

Sexo que hiere

Entender, prevenir y enfrentar la violencia
sexual entre adolescentes

Francisco Fernández
y Mónica Gamboa



ÍNDICE

Introducción	11
Capítulo 1. ¿De qué hablamos cuando hablamos de violencia sexual entre jóvenes?	17
Capítulo 2. Aterrizar la teoría en el mundo	21
Capítulo 3. La cultura que sostiene la violencia sexual	37
Capítulo 4. Detección de la violencia sexual y posibles efectos	95
Capítulo 5. Prevención y educación	103
Capítulo 6. Intervención y apoyo básicos	137
Capítulo 7. Crear juntos un espacio de cuidado	149
Bibliografía	153
Acerca de los autores	159

Capítulo 1

¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE VIOLENCIA SEXUAL ENTRE JÓVENES?

Hay temas incómodos, temas dolorosos, temas de los que preferiríamos no saber y, sin embargo, están ahí, cercanos. Enfrentarlos supone conocerlos. Intentémoslo entonces. ¿De qué estamos hablando cuando nos referimos a la violencia sexual? Empecemos por aclarar algunos términos que nos permitan entender mejor y tener una mirada más amplia.

La violencia sexual

La Organización Mundial de la Salud (Jewkes *et al.*, 2002) define la *violencia sexual* de la siguiente forma: “Todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de esta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo”.

Detengámonos en esta definición: la violencia sexual no se limita a la penetración u otros actos sexuales, que sería lo más evidente; también hay violencia en las tentativas, comentarios, insultos, amenazas, intimidación e insinuaciones. De hecho, puede haber violencia sexual aún sin contacto físico alguno. Hay violencia cuando no se respetan los límites del otro, cuando se atenta contra su privacidad, cuando se expone al otro o la otra

a material pornográfico o a observar partes del cuerpo o actos sexuales, cuando se vulnera el derecho a decidir voluntariamente acerca de su vida sexual o reproductiva. Actualmente hay también una violencia sexual que se ejerce desde lo digital. En la definición se habla de coacción, pero se podría agregar la manipulación o cualquier otra situación en la que alguien ejerce su poder sobre el otro u otra.

El tema del poder es central. Hoy sabemos que en casi todos los casos, la violencia sexual y otras formas de violencia se sustentan en una diferencia de poder entre quien violenta y quien es violentado. En la violencia sexual se somete al otro o a la otra haciendo uso de poder. Este poder puede ser físico, intelectual, económico, social o de cualquier tipo. Cuando en una sociedad unos detentan el poder sobre otros hay riesgo de violencia. Cuanto más inequitativo sea el ejercicio del poder, el riesgo aumenta más. Lo repetimos: la violencia sexual y otras violencias son unas de las formas más agresivas de ejercer el poder de unos que someten a otros.

Normalmente, cuando hablamos de violencia sexual pensamos en algunas de sus expresiones más evidentes: violación, abuso, hostigamiento y acoso. Aclaremos cómo suele definirse cada una:

La *violación* es penetración sexual forzada, ya sea vaginal, oral o anal. La fuerza puede ser física pero también psicológica, en donde la persona que sufre este acto no tiene otra opción que acceder a él. La violación también puede incluir situaciones en las que la persona agredida esté bajo los efectos del alcohol, drogas, pero también dormido o dormida, inconsciente, o por cualquier otra razón no puede consentir. La violación puede ser hecha por una parte del cuerpo o un objeto. Hay que aclarar que también existe la violación marital, cuando se obliga a la pareja a tener sexo sin su consentimiento.

Llamamos *abuso sexual* a cualquier contacto sexual no deseado. Ocurre cuando alguien fuerza o presiona física o emocionalmente a otra persona a tener alguna práctica sexual que no incluya penetración. Hablamos de tocamientos, que alguien obligue a otra persona a mirar, tocar, escuchar actos sexuales, órganos sexuales o pornografía.

El *hostigamiento sexual* consiste en cualquier acto en el que el agresor se vale de su posición jerárquica derivada de una relación laboral, docente, doméstica, o cualquier otra que genere subordinación, para molestar repetidamente a cualquier persona con fines sexuales.

