y sacrificio. O eso es lo que nos hacen creer. Cierta independencia en una relación de pareja es básica para el buen funcionamiento de ambos miembros. Los miembros de la pareja necesitan

ser independientes hasta cierto nivel, una independencia que les permita a ambos funcionar sin el otro. Pero la independencia total, cuando no es consensuada, nunca es una buena señal.

- Relación de pareja codependiente: En el tipo de relación de pareja codependiente, los miembros de la pareja parecen no funcionar el uno sin el otro. Como hemos comentado anteriormente, la independencia es un ingrediente que todas las parejas deben tener. Depender de tu pareja para todo puede causar problemas en otras áreas de tu vida, como tu vida social y las relaciones con tus amigos y familiares.
- Relación abierta y poliamor: La relación abierta implica un acuerdo entre ambas partes para estar con otras personas fuera de la relación. Este tipo de relación de pareja suele darse con frecuencia cuando uno, o los dos miembros de la pareja no están listos para involucrarse emocionalmente en la relación. En general, son parejas que practican el poliamor.
- Pareja Swingers: Acepta que uno o ambos miembros tengan relaciones sexuales con una tercera persona en un momento puntual, sin llegar a ser una relación sostenida en el tiempo. Solamente tienen una relación formal sin un estricto pacto de fidelidad.
- Relación dominante/sumisa, Relación dominación – sumisión es un tipo de relación de pareja de control estricto. Uno de los miembros controla a su pareja y el otro es controlado. Este tipo de relación no es sana, existe falta de independencia, comprensión y confianza. Y como ya sabes, todas estas cosas son la base de una relación buena y saludable.
- Relación de pareja «solo por ahora»: es cuando dos personas no buscan nada serio. Buscan una pareja divertida y temporal, probablemente para adaptarse y recuperarse tras una ruptura amorosa anterior.
- Relación de mejores amigos, parejas fatuas: Esta es una relación en la que ambos se sienten cómodos hablando y conectando, pero hay una falta de intimidad. También conocido como parejas fatuas. El sexo es una parte importante de toda relación, y una relación sin sexo está condenada a

terminar en algún momento. Entre ellos existe pasión y compromiso, pero no existe intimidad. Esto hace que sea frecuente que el amor sea sólo unilateral.

- **Relación tóxica:** es un tipo de relación de pareja en la que ambos se atraen e incluso se aman, pero no hay compromiso ni comprensión. Parecen tener diferentes opiniones e intereses que conducen a diferentes argumentos y problemas, pero aun así se sienten apegados a la pareja.
- **Relación adaptable:** Esta es la típica relación de pareja en la que uno de los miembros de la pareja intenta adaptarse al otro cambiando sus rutinas, intereses, estilo de vida, aficiones e incluso amigos. En palabras simples, cambian por su pareja. No hay dos personas iguales, por lo que las relaciones de pareja requieren compromiso y aceptación. Una relación no es la motivación correcta por la que cambiar tus hábitos, amigos o aficiones.
- **Relación verdaderamente compatible:** Es el tipo de relación de pareja perfecta y sana basada en la comprensión, la confianza y el amor. Consiste en dos personas que están dispuestas a hacer sacrificios el uno por el otro, así como a amarse y respetarse mutuamente. Este es el tipo de relación de pareja que todos buscamos. Y afortunadamente, mucha gente ya lo ha encontrado. Empezar una relación no es fácil y no todo el mundo está tan preparado como parece o cree que está. Antes de entablar una relación de cualquier tipo, primero debes conocerte a ti mismo y a tu posible pareja.
- **El madrugador:** El noviazgo madrugador se refiere a aquellos novios que todavía son muy chavitos y les falta una verdadera inmensidad de tiempo para casarse (porque todos sabemos que el noviazgo es una etapa de conocimiento y aceptación donde la pareja se prepara para un posible matrimonio). Aún les falta terminar la secundaria, la preparatoria, la carrera y trabajar unos años, mínimo, para juntar algo de dinerito.
- **El “nada que ver”:** Ve tú a saber por qué se hicieron novios estos dos, pero la verdad es que no tienen nada en común: gustos, costumbres, creencias, educación, clase social, puntos de vista, amistades, familias, etc. Tal vez se hicieron novios porque se sintieron atraídos por la superficie de la otra persona: me gustó su sonrisa, me fascina su mirada, es guapísimo o está

muy bonita; pero en el fondo piensan diferente con respecto a cuestiones importantes como: el respeto a la vida, el noviazgo y las relaciones prematrimoniales, las creencias religiosas, el trabajo, la familia, etc.

- El masoquista: Es el tipo de relación donde los novios se pelean más tiempo del que están en paz. No pueden entablar ninguna conversación sin que ésta termine en una horrible discusión. Siempre se la pasan reclamándose, gritándose, lastimándose... es decir, una constante sensación de infelicidad.
- El amiguero: Es el típico espécimen que trata a su novia(o) como si fuera uno más del grupo de amigos. Nunca tiene tiempo para su pareja porque prefiere andar con sus amigos en el reventón; y si la novia o el novio se molesta por esta situación...¡¡¡aguas!!!... se desata la tercera guerra mundial porque el individuo en cuestión argumenta que no tiene libertad, que la pareja solo quiere acapararlo, que necesita su propio espacio y no sé cuántas cosas más. He aquí que la pobre incauta tiene que aguantarse las horas de parranda con los amigotes de su novio porque no hay otra forma de pasar tiempo con su amorcito.
- Pasional: En general, se trata de relaciones en las que están inmersos los amantes a escondidas. Como también aquellos que hacen del noviazgo un capricho sexual. No sienten un compromiso de compartir otras actividades ni acompañarse en su desarrollo. Pero el deseo o la atracción física son más fuertes que el resto de los componentes de una relación.
- Sociable: En lo habitual, el amor o la pasión ya no existen, se han dejado vencer por el tiempo tú enamorado decide utilizar las lágrimas para lograr sus objetivos o caprichos rutina. Pero, frente a la sociedad, tienen la necesidad de seguir juntos. Así, en cumpleaños, eventos culturales o vacaciones aparentan ser la pareja ideal. No obstante, ya sale a la luz que está juntos solo por costumbre o por miedo al rechazo social de la separación. Estos son tipos de pareja que también pueden darse por interés.
- Los locamente enamorados: Hay algunas parejas que escampan su amor a los cuatro vientos, que están todo el día colgando fotos suyas en las redes

sociales y pasan las 24 horas juntos. Si salen con los amigos, están todo el rato el uno encima del otro “besuqueándose sin parar”. Estas parejas no pueden pasar un solo instante el uno sin el otro porque están locamente enamorados.

- Los peleones: Según afirma un dicho popular, los amores reñidos son los más queridos. Esto puede ser cierto con este tipo de parejas. Tienen discusiones cada dos por tres y se llevan como el gato y el perro, pero ahí siguen, remando contra corriente. Si eres amigo de alguno de ellos seguramente estés harto de consolarle. Y, aunque no lo comprendas, o bien uno de los dos miembros tiene la autoestima baja, o sus momentos de intimidad son realmente excelentes.

CAPÍTULO II: VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO

La violencia en el noviazgo hace referencia al uso o amenaza de la fuerza física, restricción, abuso psicológico y/o sexual dañando o causando dolor a la pareja (Morales & Rodríguez, 2012). La palabra violencia proviene del latín violare, que significa infligir, quebrantar o abusar de otra persona (Romero, 2007), comprende un conjunto complejo de comportamientos, actitudes, sentimientos, prácticas, vivencias y estilos de relación entre los miembros de una pareja que producen daños, malestar y pérdidas personales (Pueyo, 2009).

La violencia en el noviazgo hace referencia al uso o amenaza de la fuerza física, restricción, abuso psicológico y/o sexual dañando o causando dolor a la pareja (Morales & Rodríguez, 2012). Póo y Vizcarra (2008) señalan características referentes a la dinámica de la violencia: escalada (incremento de las conductas violentas), dirección (referida a quién ejerce y quién recibe violencia), traspaso de límites (trasgresión de acuerdos implícitos y explícitos establecidos por la pareja) y expresión según género (forma que adopta la conducta violenta de acuerdo con el género de quien las ejerce).

Así, la violencia suele situarse en las relaciones de forma gradual, teniendo un pronóstico nada favorable para los novios porque una vez puesta en marcha, tiende

a continuar y a agravarse (González-Ortega, Echeburúa, & Corral, 2008). En 1998, la Organización Mundial de la Salud (OMS) informó que el 30% de las estudiantes universitarias habían revelado algún tipo de violencia en sus relaciones de pareja y, con el tiempo, las agresiones verbales se convertían en agresiones físicas. En otro estudio, más de la cuarta parte de la muestra de estudiantes femeninas fue víctima de algún tipo de agresiones por parte del novio (Rivera-Rivera, Allen, Rodríguez-Ortega, Chávez-Ayala y Lazcano-Ponce, 2006). En este sentido, los resultados muestran que es un problema que afecta a casi la mitad de las mujeres adolescentes (Swart, Mohamed-Seedat y Izabel, 2002).

Corsi (1994) define a la violencia, en sus múltiples manifestaciones, como una forma de practicar el poder mediante el empleo de la fuerza (física, psicológica, económica, política) e involucra la existencia de un “arriba” y un “abajo”, reales o simbólicos, que asumen roles complementarios, y que hacen de ésta un fenómeno de fácil manifiesto en la sociedad aún con el paso del tiempo.

Desde el punto de vista de Domenach y Laborit “La violencia: empleo ilegítimo, o por lo menos ilegal, de la fuerza”. (Domenach y Laborit ;1981: 34), Características que hacen de este fenómeno algo reprochable e incluso castigable a nivel social y legal. Richard Davidson (2002) señala que no todas las personas son capaces de controlar la ira y la agresividad de la misma forma. Por tal motivo, las regiones cerebrales de algunos individuos los inclinan a la violencia. Myers (2005) menciona que Albert Bandura (1997) propuso la teoría del aprendizaje social de la agresión, en la cual supone que se aprende gracias a las ganancias secundarias que se experimentan al ejercerla y también al observar a un modelo.

Es decir, que se tiene un modelo significativo y/o atractivo al cual se imita, con el fin de obtener alguna recompensa ya sea de tipo física o emocional. Concuerta Bandura con Walters, Myers, (2005) señalando que existen mecanismos que fomentan el aprendizaje de la agresión, el primero de estos es el reforzamiento, el cual consiste en premiar al niño cuando ejerce agresión a alguien más; es decir las ganancias secundarias que tendrá el niño al ejercer la agresividad. El segundo

mecanismo y no menos importante es el modelamiento o imitación, que se refiere a la reproducción del comportamiento de un modelo atractivo o significativo para el niño.

El noviazgo es una relación de pareja que se inicia cuando dos individuos distintos, que pertenecen a grupos sociales diferentes (Eguiluz, 2004), se atraen el uno al otro y con el tiempo se muestran un conjunto de ideales convencionales y personales que consideran aceptables e intercambian confidencias que les permiten establecer una relación más cercana (Becerril y González, 2003). Se trata de una época para comenzar a vivir la experiencia del amor y de íntima amistad, en la que debe haber delicadeza, respeto y principios que rijan la relación (Armendáriz, 2002), sin embargo, durante el noviazgo muchas de las parejas jóvenes se enfrentan a situaciones de violencia (González-Ortega, Echeburúa y Corral, 2008).

Pueyo (2009) define a la violencia de pareja como la forma de violencia que se ejerce entre personas que tienen o han tenido una relación sentimental consentida durante un tiempo, comprende un conjunto complejo de distintos comportamientos, actitudes, sentimientos, prácticas, vivencias y estilos de relación entre los miembros de una pareja íntima que produce daños, malestar y pérdidas personales graves. Para Romero (2007), es una problemática de pareja donde existe una acción u omisión que perturba la integridad física, moral, psicológica o emocional de la pareja y se fundamenta en patrones socioculturales construidos previamente o que se están construyendo.

Muchos jóvenes no prestan atención a la violencia contra la pareja por creer que se trata de un problema que afecta a parejas adultas de una larga evolución y que no constituye una amenaza para ellos en las primeras fases de la relación (González-Ortega, Echeburúa y Corral, 2008). Para Morales y Rodríguez (2012), la violencia en el noviazgo hace referencia al uso o amenaza de la fuerza física, restricción, abuso psicológico y/o sexual con el propósito de causar daño o dolor a la otra persona. Tanto Moral, López, Díaz-Loving y Cienfuegos (2011) como Burin y Meler

(2000), aluden a la violencia como el resultado de la falta de habilidades para el manejo de conflictos.

Por su parte, Castro y Casique (2010: 22) definen la violencia en el noviazgo como “todo acto, actitud o expresión que genere o tenga el potencial de generar daño emocional, físico o sexual a la pareja afectiva con la que se comparte una relación íntima sin convivencia ni vínculo marital”. Póo y Vizcarra (2008), señalan características referentes a la dinámica de la violencia: escalada (incremento de las conductas violentas), dirección (referida a quién ejerce y quién recibe violencia), traspaso de límites (trasgresión de acuerdos implícitos y explícitos establecidos por la pareja), expresión según género (forma que adopta la conducta violenta de acuerdo con el género de quien las ejerce) y término de la relación (tres causas de la ruptura de la relación violenta: evento extremo, cambio o evolución persona, o por una nueva relación de pareja).

Algunos autores realizaron un estudio contrastando los estilos y estrategias de manejo de conflictos de pareja, encontrando que se recibe más violencia cuanto mayor es la evitación y el afrontamiento pasivo, y se reporta menos violencia cuanto mayor es la negociación, el afrontamiento constructivo y la automodificación; en relación con la violencia ejercida, hay más violencia contra la pareja cuando el conflicto se maneja con evitación y afrontamiento pasivo, por lo contrario, se existe menos violencia en la medida en que se afronta con automodificación, estilo constructivo, negociación, afecto y búsqueda del tiempo oportuno (Moral, López, Díaz-Loving y Cienfuegos, 2011).

En un estudio en varones se indagó acerca del significado de violencia, encontrando que ellos la entienden como una forma correctiva que tiene la mujer para moldearlos de acuerdo con sus expectativas y como un producto de los conflictos subyacentes que ellas no han logrado resolver adecuadamente (Rojas-Andrade, Galleguillos, Miranda y Valencia, 2013). Vidal (2008) la definen como “la violación de la integridad de la persona “, la cual “suele ejercerse cuando interviene la fuerza física o la amenaza de su uso, pero también cuando se actúa en una secuencia que causa

indefensión en el otro”, por lo que este autor la considera un proceso en el que participamos todos y no un simple acto cuyo fin es la afirmación del “dominio” a través del cual busca el “control” de la presencia y las condiciones del estar, así como hacer del otro un medio considerándolo como propio y operando siempre sobre el “estar” del sujeto. (p. 17-20).

Mullendre (1996:27) señala que “la palabra violencia transmite una idea incompleta”, puesto que esta puede tomar diversas formas que en su combinación den lugar a la intimidación, humillación y/o control. Blair (2009:11) señala que cuando la violencia se asume en su dimensión política, los autores remiten, en esencia, al problema del Estado y definen violencia como “el uso ilegítimo o ilegal de la fuerza”; esto para diferenciarla de la llamada violencia “legítima”, con la que quieren designar la potestad o el monopolio sobre el uso de la fuerza concedido al Estado. Señala que “la violencia en sentido estricto, la única violencia medible e incontestable es la violencia física. Es el ataque directo, corporal contra las personas. Ella reviste un triple carácter: brutal, exterior y doloroso. Lo que la define es el uso material de la fuerza, la rudeza voluntariamente cometida en detrimento de alguien” (p. 14).

La OMS (2002:3) define la violencia como “el uso intencional de la fuerza física o el poder contra uno mismo, hacia otra persona, grupos o comunidades y que tiene como consecuencias probables lesiones físicas, daños psicológicos, alteraciones del desarrollo, abandono e incluso la muerte.” Incluyendo la intencionalidad de producir daño en la comisión de estos actos. Moreno (2008) la define como “la violencia que los hombres ejercen contra las mujeres basándose en la ideología del patriarcado o del machismo” (p. 49) representada por la dominación legítima masculina sobre la mujer y situándolas en una posición familiar, social y laboral secundaria (Alberdi y Rojas Marcos, 2005). Capelo (2005) señala que este tipo de violencia tiene como objeto a la mujer debido a la desigualdad distributiva de los roles sociales.

2.1 Antecedentes de la violencia en el noviazgo

La palabra violencia proviene del latín violare, que significa infligir, quebrantar o abusar de otra persona (Romero, 2007). Comprende un conjunto complejo de comportamientos, actitudes, sentimientos, prácticas, vivencias y estilos de relación entre los miembros de una pareja que producen daños, malestar y pérdidas personales (Pueyo, 2009).

En primer lugar, es muy conveniente señalar que las relaciones de pareja actuales se deben contextualizar en lo que se ha denominado sociedad posmoderna, modernidad líquida o segunda modernidad (Martínez, 2006). Se trata de un contexto sociocultural donde los roles e identidades de género, proyectos de vida, relaciones interpersonales, costumbres o instituciones –como el matrimonio- se encuentran en constante inestabilidad y mutación generando así una gran pluralidad de matices en su vivencia (Rojas-Solís, 2011). Diversos estudios han reconocido que la violencia durante el noviazgo se vincula con factores individuales, entre ellos la depresión, baja autoestima y ciertas conductas de riesgo como el consumo de alcohol, inicio temprano de las relaciones sexuales y bajo rendimiento escolar.

2.2 Concepto de violencia en el noviazgo

Para el instituto ciudadano de la juventud (2017), la violencia en una relación de pareja se entiende por cualquier agresión física, psicológica, mental y sexual con el fin de dominar y mantener el control sobre la otra persona, comienza con cualquier comentario incómodo, después con un jaloneo que al principio puede parecer un juego entre ambos, pero conforme pasa el tiempo la situación puede llegar a ser más grave. Existen varios factores que impiden darse cuenta del rumbo que está tomando la relación, uno de ellos es estar enamorado, pues no les permite pensar de manera objetiva sobre que están siendo violentos por su pareja y que son víctimas de esta, no querer aceptar la realidad de este atroz hecho quizás sea el primer síntoma de que uno de los dos está siendo agredido.

Cuando se cree que se encuentra a la persona correcta e indicada y al estar en la etapa del enamoramiento se idealiza a la pareja y hasta se puede pensar que se va superar todo lo malo a tolerar y perdonar sus insultos y/o golpes, el maltrato psicológico, físico y hasta sexual; sin embargo, se debe de tener en cuenta que no se puede confundir amor con maltrato.

La guía de prevención de la violencia en el noviazgo (2006), refiere que la violencia en el noviazgo es cualquier acto mediante el cual una persona trata de doblegar o paralizar a su pareja. Su intención es dominar y someter ejerciendo el poder a partir del daño físico, emocional o sexual. Para ello, se pueden utilizar distintas estrategias que van desde el ataque a su autoestima, los insultos, el chantaje, la manipulación sutil o los golpes. La violencia produce efectos que pueden reproducir conductas en sentido negativo y extenderse a todos los contextos donde interactúa el adolescente, del ámbito privado trasciende al público. Por lo cual, la violencia en el noviazgo merece especial atención, sobre todo, cuando se inician las relaciones entre los y las jóvenes y se definen roles y límites.

Las conductas violentas en las relaciones de pareja no son percibidas como tales, por las víctimas, o por los agresores, es decir, los signos de maltrato durante el noviazgo se confunden con muestras de afecto, que en realidad ocultan conductas controladoras. La ley nacional sobre la violencia (2019), menciona que la violencia en el noviazgo es cuando una persona ejerce dominio y control sobre la otra persona en una relación íntima. Es un patrón de comportamiento en el que una persona utiliza la violencia física, la coerción, la amenaza, la intimidación, el aislamiento y el maltrato emocional, sexual, económico u otro tipo de abuso para controlar o cambiar el comportamiento de la otra persona en una relación íntima.

La persona maltratante puede ser un/a novio/a o cualquier otra persona con quien tiene una relación. Cuando la persona abusiva es un/a novio/a, el patrón de maltrato puede llamarse violencia en el noviazgo. Para entender mejor todas las maneras en que un/a agresor/a puede utilizar el poder y el control sobre una víctima, usted puede ver lo que se conoce como el "Control". La violencia en el noviazgo puede

afectar a personas de cualquier edad, raza, religión, estatus socio-económico y origen étnico. Pasa en relaciones entre sexos opuestos y en relaciones del mismo sexo. El sexo de una persona, la identidad de género u orientación sexual no determina si él/ella puede ser víctima de violencia doméstica/en el noviazgo o un/a agresor/a. El nivel socio-económico y profesional de las personas no son indicadores para determinar si ocurrirá violencia doméstica o violencia en el noviazgo.

Tanto agresores/as como víctimas pueden ser jornaleros/as o profesores/as universitarios/as, jueces/zas o personal de limpieza, médicos y asistentes de servicio, maestros/as, camioneros/as, amos/as de casa o empleados/as de una tienda. La violencia doméstica/en el noviazgo ocurre en los vecindarios más pobres, y en las mansiones más lujosas y las urbanizaciones con control de acceso. La Ley Nacional Sobre La Violencia (2019).

James Makepeace (1981), se refirió sobre la necesidad de prestar atención a la violencia que se producía durante el noviazgo, se ha ido generando un importante corpus de investigación empírica sobre diversos aspectos en esta materia (e.g., modelos teóricos, prevalencia, factores de riesgo asociados o programas de intervención). La gravedad de este fenómeno violento y su impacto en la sociedad actual, hacen necesaria la identificación de su prevalencia real y de los factores de riesgo asociados más relevantes. De esta forma, se podría incrementar la eficacia de los programas preventivos de la violencia contra la pareja implementados específicamente en los entornos educativos, ya que con frecuencia las primeras relaciones de noviazgo entre los adolescentes se inician en los centros de educación secundaria.

Los estudios sobre violencia en parejas de adolescentes y adultos jóvenes han revelado una serie de características propias, no aplicables a parejas casadas (López-Cepero, Rodríguez Franco, Rodríguez-Díaz, Bringas y Paíno, 2015; Rodríguez-Franco et al., 2016). Según Rey-Anacona (2008), los motivos por los que se continúa con la relación, a pesar de las agresiones, son diferentes a los que

mantienen las relaciones en los casos de violencia conyugal, ya que no existen de por medio responsabilidades parentales, contractuales o dependencia económica entre los miembros.

La violencia en el noviazgo es “todo acto, omisión, actitud o expresión que genere, o tenga el potencial de generar daño emocional, físico o sexual a la pareja afectiva con la que se comparte una relación íntima sin convivencia ni vínculo marital” (Castro y Casique, 2010:22). Se trata de un problema que ha cobrado gradualmente mayor atención por parte de la investigación psicológica en México, especialmente a través de estudios descriptivos que han apuntado la existencia de una gran frecuencia de agresiones, sobre todo psicológicas, haciendo de este fenómeno algo preocupante. Menciona Morris y Maisto (2001; 324) “ante la evidencia doble de que la agresión humana no es una respuesta innata al dolor o a la frustración y de que no existe una pulsión innata que periódicamente se acumule hasta liberarse, la mayoría de los psicólogos modernos piensa que la agresión es principalmente una respuesta aprendida” (Laub y Lauritsen, 1993).

2.3 Clasificación de violencia en el noviazgo

En función de la naturaleza de los actos, el daño ocasionado o los medios empleados, generalmente es clasificada en física, psicológica y sexual (Sánchez, 2009; Romero, 2007). La física comprende cualquier acto, no accidental, que provoque o pueda producir daño a la integridad física de un individuo como lesiones leves o graves (López, 2004; Romero, 2007; Ruiz, 2007). Es el tipo más fácilmente detectado (Espinoza & Pérez, 2008) y los medios para ejercerla implican el sometimiento corporal mediante instrumentos o el propio cuerpo (Romero, 2007).

De acuerdo con Póo y Vizcarra (2008) los universitarios expresan este tipo de violencia mediante conductas como golpear, apretar, empujar, pellizcar, tirar el pelo y patear. En cuanto a las tasas de la violencia física grave los porcentajes más bajos son para el uso de armas, y los más altos para empujones e intento de estrangulamiento (Castellano, García, Lago, & Ramírez, 1999). La psicológica implica acción u omisión, se hiere a otra persona sin dejar huellas visibles (Espinoza

& Pérez, 2008; Ruiz, 2008). Produce un daño en la esfera emocional, el medio fundamental que se utiliza es la comunicación verbal (Pueyo, 2009; Romero, 2007). Además, se presenta en parejas jóvenes mediante comportamientos como exigir, criticar, manipular, controlar, humillar, insultar, no respetar acuerdos, ignorar, descalificar y discriminar (Castellano, et al., 1999; Ferrer, 2009; Póo & Vizcarra, 2008; Rojas-Solís, 2013). Finalmente, la violencia sexual se define como cualquier tipo de presión física o emocional ejercida por una persona para imponer a otros actos de orden sexual (Romero, 2007; Ruíz, 2007; Saldívar, et al., 2008). Se caracteriza por acciones de sexo forzado, hostigamiento sexual, humillación sexual, inducción a la pornografía o prostitución, tocamientos lascivos o la violación (López, 2004; Pueyo, 2009; Romero, 2007; Sánchez, 2009).

2.4 Impacto psicológico de la violencia en el noviazgo

El noviazgo es considerado como “una relación social explícitamente acordada entre dos personas para acompañarse en las actividades recreativas y sociales, y en la cual se expresan sentimientos amorosos y emocionales a través de la palabra y los contactos corporales” (Rodríguez y de Keijzer, 2002, citado en Vázquez García y Castro, 2008, p. 715) [1]. La violencia que ocurre dentro de la pareja de novios ha sido un tema recientemente estudiado, por su avance y preocupante incidencia (Wolfe, Crooks & Hughes, 2011) [2]. Este fenómeno se manifiesta en diferentes sociedades y culturas; y se puede afirmar que puede tener repercusiones psicológicas y comportamentales muy negativas (Wolfe et al, 2009 citados en Wolfe, Crooks & Hughes, 2011).

En cuanto a los tipos de maltrato, el 97,8% denunció haber sufrido violencia psicológica, el 86,2% violencia física y el 27,3% violencia simbólica. Esta violencia puede mantenerse invisibilizada, ya que las relaciones amorosas de los adolescentes y jóvenes pueden ser consideradas como triviales, pasajeras; o por entender que aquello que ocurre en el seno de esta debe mantenerse en el espacio privado e íntimo de la pareja, obturando la posibilidad de intervención de terceros.

En los últimos años, la violencia en las relaciones de noviazgo ha generado investigaciones a nivel mundial. Hasta el momento, los estudios (Castro y Riquer, 2003 [7]; Larrain Heiremans, 1994 [8]; Moreno Martín, 1999 [9]; Plazaola-Castaño y Ruíz Pérez, 2004 [10]; Traverso, 2007 [11]; Tuesca-Molina y Borda, 2003 [12]) habían centrado su interés en las relaciones violentas dentro de la pareja conyugal (conviviente o casada), analizando sus diferentes modalidades para poder dar respuestas eficaces, desde la asistencia y la prevención. Estas investigaciones permitieron detectar que esta modalidad de vinculación afectiva (signada por la violencia), se había establecido ya durante el noviazgo; es decir que la presencia de violencia en las relaciones de noviazgo suele ser un predictor de la aparición de tal conducta durante el matrimonio.

Escoto Sainz *et al.*, (2007) [5], revelan que la violencia psicológica es la de mayor predominio en las relaciones de noviazgo. Póo y Vizcarra (2008) [13] encontraron una alta prevalencia de la violencia psicológica, exteriorizadas en conductas de descalificación y control sobre alguno de los miembros de la pareja. Pacheco Maldonado y Castañeda Figueroa (2013) [14] destacaron que la violencia psicológica ocasiona un grave daño en la esfera emocional que no se nota a simple vista. Por medio de actos que realizan para atacar los sentimientos con la intención de descalificar, desvalorizar, humillar, insultar, criticar, amenazar, chantajear, etc. con el fin de generar temor, terror y control en la pareja, que pretende que la víctima se sienta culpable de todo, aislar a la persona restringiéndole las salidas, haciéndolo sentir tonto cuando opina en público.

Este tipo de violencia ocasiona una grave disminución a su autoestima, trastornos alimenticios, trastornos del sueño y enfermedades como, gastritis, úlceras, dolor de cabeza y muscular entre otros (p.215). Por su parte Montoya Ruíz, Cruz Torrado y Leottau Mercado (2013) [15] la definen como aquella que (...) se expresa en todos los patrones de conducta que se manifiestan en actos u omisiones repetitivos, y que se produce a través de intimidaciones, manipulaciones, amenazas, humillaciones, prohibiciones, coacciones, condicionamientos, que provocan progresivamente en el sujeto afectado una disminución de su personalidad, desmotivación, tristeza y

afectación psíquica. Esta clase de violencia es más difícil de detectar por ser más “sutil” (p. 187).

Para Almendros, Gámez-Guadix, Carrobles, Rodríguez-Carballeira y Porrúa (2009) [16] el abuso psicológico en la pareja ha comenzado recientemente a recibir atención como un tipo de violencia diferenciada y con entidad propia. El estudio de este tipo de violencia es de gran importancia porque posibilita identificar a las víctimas y entender su impacto sobre el ajuste psicosocial de las mismas.

CAPÍTULO III: RELACIONES SALUDABLES EN EL NOVIAZGO EN LA ADOLESCENCIA.

La adolescencia es una etapa de la vida en la que empiezas a tener interés en relacionarte con otras personas además de tu familia. Las relaciones saludables de pareja se van construyendo entre dos personas cuando están presentes cuatro elementos: la confianza, la libertad, el respeto mutuo y la igualdad. Estos cuatro elementos están comprendidos en los Derechos Sexuales y Reproductivos -que son derechos humanos internacionalmente reconocidos, los cuales están basados en la dignidad humana y la libertad de las personas para decidir acerca del ejercicio de su sexualidad y reproducción. Estos Derechos tienen como propósito garantizar el desarrollo libre, saludable, seguro y satisfactorio de la vida sexual, reproductiva y de la convivencia sexual

Según la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es una etapa trascendental en el ciclo de vida que se caracteriza por múltiples y rápidos cambios biológicos, psicológicos y sociales. Hay cambios importantes en lo emocional y lo social. El o la adolescente busca la independencia de su familia, inicia nuevos vínculos afectivos, disminuye su interés en las relaciones familiares y aumenta la importancia e intensidad en las relaciones de amistad y de pareja (OPS, 2010).

Estos cambios reflejan la necesidad en la vida de los y las jóvenes de tener amigos o amigas, a quienes nos referimos como “grupo de pertenencia”, el cual suele marcar muchos modelos de conducta como, por ejemplo, la forma de hablar, de

vestir, de bailar, etcétera. Los espacios de convivencia cotidiana como la escuela, el trabajo, las fiestas, la cafetería, el deportivo y el transporte propician tu interacción con otros y otras jóvenes, dando lugar a relaciones afectivas de amistad o de pareja, las cuales puede tener o no una connotación sexual. Así pues, en estos espacios puedes encontrar afinidades, preferencias e intereses comunes con otras personas de tu edad, y establecer comunicación mediante miradas, gestos y palabras, manifestando tu interés por relacionarte con ellas. La adolescencia es un período de vida maravilloso, pero que a veces nos hace sentir desconcertados debido a los cambios físicos, sexuales, psicológicos y sociales que conlleva.

Durante esta etapa nos encontramos en el proceso de transición de la niñez a la edad adulta, donde constantemente intentamos buscar y encontrar nuestra propia identidad por medio de referentes, que suelen ser nuestros pares. Por esto debes tener presente que a veces hacemos cosas por necesidad de pertenencia y reconocimiento por parte de nuestro grupo de amigos o amigas, para así sentirnos parte de algo, pero debemos pararnos a pensar si es esto lo que realmente nosotros o nosotras queremos. Cuando entramos en la adolescencia, el tema de las relaciones amorosas comienza a tomar gran relevancia en nuestras vidas. En esta etapa comenzamos a explorar sentimientos que quizás antes no habíamos tenido. Por ejemplo, el necesitar una mayor cercanía emocional con la persona que nos atrae o nos gusta; el esperar sentirnos en confianza, comprendidos y comprendidas y al mismo tiempo que la otra persona respete nuestras ideas, opiniones, gustos, hábitos y costumbres; pero, por sobre todas las cosas, que nuestro sentimiento sea correspondido o mutuo hacia la persona que nos gusta o queremos.

Poder expresar los propios sentimientos, así como considerar los sentimientos de la pareja. Es importante la confianza que se crea en la relación, no debes temer expresar de buena forma lo que sientes. Por ejemplo, si uno está enojado o enojada con el otro, la idea es poder expresarlo de una buena forma. De lo contrario, si usamos los gritos o la indiferencia cuando queremos expresarnos, o nos reímos y ridiculizamos, no resolveremos nuestros conflictos. Las decisiones asociadas a la relación deben ser tomadas de mutuo acuerdo, no por medio de una imposición.

Por ejemplo, estas decisiones pueden ser tan simples como decidir qué harán este fin de semana; lo importante no es lo que hagan, sino que ambos se sientan a gusto y tengan en cuenta las opiniones del otro cuando toman las decisiones.

Si alguno no está de acuerdo con las ideas u opiniones del otro, puede hacérselo saber siempre y cuando no sea con la intención de herir o hacer sentir mal, sino más bien con la idea de potenciar lo mejor de cada uno. Esto además les permitirá ayudarse mutuamente a mantener y fortalecer la autoestima. No hay que olvidar la importancia de tratarse de forma respetuosa tanto cuando están en la intimidad como cuando comparten con otras personas. Esto dice mucho del valor y respeto que se otorgan, dando lugar a que los demás también traten a su pareja con el mismo respeto que se merece.

Respetar los espacios de cada uno y confiar el uno en el otro. Por ejemplo, si tienes ganas de pasar un tiempo con tus amigos o amigas puedes decirle a tu pareja sin temor a que se sienta mal; o si es fin de semana, saber que ambos pueden salir a solas con sus amigos o amigas y eso no quiere decir que están enojados. Tener conversaciones o discusiones donde ambos exponen lo que piensan o sienten de forma respetuosa. El respeto no solo debe mostrarse a la hora de dirigirte al otro, sino también hacia sus formas de ver y sentir el mundo.

Realizar actos sexuales como caricias, tocamientos, etc., debe ser por medio de un acuerdo mutuo, donde ambos quieren y desean. El tener relaciones sexuales, incluyendo todo lo que implica dicho acto, debe ser llevado a cabo de forma consensuada, libre de manipulaciones o sentimientos de obligación; ambos deben querer, desear y aceptar cada uno de los actos que se realizan. Demostrarse, en la intimidad, que ambos son importantes, por lo tanto, tienen el mismo derecho a disfrutar del acto sexual como tal. Parte de tener una relación sana es también considerar los sentimientos propios y del otro respecto al sexo (tocamientos, caricias, besos, etc.)

Debemos cuidar a las personas, seres vivos y objetos que para el otro son valiosos o queridos. Ninguna relación sana se constituye de malos tratos, ya sea

psicológicos, verbales y menos de agresiones de tipo físicas. Puede que estés pensando que tu pareja nunca te ha maltratado físicamente porque jamás te ha golpeado. Sin embargo, alguna vez se ha enojado y le ha dado una patada a la mascota que amas o ha roto algún objeto alegando que estaba muy enojado o enojada y no se pudo controlar. No es una violencia directa a tu persona, pero sí a algo o alguien a quien quieres. Al fin y al cabo, está usando esa violencia contra terceros con la intención de dañarte a ti o porque sabe que si te lo hiciese directamente sería muy obvio y lo o la dejarías. Si tu relación tiene las características que hemos mencionado en este apartado, seguramente no presentará ningún tipo de violencia, ni física, ni sexual, ni psicológica.

La intimidad hace referencia a la sensación que tiene la persona de sentirse comprendida o de comprender al otro dentro de la relación, lo que nos propicia una sensación de apoyo mutuo incondicional; que la pareja estará cuando yo la necesite y yo estaré para ella cuando me necesite. Es decir, que el ser pareja implica también ser amigos o amigas, comunicarnos de forma positiva, así como ser honestos y honestas con el otro u otra y con nosotros o nosotras mismas, siempre con la intención de fomentar el bienestar de la otra persona.

El deseo (o pasión) corresponde a la percepción de querer estar con el otro/a, de querer abrazarle, acariciarle, besarle; poder expresar los sentimientos, los gustos y disgustos son parte de la sensación de disfrutar con el otro/a. El deseo también implica la sensación que tenemos de exclusividad en la pareja, donde existen pensamientos y emociones que solo se dirigen a la persona amada. Esto no es lo mismo que la posesión, ya que esta hace referencia a la idea de que el otro/a te pertenece o es de tu propiedad. El tercer elemento es el compromiso, entendido como la disposición a acoplarse al otro/a, donde ambos se hacen cargo de la relación y construyen un proyecto en común, con un objetivo compartido por medio de un acuerdo, donde lo que prevalece es la honestidad, la libertad de expresar y de manifestar lo que siento y me pasa, sin pasar a llevar al otro/a desde una perspectiva de lealtad con mi sentir y el de mi pareja. El compromiso no es sinónimo

de esclavitud, ya que cuando nos referimos a compromiso hablamos de confianza y responsabilidades asumidas en pareja.

No se trata de hacer todo lo que el otro/a quiera, cuándo y cómo lo desee, sino de llegar a un acuerdo en conjunto sin que ninguno de los integrantes pierda su identidad. Sin duda alguna el compromiso mantiene la estabilidad de la pareja. También habrá personas que darán a entender por los mismos medios que quieren conocerte. Cuando alguien te gusta puede haber una atracción sexual, a diferencia de cuando “te cae bien”, cuando el interés está más relacionado con la simpatía y el entendimiento mutuo. La atracción sexual puede definirse como el proceso y el estado emocional positivo (placentero) que induce el acercamiento de una persona a otra con el propósito de llevar a cabo una actividad o intercambio sexual. Mientras permanezca tal condición, los individuos mutuamente atraídos mantendrán relaciones íntimas entre sí de forma preferente o exclusiva. El amor es una de las emociones humanas más intensas en esta etapa de la vida. Es una forma de amar con grandes expectativas. Cuando este sentimiento es compartido entre dos personas, se habla de relaciones románticas, que se caracterizan por ser voluntarias, por involucrar manifestaciones de intimidad y de apoyo, y por mantener una atracción mutua de aspectos físicos y de personalidad, de afinidades e intereses comunes.

Desde la psicología, el amor es un sentimiento que involucra y combina tres elementos: intimidad, pasión y compromiso. La intimidad es el vínculo emocional del amor. Es un sentimiento mutuo de afecto, cercanía, apoyo, comunicación y unión con otra persona que tiene los mismos intereses en una relación, lo que favorece la conexión y la confianza en la pareja. La pasión es el elemento motivacional del amor, que conduce a la atracción física, al romance y al deseo sexual en una relación. El compromiso es la promesa o la determinación de amar y mantener el amor por otra persona durante cierto tiempo (a corto plazo), compartiendo afinidades, intereses, momentos agradables o difíciles; buscando mantener esa relación a través del tiempo (largo plazo).

El amor varía tanto de una relación a otra, como en las formas de relación de pareja, dependiendo de las combinaciones y los grados en que están presentes la intimidad, la pasión y el compromiso. La atracción, las expectativas y los intereses que están presentes en tus relaciones de pareja, son diferentes durante esta etapa de la vida y tienen distintas funciones, como la recreación, la socialización, el estatus, el acompañamiento, la intimidad, la sexualidad y el compromiso. Los elementos del amor están presentes en toda relación de pareja, y las de las y los jóvenes no son la excepción. Recuerda que estos elementos son la intimidad, la pasión y el compromiso. Desde el siglo XX el noviazgo ha sido la relación de pareja más común, por ser el estado de transición de la soltería al matrimonio. Por eso, no es de extrañar que los diccionarios definan “novio” o “novia” como la persona que mantiene relaciones amorosas con fines matrimoniales. Pero también se señala a la persona que mantiene una relación amorosa con otra sin intención de casarse y sin convivir con ella; o la que acaba de casarse.

3.1 Cómo podrá entenderse el noviazgo en este siglo XXI.

Es una relación en la que existe un vínculo emocional y pasional, sin que necesariamente haya relaciones sexuales, y en la que hay un cierto compromiso, es decir, un deseo o promesa de duración del amor. Puede o no existir la expectativa de vivir juntos o casarse, pero lo que importa es la sensación de compartir estilos y maneras de ver la vida. Independientemente de la forma de relación de pareja que tengas, esta relación puede ser o no saludable, es decir, puede aportarte beneficios y cosas positivas a tu salud emocional y en general a tu vida o puede convertirse en una fuente de malestar para ti y para tu pareja.

Las relaciones saludables permiten ambas parejas se sientan apoyadas y conectadas, y que a la vez se sienten independientes. La comunicación y los límites son los dos principales componentes de una relación sana. Básicamente, las dos personas en la relación deciden lo que es saludable para ellos y lo que no es. Si algo no se siente bien, debe de tener la libertad para expresar sus preocupaciones a su pareja. Las relaciones sanas se construyen sobre la base de una comunicación

sana, el respeto mutuo y la confianza. En una relación saludable ambos miembros de la pareja se sienten valorados y respetados, y se respetan sus límites. Los límites pueden ser físicos, emocionales y sexuales.

Una relación sana está libre de violencia física, emocional y sexual. Cualidades como la honestidad, respeto y buena comunicación son partes importantes de una relación sana. Educar a adolescentes sobre la importancia y el valor del respeto (el respeto por uno mismo y respeto por otras personas) puede permitirles establecer relaciones sanas antes de comenzar para evitar la violencia durante el noviazgo antes de que comience. Las relaciones sanas se construyen sobre una base de respeto. El respeto es una opción, y cuando lo practicas, es más probable que también te respeten. Es importante para los adolescentes aprender a tratar a los demás como ellos quieren ser tratados. Los adolescentes también necesitan reconocer cuando no hay respeto; sus relaciones pueden recurrir de saludable a no saludables.

Los elementos del amor están presentes en toda relación de pareja, y las de las y los jóvenes no son la excepción. Recuerda que estos elementos son la intimidad, la pasión y el compromiso. Desde el siglo XX el noviazgo ha sido la relación de pareja más común, por ser el estado de transición de la soltería al matrimonio. Por eso, no es de extrañar que los diccionarios definan “novio” o “novia” como la persona que mantiene relaciones amorosas con fines matrimoniales. Pero también se señala a la persona que mantiene una relación amorosa con otra sin intención de casarse y sin convivir con ella; o la que acaba de casarse.

3.2 Así se siente tener una relación saludable.

Nos sentimos a gusto haciendo cosas juntos. No permitimos que la otra persona imponga siempre sus deseos, acordamos las cosas que queremos hacer, no hacemos siempre lo que quiera la otra persona.

- También realizamos actividades por separado. Mantenemos nuestro espacio, con nuestras aficiones, amistades y familia.

- No necesitamos comportarnos de manera diferente a como somos para agradar a la otra persona. • Nos gusta la otra persona tal como es y no tratamos de cambiarla. Apreciamos sus cualidades y aceptamos sus defectos.
- Las opiniones de los dos son igual de importantes, aunque sean diferentes.
- Cuando discutimos o tenemos problemas intentamos buscar soluciones satisfactorias para ambos, a través del diálogo y la negociación, sin usar la imposición, la amenaza o el chantaje afectivo (“si me quisieras de verdad...”).
- La confianza mutua y la honestidad son ingredientes básicos de la relación. Podemos hablar de cualquier tema y expresar nuestros sentimientos con confianza y sin miedo a la reacción de la otra persona.
- Utilizamos la comunicación, expresándonos con respeto. Controlamos y evitamos las expresiones violentas de agresividad o coraje.
- Respetamos los límites de la otra persona, aunque no estemos de acuerdo con ellos.
- Tenemos relaciones sexuales por deseo y mutuo acuerdo de ambas partes. Aceptamos un NO sin problemas.
- Si uno de los dos decide terminar la relación puede plantearlo sin miedo, sabiendo que la otra persona va a respetar esa decisión, aunque no le guste o le duela.
- No esperamos que la otra persona nos haga siempre feliz o nos resuelva todos nuestros problemas. Cada uno asume la responsabilidad de su vida.
- Respetamos que somos personas diferentes. Tenemos en cuenta las opiniones e ideas de la otra persona. Apoyamos sus proyectos y decisiones
- Reconocemos el derecho de la otra persona a la libertad y a cuidarse por sí mismo.

- Reconocemos la igualdad de género en las relaciones, con un ejercicio democrático del poder, sin que puedan existir personas dominantes ni dominadas.

3.3 Mi Lista de Derechos en mis Relaciones.

- Derecho a ser yo.
- Derecho a ser tratad@ con respeto
- Derecho a tener y expresar mis propias ideas opiniones y sentimientos y a tomar mis propias decisiones.
- Derecho a realizar actividades que no incluyan a la persona con la que mantengo la relación.
- Derecho a tener amig@s y pasar tiempo con ellos.
- Derecho a resolver los conflictos sin violencia y sin intimidar.
- Derecho a acordar las cosas que queremos hacer.
- El derecho a decir “NO” sin sentirme culpable.
- Derecho a mantener relaciones sexuales solo por mutuo acuerdo y deseo.
- Derecho a terminar la relación cuando lo desee.

Tu libertad y las relaciones sexuales:

Las relaciones sexuales deben mantenerse por mutuo acuerdo y deseo.

- Hay que hablar libremente del tema, sin miedo ni vergüenza y sentir confianza para tratar cualquier duda que nos surja.
- Tu primera vez debe ser como tú quieras. Debe ser elegida por ambas personas y no sólo por una de ellas.

- Aunque una de las personas desee tener relaciones sexuales, debe saber aceptar un no de la otra
- Los besos y los tocamientos no te obligan a continuar si tú no quieres. Deja claro que cuando quieres decir NO, es ¡NO!

- Recuerda: si te quieren no te harán nada que te haga sentir mal.

3.4 El Decálogo de relaciones saludables en el noviazgo

1. El amor no hace daño, es saludable y hermoso. Nos hace sentir bien.
2. Reconocer, valorar y respetar la propia sexualidad y la de la otra persona.
3. Respetar los deseos e intimidad de la otra persona y su derecho a decir no.
4. Compartir decisiones y responsabilidades en la relación.
5. En las relaciones sexuales las dos personas lo pasan bien y comparten el placer.
6. La confianza y la comunicación deben estar al lado de la pasión.
7. Saber negociar y planificar un sexo seguro.
8. Ser discreto y respetar la confidencialidad de la otra persona.
9. Hay que decidir consciente y libremente cuándo, cómo dónde, con quién y por qué, tener relaciones sexuales.
10. Saber mantener nuestro espacio, nuestras aficiones y mantenerlas relaciones con amigos y familia.

3.5 Características de una relación saludable de noviazgo en la adolescencia

- Respeto mutuo: Respeto significa que cada persona valora al otro y comprende los límites de la otra persona. En una relación saludable ambos integrantes de la pareja tienen derecho a ser tratados con respeto, es decir, a ser valorados como personas que valen tal y como son. Esto implica: Respetar a la pareja,

escuchándola, mostrándole comprensión y apoyo, valorando sus opiniones sin juzgar, sin descalificar ni hacer comentarios hirientes como: “Tú no sabes” o “Te ves muy mal”. Respetar su privacidad, sin tratar de controlar.

Hay respeto cuando... Se valora a la pareja tal como es y se escucha lo que quiere decir, respetando sus sentimientos e inquietudes, aunque sean diferentes. Me gusta mi pareja tal como es, valoro sus cualidades, respeto sus diferencias y no trato de cambiarla. Se respetan los deseos e intimidad de la pareja y su derecho a decir no. Ambos aceptan las diferencias, son receptivos/vas y flexibles a los cambios.

- Confianza: Las parejas deben elegir confiar mutuamente y darse el beneficio de la duda. Una relación afectiva está basada en expresar y compartir con tu pareja sentimientos, intereses, afinidades, logros, preocupaciones, gustos y disgustos en un ambiente de confianza para conocerse y acoplarse mejor.

La confianza es básica en una relación de pareja y significa ver buena voluntad o esperar lo mejor de la otra persona. Hay confianza cuando

- Ambos puede hablar de cualquier tema y expresar sus sentimientos con confianza y sin miedo a la reacción de la otra persona.

- Ambos pueden hablar en un ambiente de intimidad, confianza y libertad para entenderse mejor y llegar a acuerdos que los hacen sentirse bien.

Igualdad: Una relación de pareja saludable requiere mantener igualdad de derechos, lograr acuerdos mutuos, compartir decisiones y responsabilidades que puedan beneficiar o afectar a ambos. Hay igualdad cuando

- Ambos están dispuestos a “dar y recibir” afecto, confianza y respeto con equilibrio y armonía.

- Ambos aceptan la responsabilidad de sus propias acciones, reconocen si se equivocan y mantienen una comunican abierta.

- Ambos reconocen, valoran y respetan quién es y qué hace cada integrante de la pareja.
- Ambos pueden hablar en un ambiente de intimidad, confianza y libertad para entenderse mejor y llegar a acuerdos que los hacen sentirse felices y seguros.
- Libertad: Es fundamental mantener la individualidad y la independencia en las relaciones de pareja para eliminar la probabilidad de conductas controladoras, posesivas, y restrictivas de parte de la pareja, así como para favorecer el crecimiento, desarrollo y el autocuidado. Eres una persona, antes de ser una pareja Hay libertad cuando...
- Ambos tiene su espacio personal para su vida social y pueden divertirse juntos como pareja o separados manteniendo su individualidad.
- Ninguno finge que le gusta algo que en realidad le desagrada, ni tiene que dejar de ver a sus amigos/as, ni olvidar sus intereses o sus gustos.
- Ambos comparten momentos o actividades -recreativas, deportivas, culturales, sociales- que disfrutan y también mantienen sus propios intereses y amistades.
- Honestidad: Cuando una pareja miente, toma tiempo para reconstruir esa confianza en él o ella. La honestidad genera confianza y fortalece la relación.
- Compromiso: En una relación amorosa, cada pareja no siempre consigue su manera. Deben reconocer diferentes puntos de vista y estar dispuestos a dar y recibir.
- Individualidad: Cada pareja no debe comprometerse, y su identidad no debe basarse en su pareja. Cada pareja debe seguir viendo a sus amigos o haciendo las cosas que él o ella ama. Deben de apoyarse si su pareja quiere buscar nuevos pasatiempos o hacer nuevos amigos.

- Buena comunicación: Cada socio debe hablar sincera y abiertamente para evitar problemas de comunicación. Si una pareja tiene que aclarar sus sentimientos, su pareja debe respetar los deseos y esperar hasta que estén listos para hablar.
- Control de la ira: Todos nos enojamos, pero cómo expresamos puede afectar nuestras relaciones con los demás. La ira puede ser manejada en formas saludables, tales como, tomar una respiración profunda, contar hasta 10 o hablando.
- Resolución de problemas: Las parejas pueden aprender a resolver problemas e identificar soluciones nuevas, dividiendo un problema en partes pequeñas o hablando acerca de la situación.
- Evitar insultos: Todo el mundo pelea en algún momento, pero mantenerse en el tema y evitar insultos resulta en más probabilidades para llegar a una solución. Las parejas deben tomar un breve descanso alejados uno del otro si el debate se calienta demasiado.
- Entendimiento: Cada pareja debe tomar tiempo para entender lo que el otro podría estar sintiendo al ponerse en sus zapatos.

Una relación enfermiza tiene un desequilibrio en el que una pareja intenta ejercer control y poder sobre el otro a través de amenazas, el abuso emocional/verbal o violencia física o sexual. Signos de una relación malsana o posible violencia doméstica:

- Control: Una pareja que toma todas las decisiones y le dice qué hacer, qué ponerse o con quien pasar el tiempo al otro.
- Dependencia: Una pareja que se siente que él o ella "no puede vivir sin" el otro. Él o ella pueden amenazar con hacer algo drástico si la relación termina.
- Falta de honradez: Una pareja que se encuentra o mantiene información de la otra. Una pareja que roba.

- Falta de respeto: Una pareja que se burla de las opiniones y los intereses del otro. Él o ella pueden destruir algo que pertenece al otro.
- Hostilidad: Una pareja que entra en conflicto o antagoniza al otro. Esto puede llevar al otro a "caminar sobre cáscaras de huevo" para evitar disgustar a los demás.
- Intimidación: Una pareja que intenta controlar aspectos de la vida del otro por lo que el otro es temeroso o tímido. Una pareja puede intentar mantener a su pareja lejos de amigos y familiares, o amenaza con violencia o separación.
- Violencia física: Una pareja utiliza la fuerza para obtener las cosas a su manera (por ejemplo, golpear, abofetear, agarrar o empujar).
- Violencia sexual: Una pareja usa presión o fuerza para actividad sexual contra su voluntad de la otra persona.

La adolescencia es un momento ideal para intervenir para romper el ciclo de la violencia doméstica y prevenir la violencia en el noviazgo. Los enfoques más eficaces utilizan múltiples estrategias para involucrar a los jóvenes y a los adultos importantes en sus vidas, incluidos los padres, los maestros y los entrenadores.

3.6 ESTRATEGIAS PARA TENER UNA RELACIÓN SALUDABLE

1. Cenar juntos.
2. Pasear.
3. Dejar mensajes reflexivos alrededor de la casa o el coche. Dígales que lo especial son.
4. Leer un libro junto.
5. Planear una actividad mensual.
6. Cocinar recetas favoritas de la familia.

7. Aprender algo nuevo.

8. Celebrar las tradiciones familiares.

9. Hacer que su pareja se sienta especial. En todas nuestras prisas diarias, no apreciamos a la persona más cercana a nosotros. Pase tiempo con su cónyuge y hágale saber que es especial para usted en todos los sentidos.

10. Apagar el móvil cuando pasan tiempo junto.

11. Tomar tiempo para estar juntos cada semana.

12. Desayunar juntos.

13. Hacer ejercicio juntos.

14. Ver películas, jugar juntos y disfrutar de su compañía.

3.7 Qué habilidades requieren las relaciones saludables de pareja.

De acuerdo con la OMS, las habilidades de educación para la salud están basadas en un enfoque para la creación y/o el mantenimiento de estilos y condiciones de vida saludables. Las habilidades que desarrolles para interactuar con otras personas de forma positiva -dejando de lado aquellas relaciones que impiden tu desarrollo personal- te ayudarán a interactuar positiva y saludablemente con quienes convives cotidianamente. En esta sección podrás desarrollar habilidades que te ayudarán a construir relaciones de pareja saludables para la prevención de la violencia, entre otras, las habilidades de comunicación, negociación y toma de decisiones. Tú y tu pareja proponen y deciden juntos actividades -recreativas, deportivas, culturales, sociales- para compartir, divertirse y pasarla bien.

Habilidad: Comunicación Asertiva La comunicación asertiva es la habilidad que te permite para expresar con claridad y de forma adecuada tus sentimientos,

pensamientos o necesidades; facilita el diálogo y la discusión constructiva, y favorece tus relaciones saludables de pareja

- Expresan de manera firme, directa y respetuosa lo que piensan, sienten y necesitan.
- Respetan las ideas, necesidades y derechos de los demás.
- Su lenguaje verbal y no verbal es congruente; su tono de voz es confiado, seguro y relajado.

Comunicación agresiva:

- Su contacto visual es tenso, rígido o amenazante.
- Atacan para defenderse. Son sarcásticos y hostiles.
- Acusan o amenazan, sin respetar los derechos de los demás.

Comunicación pasiva: • Evitan expresar sus pensamientos, sentimientos y necesidades.

- No valoran sus propias necesidades y opiniones permitiendo que otros les impongan qué hacer.
- No saben poner límites.

Habilidad: Negociación La negociación es una habilidad que puede ayudarte a iniciar o mantener relaciones saludables con tu pareja, buscando soluciones a problemas y proponiendo cambios y acuerdos convenientes para ambos.

Se busca - Lograr acuerdos cuando tienes diferencia de intereses y de opiniones con tu pareja. - Proponer soluciones o cambios específicos, defendiendo tus derechos y respetando los derechos de tu pareja.

¿Qué se requiere?

1. Estar dispuesto a llegar acuerdos, tomando en cuenta a tu pareja.
2. Establecer metas claras y precisas.
3. Proponer y aceptar cambios específicos.
4. Comunicarse en forma asertiva (defendiendo tus derechos y respetando los derechos de tu pareja).
5. Comprometerse a cumplir los acuerdos.

Habilidad: Solución de Problemas En la vida cotidiana puedes enfrentar problemas en la familia, en la escuela, con tus amigos o con tu pareja. Aunque hay diferentes formas de enfrentarlos, en determinados momentos los problemas pueden agobiarte tanto que no sabes qué hacer o cómo actuar.

Es preciso reconocer que casi siempre hay problemas, por ello es importante que aprendas a solucionarlos en forma adecuada. Se busca - Identificar cuál es el problema y explorar posibles soluciones para elegir la más adecuada y ponerla en práctica.

¿Qué se requiere?

1. Identificar cuál es el problema.

¿Qué quieres solucionar? ¿Qué está a tu alcance? ¿Cuáles son los obstáculos?

2. Explorar las posibles soluciones para resolver el problema.
3. Analizar las ventajas y desventajas de la solución más adecuada.
4. Elegir la mejor opción y pensar cómo ponerla en práctica.
5. Tomar la decisión y mantenerte firme.

6. Evaluar si el problema se solucionó. Si no se resolvió como esperabas, busca otras posibles soluciones, y regresa al paso 2.

Una relación saludable requiere de apoyo mutuo. Generalmente la pareja está a tu lado para compartir los buenos momentos o para ofrecerte apoyo cuando enfrentas una situación difícil; sin embargo, algunas personas sólo comparten los buenos momentos, pero cuando hay problemas se alejan.

Tu pareja está a tu lado para celebrar contigo que has ganado una beca o para escucharte o consolarte si estás triste porque tu mejor amigo se muda a otra ciudad. Lo importante es aprender a iniciar y mantener relaciones de pareja que sean saludables, respetuosas, igualitarias y no involucrarte en relaciones dañinas, violentas, tóxicas o tristes.

MÉTODO

Objetivos

General

Describir los tipos de violencia que se experimentan o se ejercen en las relaciones de pareja en estudiantes adolescentes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.

Específicos

- Identificar la violencia relacional que han vivido en el noviazgo los estudiantes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.
- Comprender la violencia verbal-emocional que han experimentado en el noviazgo los estudiantes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.
- Percibir la violencia física que han recibido en el noviazgo los estudiantes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.
- Percatarse que tipo de relación en el noviazgo es más propensa a sufrir violencia en el noviazgo en los estudiantes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.
- Saber que género sufre mayor índice de violencia en el noviazgo en los estudiantes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los y las adolescentes están en un periodo donde el desarrollo de la identidad social y autonomías son prioritarias. El establecimiento de distintos tipos de relaciones en las diversas áreas de su vida les permite construir vínculos afectivos que antes no tenían, por ejemplo, los de amistad y pareja. Los conflictos y desigualdades están presentes en cualquier relación y en este periodo se pueden acompañar de comportamientos que pongan en riesgo la estabilidad emocional, no sólo en quien llega a ser víctima de violencia sino también en quien la ejerce ya que se torna una relación bidireccional (Ramos, Fuentes, Flores y Ruíz, 2014).

La Encuesta Nacional de Juventud (Instituto Mexicano de la Juventud [IMJUVE], 2011), reportó en una muestra de 29.7 millones de jóvenes que 73% de hombres y 68% de mujeres habían tenido una relación de noviazgo entre los 15 y 29 años). Las relaciones entre jóvenes de esta naturaleza se presentan de forma diversa en comparación a otros grupos etarios pues es aquí donde la duración, estabilidad, convivencia, interacción y expectativas se presentan de tal forma que caracterizan dichas relaciones de pareja en esta edad (Fuentes, González, Ruíz, Vega y Gutiérrez, 2020).

Peña, Zamorano, Hernández, Hernández, Vargas y Parra, (2013), refieren que hombres y mujeres jóvenes que han tenido algún tipo de relación de pareja y han tenido algún tipo de violencia, ha sido la psicológica la más reportada siendo la física la siguiente en frecuencia y finalmente la sexual. Las víctimas de violencia psicológica reportan principalmente sentimientos de tristeza, miedo, culpa, vergüenza, frustración, ira, enojo, desconfianza e inseguridad. Algunos otros efectos son baja autoestima, estrés, problemas con la imagen corporal, bajo rendimiento académico o abandono escolar. Las mujeres son quienes presentan más síntomas relacionados con la depresión, ansiedad, angustia, indefensión, insomnio y dolor. Hay más probabilidades de que se involucren con conductas de riesgo como el consumo de sustancias psicoactivas, conductas sexuales de riesgo, autolesiones, ideación e intentos de suicidio, desarrollo de trastornos de conducta alimentaria, trastornos de sueño o trauma complejo (Fuentes et al., 2020).

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es el tipo de la violencia con mayor porcentaje que han recibido durante una relación de noviazgo han recibido los estudiantes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.?

TIPO DE ESTUDIO

El tipo de estudio que se llevó a cabo dentro de la investigación es descriptivo, porque solo se identifica la violencia recibida en los estudiantes y se describe la violencia con mayor porcentaje recibida en los estudiantes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.

VARIABLES

Violencia en el noviazgo

- Definición conceptual

La violencia en el noviazgo se refiere todas aquellas conductas activas o pasivas recurrentes y cíclicas que tienen por objeto dañar, herir y controlar a la pareja en una relación; es decir, son realizadas por un individuo con el que se tiene vínculo íntimo (compañero (a), novio (a), etc.). Por lo general se dirige del hombre hacia la mujer (Cienfuegos, 2004).

- Definición operacional

Se utilizó el cuestionario CADRI (Wolfe, 2001), fue elaborado específicamente para detectar la existencia de actos violentos en las relaciones de pareja de los jóvenes. El CADRI es un instrumento diseñado para evaluar cinco tipos de violencia en parejas de adolescentes y jóvenes: sexual, relacional, verbal-emocional, física y amenazas. Los resultados indican un ajuste adecuado tanto en la escala de victimización como en la de perpetración.

POBLACIÓN

Se trabajó en el municipio de Tejupilco en la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C. con los estudiantes mujeres y hombres que hayan tenido o tengan una relación de noviazgo tomando en cuenta los datos sociodemográficos que se consideraran que

estén en un rango de edad de 15 a 18 años con escolaridad preparatoria y con entidad mexicana.

Muestra

El tipo de muestra que se aplicó será no probabilístico de tipo intencional, ya que solo se llevó a cabo con los estudiantes de sexo femenino y masculino los cuales fueron 64 que hubiese, antes o en el momento de la aplicación del cuestionario, una relación de noviazgo de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.

Criterios de inclusión:

INSTRUMENTO O TÉCNICA

Se aplicó como instrumento de tamizaje la Escala de Violencia en Relaciones de Pareja Adolescentes (Conflict in Adolescent Dating Relationships Inventory) (CADRI), el cual fue desarrollado por Wolfe (2001) ha sido utilizado y validado por Hokoda (2006) en población de jóvenes mexicanos su objetivo es detectar violencia ejercida y violencia experimentada en relaciones de pareja, mediante diferentes subescalas.

Este instrumento identifica cinco factores:

- 1) violencia sexual abarca actos que van desde el acoso verbal a la penetración forzada y una variedad de tipos de coacción, desde la presión social y la intimidación a la fuerza física.
- 2) violencia relacional es un tipo de comportamiento agresivo que emplea habilidades sociales, generalmente dentro de un grupo, para infligir dolor no físico a un individuo o individuos. Hay varios tipos diferentes de agresión relacional: traición, exclusión o soledad, chismes, humillaciones y mentiras.

3) violencia verbal-emocional puede darse en una multitud de formas, como, por ejemplo: atemorizar, aterrorizar, amenazar, explotar, rechazar, aislar, ignorar, insultar, humillar o ridiculizar a tu pareja.

4) violencia física se entiende por cualquier agresión física, psicológica, mental y sexual con el fin de dominar y mantener el control sobre la otra persona.

5) Solución de conflictos han de centrarse en definir cambios en las conductas de ambos y no solamente en la del que causa el problema. Hay una máxima que dice: “si quieres que alguien cambie, empieza cambiando tú”. El cambio de uno ha de conllevar consecuencias positivas para él, lo que implica un cambio en el otro.

Está conformado por 34 reactivos, orientados a detectar la existencia de actos violentos en las relaciones de parejas de las y los jóvenes. Esto se logra dividiendo cada reactivo en dos subescalas, una escala de violencia ejercida y otra escala de violencia sufrida.

Cada reactivo puede contestarse en una escala tipo Likert de 4 opciones que van desde “nunca” hasta “frecuentemente”, en la que el cero corresponde a la opción de Nunca, la opción 1 se refiere a rara vez, la opción 2 señala la categoría algunas veces y la opción 3 hace referencia a la categoría frecuentemente.

El instrumento consta de una escala de violencia cometida y otra de violencia sufrida. A su vez, ambas escalas se encuentran subdividas en: Violencia Sexual (4 ítems), Violencia Relacional (3 ítems), Violencia Verbal-Emocional (10 ítems), Amenazas (4 ítems), y Violencia Física (4 ítems), y 10 ítems que actúan como distractores.

DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de investigación que se llevó a cabo dentro de esta investigación es no experimental transaccional descriptivo, porque solo se observa a los estudiantes de sexo femenino y masculino de la escuela Preparatoria Regional Tejupilco, A.C.,

en un solo momento, en un tiempo único para recolectar y describir los datos obtenidos sobre la violencia psicológica.

CAPTURA DE LA INFORMACIÓN

- Se pidió el consentimiento de los estudiantes alumnos que hayan tenido o estén en una relación de noviazgo para poder aplicarles el instrumento y explicarles que toda la información recabada es anónima y para fines educativos.
- Bajo el consentimiento de los estudiantes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C. se acordó el día y la hora en la que se les envió en link para acceder y contestar el CADRI en los estudiantes seleccionados
- Dentro del link para contestar los instrumentos encontraron las instrucciones que explicaban las instrucciones de cómo responder el instrumento a los estudiantes a quienes se les aplicó tuvieron un lapso de tiempo de 60 minutos para contestarlo.
- Terminando la aplicación del instrumento a los estudiantes se les agradeció por la disposición y tiempo que nos brindaron.

PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Una vez aplicado el instrumento CADRI se vaciaron los datos en el programa SPSS, el análisis estadístico fue descriptivo se obtuvieron los porcentajes de violencia que sufren los estudiantes a los que se les aplicó el instrumento, los resultados obtenidos se representaran en gráficas.

RESULTADOS

Tabla 1. Violencia general perpetrada y recibida en los alumnos de la preparatoria regional de Tejupilco del 2022.

Tipos de violencia	General (n=64)		Hombres (n=17)		Mujeres (n =47)	
	Fc	%	Fc	%	Fc	%
<i>Perpetrada</i>						
Con violencia	45	70	12	71	33	70
Sin violencia	19	30	5	29	14	30
Total	64	100	17	100	47	100
<i>Recibida</i>						
Con violencia	41	64	14	82	27	57
Sin violencia	23	36	3	18	20	43
Total	64	100	17	100	47	100

Al evaluar la violencia general perpetrada 70 % de la población la ejerce las mujeres y el 57% la han recibido las mujeres y perciben que hacen más violencia mientras las mujeres tienen su frecuencia muy bajita y mientras que los hombres la reciben el 82% y que su frecuencia es alta 71% .

Tabla 2. Tipos de violencia sexual, verbal emocional, relacional, física, solución de conflictos y violencia en los alumnos de la Preparatoria Regional de Tejupilco A.C., 2022.

Tipos de violencia	General (n=64)		Hombres (n=17)		Mujeres (n =47)	
	Fc	%	Fc	%	Fc	%
<i>Perpetrada</i>						
<i>Violencia sexual</i>						
Con violencia	7	11	4	24	3	6
Sin violencia	57	89	13	76	44	94
<i>Violencia verbal emocional</i>						
Con violencia	40	62.5	12	70	25	54

Sin violencia	24	37.5	5	30	22	46
<i>Violencia relacional</i>						
Con violencia	30	47	6	35	14	30
Sin violencia	34	53	11	65	33	70
<i>Violencia física</i>						
Con violencia	10	16	1	6	37	79
Sin violencia	54	84	16	94	10	21
<i>Solución de conflictos</i>						
Con violencia	63	98	17	100	25	54
Sin violencia	1	2	0	0	22	46
Recibida						
<i>Violencia sexual</i>						
Con violencia	12	19	4	24	36	77
Sin violencia	52	81	13	76	11	23
<i>Violencia verbal emocional</i>						
Con violencia	36	56	12	70	26	55
Sin violencia	28	44	5	30	21	45
<i>Violencia relacional</i>						
Con violencia	34	53	11	65	32	68
Sin violencia	30	47	6	35	15	32
<i>Violencia física</i>						
Con violencia	7	11	17	100	43	92
Sin violencia	57	89	0	0	4	8
<i>Solución de conflictos</i>						
Con violencia	62	97	17	100	45	96
Sin violencia	2	3	0	0	2	4

Al evaluar los tipos de violencia como violencia sexual en que las mujeres 6% ejerce y la recibe el 77% y el los hombres el 24% la ejerce y el 24% de los hombres la recibe y en la violencia verbal emocional el 70 % los hombres la ejercen y el 70 % la recibe y el 54% de las mujeres la ejerce y el 55 % la recibe sin embargo la

violencia relacional el 35 % de los hombres la ejerce y el 65 % la reciben y las mujeres el 30 % ejerce y el 68 % la reciben las mujeres por lo tanto la violencia física en los hombres el 6 % la ejerce y la reciben el 100 % por lo tanto las mujeres ejercen violencia el 79 % y la reciben el 92 % en la solución de conflictos los hombres ejercen el 100% y la reciben el 100 % las mujeres ejercen el 54 % y la reciben el 96 %.

DISCUSIÓN

Respecto al sexo, el estudio denominado: “Violencia de parejas en tres universidades particulares de la Ciudad de México realizado por Pulido Rull, Marco Antonio y Cols (2012); donde los objetivos del trabajo fueron comparar la violencia de pareja en tres universidades privadas de la Ciudad de México, así como evaluar las propiedades psicométricas del inventario CADRI, usado en el estudio. Una muestra no probabilística de 912 estudiantes, la muestra fue preponderantemente femenina (69.5%). Predominaron los estudiantes de los semestres cuarto (31.2%), sexto (19.5%) y octavo (17%). La mayor parte de los estudiantes vive con su familia (94.2%) con una edad promedio de 20.9 años mismos que contestaron el CADRI adaptado a población estudiantil mexicana”.

En nuestro estudio también se tomó una población mexicana, con una muestra total de 254 estudiantes donde predomina el sexo femenino en un 57.48% al igual que en el estudio mencionado, esto seguramente por ser el mismo tipo de población estudiada, sin embargo, diferimos en la escolaridad debido a que nuestros adolescentes fueron estudiantes de preparatoria (55.12%) y secundaria (44.88%). En general, se muestra que “la violencia psicológica y la violencia verbal son conductas más frecuentes que la violencia sexual y la violencia física para Marco Antonio y Cols.”. Para nosotros la violencia sexual y la emocional fueron las que se presentaron.

De modo que los datos fueron los siguientes de acuerdo al tipo de relación que participo donde el 140 % participaron solo el 64 % se encontraban en una relación el 47 % fueron mujeres y 17 % fueron hombres de acuerdo a la violencia general la mujer es la que ejerce violencia con un 70% y la recibe con un 57 % la frecuencia de las mujeres es bajita mientras que los hombres ejercen el 71 % y la reciben con un 82 % su frecuencia es alta.

El objetivo de esta investigación describir los tipos de violencia que se experimentan o se ejercen en las relaciones de pareja en estudiantes adolescentes de la Preparatoria Regional Tejupilco, A.C. donde se obtuvo la participación de 64 de los alumnos siendo 47 mujeres y 17 hombres, de ello a los factores de violencia en general se encuentran con un 70 % la ejercen y el 64 % la recibe. De modo que las mujeres son las que ejercen más la violencia con un 70 % y las mujeres son las que 57 % reciben mientras los hombres el 71 % la ejerce y el 82% la recibe.

Sin embargo, la violencia sexual el 24 % de los hombres ejerce y las mujeres el 6% mientras que los hombres reciben 24 % el mismo porcentaje que dan mientras tanto las mujeres reciben 77 % sin embargo la violencia verbal y emocional los hombres ejercen más 70% y las mujeres 54 % los hombres reciben lo mismo que dan y las mujeres reciben más 55 %. Por lo tanto, la violencia relacional los hombres ejercen con un 35 % y reciben 65% las mujeres ejercen con un 30 % y reciben con un 68% física el 6 % los hombres ejercen y reciben con un 100% las mujeres ejercen con un 79% y recibe con un 92%.

Se utilizó el análisis factorial exploratorio para refinar los artículos en base a los participantes de la escuela secundaria con experiencia en citas (n = 393, 49% mujeres)". Los resultados apoyan el CADRI como una medida del comportamiento abusivo en las relaciones de pareja adolescentes. De todos los ítems de evaluación sexual fueron respaldados como positivos por menos del 20% de los jóvenes, el comportamiento amenazante fue endosados con poca frecuencia. Al igual que el: Sexual Relationship Power, Intimate Partner Violence, and Condom Use Among Minority Urban Girls: se utilizó una parte del instrumento CADRI para la evaluación de la violencia en la pareja actual (VPA) obteniendo aunque casi todos los adolescentes experimentaron alguna forma de VPA, la mayoría de los adolescentes experimentaron actos de violencia o abuso con poca frecuencia en la relación de referencia, con CADRI puntajes promedio que van de 1.07 a 3.42, con una mediana de 1.67. Sin embargo, ningún adolescente informó que no experimentó abuso, indicado por un CADRI de 1.0. Los puntajes CADRI se transformaron log a la normalidad.

Aproximadamente el 60% de los adolescentes experimentaron algunas amenazas comportamiento y abuso físico, y el 38% a menudo experimenta verbal y abuso emocional. En nuestro estudio también se trabajó con el instrumento CADRI el cual arrojó resultados donde el 67.72% refiere no haber experimentado ningún tipo de violencia a lo largo de sus relaciones sentimentales, seguida del 29.92% haber recibido violencia verbal Emocional, y en un 3% con violencia sexual y física, por último un 0% no experimentó amenazas al igual que violencia relacional. Coincidiendo ambas investigaciones en los tipos de violencia que se presenta

El ciclo evolutivo en el que se centra esta investigación, es un periodo de transición entre la niñez y la edad adulta, en la que las personas deben afrontar un gran número de cambios y desafíos evolutivos. Entre estos cambios podemos distinguir la definición de la identidad (Erikson, 1963), la consolidación de cambios cognitivos como es el pensamiento abstracto (Inhelder y Piaget, 1972) y, con frecuencia, el desarrollo de un sistema de valores propios (Kohlberg, 1973); paralelamente, se espera una mayor independencia del contexto familiar y se otorga un papel más decisivo al grupo de iguales (Erwin, 1998) y a las relaciones de pareja (Zimmer-Gembeck, Siebenbruner y Collins, 2001)

Igualmente, algunos autores valoran el ajuste de un adulto en función de la capacidad de iniciar y mantener una relación amorosa con otra persona (Furman, Feiring y Brown, 1999; Seiffge, 2003). No obstante, las relaciones de pareja también han sido relacionadas con experiencias negativas como el abuso del alcohol u otras drogas (Collins y Steinberg, 2006), el absentismo y el bajo rendimiento escolar (Bergman, 1992), las enfermedades de transmisión sexual (Young y d'Arcy, 2005), las agresiones a iguales (Furman, 2002) y otras conductas antisociales como el hecho de experimentar y/o sufrir agresiones en las relaciones de pareja (O'Leary y Slep, 2003).

Por otro lado, como referencia una muestra de jóvenes y adolescentes de la Comunidad Autónoma de Madrid con edades comprendidas entre los 16 y los 26 años, el término novio/a se refiere a una relación esporádica o duradera con cierta

implicación afectiva, independientemente de que se trate de parejas heterosexuales u homosexuales. Así, en función de la claridad y operacionalización de tal definición, se podrán llevar a cabo análisis comparativos con otras investigaciones y alcanzar un nivel en la toma de decisiones que posibilite mayores garantías metodológicas.

Sin embargo, el nivel epidemiológico-descriptivo, el 95,7% de la muestra total han tenido o tienen en el momento de la evaluación una relación de pareja, confirmando los resultados de otros autores que señalan un aumento considerable de experiencias de noviazgo de jóvenes y adolescentes (Avery-Leaf et al., 1997; Foshee et al., 1996; O'Leary et al., 2005), en la que la mayoría de las relaciones son heterosexuales (Bookwala, et al., 1992; Freedner et al., 2002; Gidycz *et al.*, 2007).

(Avery-Leaf et al., 1997; Cascardi, 1999; O'Leary y Slep, 2003; Schumacher y Slep, 2004; Smith et al., 2001). Por sexos, los hombres parecen comenzar a una edad más temprana a tener pareja respecto de las mujeres, indicando un especial incremento en la edad media de la primera relación conforme aumenta el rango de edad de los grupos seleccionados. Podría decirse, que, en la adolescencia media, en torno a los 14-16 años, suelen observarse un mayor número de adolescentes que han mantenido o mantienen una relación de pareja y que las parejas de este periodo, en comparación con momentos previos, suelen tener un mayor grado de intimidad (Connolly y Goldberg, 1999).

En el número de parejas, en nuestra muestra de estudio, se sitúa en torno a las 3 parejas, este dato es importante, dado que para estos adolescentes y jóvenes las relaciones de pareja a las que se refieren son precisamente sus primeras o únicas relaciones. Los hombres presentan un incremento significativo en el número medio de parejas respecto a las mujeres (Schumacher y Slep, 2004; Smith et al., 2001). Sin embargo, a los 21 meses observándose en la misma dirección que la señalada por otros estudios (Bookwala *et al.*, 1992), aunque en otros se aprecia un descenso significativo de la duración (Magdol *et al.*, 1998; Straus, 2004a). Asimismo, las mujeres mantienen relaciones de noviazgo más largas que los hombres (Martínez y Fuertes, 1999). Por rangos de edad, se constata el efecto positivo del aumento de

la edad sobre el incremento del tiempo de la relación, lo que señalaría la consolidación de la pareja a lo largo del tiempo.

El contexto de interés fundamental de la realización de esta investigación es explorar la presencia de los diferentes tipos de conductas agresivas en las relaciones de pareja en población adolescente y joven entre 16 a 26 años perteneciente a la Comunidad Autónoma de Madrid. En primer lugar y a partir de las características relacionales en el noviazgo, estudiar las agresiones de diferente naturaleza y severidad en un contexto de discusión de pareja en función del sexo y la edad tanto en el patrón de victimización, perpetración y en la agresión mutua. Y, en segundo lugar, analizar las consecuencias derivadas, las motivaciones para agredir y los recursos de ayuda utilizados en las conductas agresivas físicas.

Volviendo a la violencia en las relaciones de noviazgo, los estudios han confirmado la existencia de un fuerte efecto de deseabilidad social en las respuestas de los participantes (Moffitt et al., 1997; Sugarman y Hotaling, 1997). Según Bardburn y Sudman (1979), la deseabilidad social ha de ser considerada como un indicador de la adaptación social del sujeto. De este modo, es importante señalar que este sesgo puede controlarse mediante un diseño apropiado de los instrumentos de medición como por ejemplo incluyendo escalas de deseabilidad social para ajustar estadísticamente su influencia. Asimismo, parece claro que la varianza explicada por la deseabilidad social debe ser sustancialmente inferior a la explicada por el contenido de la prueba (Fierro, 1982).

Así, las mujeres podrían minimizar las agresiones recibidas por vergüenza, mientras que los hombres podrían subestimar el número de agresiones que cometen y trivializar la ejercida (Berns, 2000; Dobash *et al.*, 1998; Milton et al., 2000). Específicamente, Currie (1998) determinó que los hombres prestaban más atención a su propia victimización, como posible justificación de sus agresiones, y las mujeres no atendían a las agresiones físicas sufridas. También es posible, que las mujeres tiendan a sentirse culpables por lo sucedido y le den mayor importancia (Ferrer y Bosch, 2005).

Así, las agresiones de los hombres son más inaceptables socialmente mientras que las agresiones de las mujeres se consideran menos graves, por ello los hombres informarían de una menor cantidad y gravedad de episodios agresivos (Archer, 2000a; Arias et al., 1987; Flynn, 1990b). En contraste, en el estudio de Deal y Wampler (1986) encontraron que las agresiones femeninas se maximizaban por parte de los hombres y se minimizaban las agresiones masculinas por parte de las mujeres debido a que en nuestra sociedad patriarcal es más probable que no se recuerden las agresiones masculinas y sí las femeninas, ya que no concordaría con los estereotipos sexistas de la sociedad.

La violencia en las relaciones de pareja se ha enfocado como una violencia derivada de la relación interpersonal, teniendo en cuenta las personas que la ejercieron, que la sufrieron y la relación entre ambas. Este análisis nos puede permitir conocer los mecanismos en los que se asienta la violencia y así poder intervenir de la mejor manera para frenarla (Alcázar y Gómez-Jarabo, 2001). La existencia de una estrecha relación entre el considerarse perpetrador/a y víctima a la vez. Específicamente, en cuanto a la agresión física leve, el 28% de las mujeres y el 26,7% de los hombres relataron haber ejercido y recibido al mismo tiempo este tipo de agresión en sus parejas.

Asimismo, los porcentajes obtenidos para mujeres y hombres en las tácticas dominantes alcanzaron el 46,1% y el 47%, respectivamente. Este dato alcanza mayor significación si se observa la agresión verbal, llegando a porcentajes cercanos al 92% de los jóvenes que se declaran tanto perpetradores como víctimas al mismo tiempo. Además, es importante puntualizar que un patrón de agresiones bidireccionales va asociado con un mayor número de agresiones y de consecuencias más negativas en comparación con un patrón de agresiones unidireccionales (Fernández-Fuertes, 2004; Gray y Foshee, 1997).

CONCLUSIONES

Cuando un adolescente sufre de algún tipo de violencia manifiesta ansiedad como estado y depresión en niveles altos, sin embargo, la ansiedad como rasgo es baja, posee una autovaloración inadecuada y sus necesidades giran en torno a su seguridad, autor relación y afecto o estima Ciclo de la Violencia en el Noviazgo. El patrón de abuso que sufren mujeres jóvenes en una relación de pareja es similar al que sufre una mujer maltratada adulta. La violencia generalmente se presenta en un ciclo en el que tanto el hombre como la mujer se encuentran atrapados.

Esta situación ocurre en cuatro fases donde se inician a manifestar los insultos, reproches, escenas de celos, burlas, malestares constantes, sin embargo, llega un momento en el que esta situación se sale de control y se llega al estallido o explosión donde ambas partes manifiestan insultos, golpes, amenazas, rupturas de objetos, distanciamiento. Por otro lado, se llega a un punto donde en la pareja existe el arrepentimiento, se manifiestan expresiones de perdón, promesas, cambios de actitud, regalos que muchas veces les hacen creer que están en su mejor momento cuando esto no es del todo una verdad, cuando nos encontramos ante una relación donde la violencia persiste, este ciclo se repite, una y otra vez, donde la relación va construyendo una espiral y el período de duración entre las diferentes etapas es más rápido, modificándose el grado de violencia día con día.

Para ponerle un alto a la violencia en las relaciones de noviazgo es necesario entender cómo se desarrolla dentro de una relación, para lograr actuar a tiempo y aplicar el autocuidado, recordemos que el autocuidado también es un acto revolucionario y que todas las mujeres deberíamos estar preparadas para actuar ante cualquier situación de violencia. Se entiende que el círculo de violencia se presente en forma cíclica sin embargo es importante que se aprenda a tomar la decisión de alejarte en el momento más prudente, no se debe permitir una humillación y otra más pensando que esa será la última vez.

SUGERENCIAS

Entre los mejores consejos sobre cómo prevenir la violencia en el noviazgo, se encuentran los siguientes: Promover el respeto. En la prevención de noviazgos violentos es importante poder promover el respeto como un elemento imprescindible para llevar una relación sana. Para evitar la violencia perpetrada es necesario escuchar y creer cuando una mujer comparte su historia de violencia, enseñar a las próximas generaciones a fortalecer el autocuidado, exigir servicios adecuados para los sobrevivientes, debe haber refugios y líneas de atención, evitar el machismo

La violencia verbal – emocional se puede evitar identificando a tiempo signos del abuso emocional, prestar atención en los intentos de humillación, abandonar una relación abusiva, reconocer que la relación es poco saludable, solicitar ayuda de inmediato si estas en peligro, ayudar a otra víctima comunícate con ella, menciona tus inquietudes. ¿Qué se puede hacer para evitar la violencia física? aumentar las relaciones sanas, estables y estimulantes entre los niños y sus padres o cuidadores, desarrollar habilidades para la vida en los niños y los adolescentes, reducir la disponibilidad y el consumo nocivo de alcohol, restringir el acceso a las armas de fuego, las armas blancas y los plaguicidas.

La violencia relacional se evita de este modo: Si no te sientes seguro, feliz o tranquilo al lado de tu pareja, lo mejor que puedes hacer por ti y para evitar la violencia en su relación es alejarte. No solo en el momento, sino también darte tu espacio para que las cosas se calmen y se aclaren los sentimientos. Quedarte y “aguantar” no es amor. Las mujeres perciben que hacen más violencia y reciben menos mientras que los hombres reciben más violencia a la que ejercen.

Las soluciones de conflicto: Cuando los conflictos se produzcan entre personas, es decir, sean interpersonales, tenemos también técnicas de resolución pacífica que se puedan aplicar: negociación, conciliación, arbitraje y mediación. Para tales casos el asertividad nos ayuda a no dejarnos nada importante en el tintero y a expresar cómo nos sentimos siempre que eso sea importante, y a pesar de saber que eso

puede molestar a quien escucha. La clave está en lograr un equilibrio entre la defensa del propio punto de vista y el respeto por el otro.

Los conflictos de pareja tienen sus respectivas soluciones siempre que ambas partes decidan colaborar utilizando una comunicación efectiva entre ambos, respetándose mutuamente y respetando los espacios de cada uno, tal vez algunas parejas requieran asistir a terapia, pero antes de dar ese paso traten de dar solución a sus problemas emocionales y después deciden si necesitan ayuda profesional, conforme pasa el tiempo las relaciones se pueden ir mejorando, es importante recordar que la vida en el noviazgo tiene sus altas y sus bajas pero cada uno es responsable de cómo va a reaccionar.

REFERENCIAS

Alberdi, I y Rojas Marcos, L. (2005) *Violencia: tolerancia cero*. Barcelona: Obra Social. Fundación La Caixa.

Anceschi, A (2009) *La violenza familiare: aspetti penali, civil e criminologici*. Torino: G. Giappichelli.

Antona, A. B., y Alaez, M. (2003). *Adolescencia y Salud*. *Papeles del Psicólogo*, 84, 45-53.

Assessment, 13, 277-293. Wolfe, D.A., Scott, H., Wekerle, C. y Pittman, A.L. (2001). *Child maltreatment: risk of adjustment problems and dating violence in adolescence*. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 40(3), 282-289.

Barahona, A. J. (2006) *El origen mimético de la violencia*. Jornadas universitarias JAES 2006. *Acoso escolar: propuestas educativas para su solución*. UNED- Madrid, 21 y 22 de abril.

Barilari, S. (2009). *Hacia la prevención de noviazgos violentos*. Recuperado el 08 de febrero de 2012, de sitio Web: http://www.ecapsocial.com.ar/files/Noviazgos_Violentos.pdf

Becerril, C. y González, R. (2003). *La comunicación y sus estilos que existen en una relación de noviazgo*. Tesis Licenciado en Psicología. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.

Blázquez, M., Moreno, J. M. y García-Baamonde, M. E. (2009). *Estudio del maltrato psicológico, en las relaciones de pareja, en jóvenes universitarios*. *Electronic Journal Of Research in Educational Psychology*, 7 (2), 691-714

Burin, M. y Meler, I. (2000). *Varones. Género y subjetividad masculina*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Calabrese, E. (1997) "La Violencia en el hogar" Leviatán, Revista de hechos e ideas, II Época, nº 69 Madrid, España.

Comezaña, K. (2006). Violencia y negociación en estudiantes enamorados con instrucción superior. (Documento en sitio web) Recuperado de http://www.aristidesvara.net/pgnWeb/tesis/licenciatura/violencia_negociacion/Articulo_tesis%20licenciatura.pdf

Cortés-Ayala, L., Flores, M., Bringas, C., Rodríguez-Franco, L., López-Cepero, J. y Rodríguez-Díaz, F. J. (2015). Relación de maltrato en el noviazgo de jóvenes mexicanos. Análisis diferencial por sexo y nivel de estudios. *Terapia Psicológica*, 33, 5-12. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082015000100001>

Díaz-Aguado, M. J. (2004) Prevención de la violencia y la lucha contra la exclusión desde la adolescencia. La violencia entre iguales en la escuela y en el ocio. Vol. 2. Programa de intervención y estudio experimental. Madrid: Instituto de la Juventud. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

Doltó, F. (1995). "Palabras para adolescentes o el complejo

Fernández- Alonso, M^a C. (Ed) (2003) *Violencia Doméstica*. Grupo de Salud Mental del PAPPS de la semiFYC. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.[versión electrónica]
http://www.msc.es/ciudadanos/violencia/docs/VIOLENCIA_DOMESTICA.pdf.

Fernández-Fuertes, A. A., Fuertes, A. & Pulido, R. F. (2006). Evaluación de la violencia en las relaciones de pareja de los adolescentes. Validación Del Conflict in Adolescent Dating Relationships Inventory (CADRI) -. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(2) 339-358.

Freud, A. (1992). El desarrollo adolescente. En *Psicoanálisis del desarrollo del niño y del adolescente*. Barcelona-España: Paidós.

González-Ortega, I., Echeburúa, E. y Corral, P. (2008). Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes: Una revisión. *Behavioral Psychology*, 16, 207-225.

Gorjón B., M. C. (2010) La respuesta penal frente al género. Una revisión crítica de la violencia habitual y de género. Tesis doctoral digigida por Gómez de la Torre, I. B. Salamanca: Universidad de Salamanca.

Hernández, Paola. (2022, 28 febrero). Tipos de noviazgo: definición y características de los 15 tipos de novios o relaciones de pareja más comunes

Jouriles, E. N., Garrido, E., Rosenfield, D. y McDonald, R. (2009). Experiences of psychological and physical aggression in adolescent romantic relationships: Links to psychological distress. *Child Abuse and Neglect*, 33, 451-460. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chiabu.2008.11.005>

Mañas, C., Martínez, A., Esquembre, M., Montesios, N., & Gilar, R. (2012). Exploración de la violencia en las relaciones de pareja de jóvenes universitarias/os. Recuperado de <http://web.ua.es/es/ice/jornadasredes-2012/documentos/posters/245605.pdf>

Martínez, J. A. y Rey, C. A. (2014). Prevención de violencia en el noviazgo: Una revisión de programas publicados entre 1990 y 2012. *Pensamiento Psicológico*, 12, 117-132. <http://dx.doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI12-1.pvnr>

Moreno F., A (2008) “La violencia en la pareja: de las desigualdades al abuso” en García-Mina F., A. (Coord.) (2008) Nuevos escenarios de violencia. Reflexiones Comillas Ciencias Sociales I. Madrid: Universidad Pontificia Comillas de Madrid.

Pakaslati, L. y Keltinkangas, J. (1997). The relationships between moral approval of aggression, aggressive problem solving strategies and aggressive behavior in 14 years old adolescents.

Pan, H.S., Neidig, P.H. y O'Leary, K.D. (1994). Male-female and aggressor victim differences in the factor structure of the Modified Conflict Tactics scale. *Journal of Interpersonal Violence*, 9, 366-382.

Parrot, A. y Bechhofer, L. (1997). *Acquaintance rape: The hidden crime*. New York: Wiley.

Pederson, P. y Thomas, C.D. (1992). Prevalence and correlates of dating violence in a Canadian University sample. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 24, 490-501.

Quiroga, S., (2004). *Adolescencia: del goce orgánico al hallazgo de objeto*. Buenos Aires: U.B.A

Rubio-Garay, F., López-González, M. A., Saúl, L. A. y Sánchez-Elvira-Paniagua, A. (2012). Direccionalidad y expresión de la violencia en las relaciones de noviazgo de los jóvenes. *Acción Psicológica*, 9, 61-70. <http://dx.doi.org/10.5944/ap.9.1.437>

Ruiz, I. (2007). *Violencia contra la mujer y salud*. (Documento en sitio web) Recuperado de http://www.msc.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/04modulo_03.pdf

Smith, P.H., White, J.W. y Holland, L. (2003). A Longitudinal perspective on dating violence among adolescent and college-age Women. *American Journal of Public Health*, 93(7), 104-110

Straus, M.A. y Gelles, R.J. (1986). Societal change and change in family violence from 1975 to 1985 as revealed by two national surveys. *Journal of Marriage and the Family*, 48, 465-479.

Trujano, P., Martínez, A. E. y Camacho, S. I. (2010). Varones víctimas de violencia doméstica: un estudio exploratorio acerca de su percepción y aceptación. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 6 (2), 339-354

Valdéz, J. (2008). Los roles contemporáneos de los hombres y las mujeres en México. En D.- L. Rolando, *Etnopsicología mexicana. siguiendo la huella teórica y empírica de DíazGuerrero* (págs. 96-122). México: Trillas

Valdivia, M. P. y González, L. A. (2014). Violencia en el noviazgo y pololeo: una actualización proyectada hacia la adolescencia. *Revista de Psicología*, 32 (2), 330-355.

Vázquez, V. & Castro, R. (2008). ¿Mi novio sería capaz de matarme? Violencia en el noviazgo entre adolescentes de la Universidad Autónoma Chapingo, México. *Lationoam. Cienc.soc.niñez juv*, 6(2), 709-738.

Verdú, A. D. (2013). Género y conflicto en las relaciones de pareja heterosexuales: La desigualdad emocional. *Cuestiones de Género: de la Igualdad y la Diferencia*, 8, 165-181. <http://dx.doi.org/10.18002/cg.v0i8.884>

Violencia contra las Mujeres (2003). Un reto para la salud pública en México. Informe Ejecutivo de la Encuesta Nacional de Violencia contra las Mujeres. nes. Cinco Noticias <https://www.cinconoticias.com/tipos-de-noviazgo/> .

Violencia contra las Mujeres (2003). Un reto para la salud pública en México. Informe Ejecutivo de la Encuesta Nacional de Violencia contra las Mujeres.

Vizcarra, M. y Póo, A. (2011). Violencia de pareja en estudiantes universitarios del sur de Chile. *Universitas Psychologica*, 10 (1), 89-98.

Watson, T.N. (2005). Issues of intent and injury: A comparative analysis of gender differences in AfricanAmerican college students' perceptions of dating violence. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 65(7-B), 3732.

Weisz, A.N. y Black, B.M. (2001). Evaluating a sexual assault and dating violence prevention program for urban youths. *Social Work Research*, 25(2), 89-99.

Wekerle, C. y Wolfe, D.A. (1998b). The contribution of a history of child maltreatment and adolescent insecure attachment style to adolescent dating violence. *Development and Psychopathology*, 10, 571-586.

Wolfe, D.A., Scott, K., Reitzel-Jaffe, D., Wekerle, C., Grasley, C. y Pittman, A.L. (2001). Development and validation of the conflict in adolescent dating relationships inventory. *Psychological*