El *acoso sexual* consiste en asediar mediante conductas de naturaleza sexual a otra persona, ya sea de forma verbal, física o virtual, aprovechándose de cualquier circunstancia que le produzca desventaja o indefensión.

Capítulo 3

LA CULTURA QUE SOSTIENE LA VIOLENCIA SEXUAL

La cultura de la violencia

La violencia de género crece, parece imposible de combatir, se nos escapa de las manos y por eso es un tema que cada vez preocupa a más personas y grupos. La violencia de género es consecuencia de las desigualdades sociales entre mujeres y hombres. Estas desigualdades son generadas y sostenidas por el sistema en el que crecimos, todas y todos. Las aprendimos como si fueran normales. Nos dijeron también que esto era parte de nuestra naturaleza, pero hoy sabemos que no es así, que los roles de género son aprendidos socialmente y están muy lejos de ser características innatas o naturales.

Todas las personas somos parte de ese sistema, en él vivimos y seguimos sus reglas en mayor o menor medida. No es raro que al hablar del machismo o el sistema patriarcal, se escuchen comentarios de personas que afirman que la desigualdad está superada, que ya no existe, que mujeres y hombres, hoy en día, tenemos las mismas oportunidades. Desafortunadamente estamos muy lejos de que esto sea una realidad, aunque es verdad que algunas cosas en este tema están cambiando.

Si atendemos a los cambios positivos, podemos ver logros importantes en el reconocimiento de los derechos de las mujeres, a nivel de leyes, de políticas públicas y de discursos institucionales. Cada vez hay más espacios donde se trabaja en la búsqueda de condiciones de igualdad para mujeres

y hombres. Esta carrera avanza todos los días con el trabajo arduo de muchas personas, sin embargo, esta conciencia no ha llegado aún de manera palpable a todos nuestros espacios sociales y esto hace que la violencia de género no haya disminuido, por el contrario, las noticias alrededor del tema suelen ser alarmantes.

El trabajo de las leyes y las normas institucionales debe hacerse también en los espacios sociales, las familias, las escuelas y las comunidades, pero lograr cambios positivos en todos estos niveles es un proceso lento, tanto, que la violencia hacia las mujeres sigue siendo como un gigante imposible de vencer.

Para entender el por qué de la violencia hay que revisar cómo nos hemos construido mujeres y hombres y los aprendizajes de género que guían nuestras conductas. La violencia sexual no está separada de la violencia de género, de hecho, ambas funcionan bajo los mismos principios. Podemos afirmar con seguridad que el problema de la violencia sexual es un problema de género, porque alrededor de 98% de los agresores sexuales son hombres y 99% de las víctimas son mujeres o niños. ¿Por qué sucede así?, la respuesta no es sencilla, hay muchísimos factores que influyen en esto, pero vale la pena tratar de entender el mecanismo de la violencia porque solo así podremos desarmarlo y buscar alternativas distintas.

Como habíamos mencionado, esta lista de acciones violentas y muchas otras más se sostienen y persisten en un sistema que las permite y las promueve. Lo grave, pero al mismo tiempo esperanzador, es que este sistema lo construimos también nosotras y nosotros. En este sistema nacimos y crecimos, aprendimos bien sus reglas y todos los días hacemos cosas para fortalecerlo, para que no cambie. Así, aprendimos cómo debemos comportarnos, lo que se espera de cada quién y sobre todo cómo diferenciarnos claramente unas de otros, como si fuéramos contrarios, el sexo opuesto se suele llamar, y esto ha contribuido a que nos vivamos muy distintos cuando en realidad no lo somos tanto, ser opuestos o contrarios nos vuelve un poco contrincantes, nos pone en competencia, en lucha y esto favorece la violencia.

Para cambiar las partes de este sistema que sostienen la violencia en general y la violencia sexual en particular, lo primero es poder mirarlas. Muchas veces esto no es sencillo porque la violencia de género está normalizada, es decir está tan metida en nuestra vida diaria y es tan frecuente y tan común que muchas veces ni la notamos, nos parece “normal”, algo que así es, que así fue y que no puede cambiar. Pero la violencia no será nunca algo normal. Algo podemos hacer, desde donde estamos, para erradicarla. Lo importante es saber cómo.

El poder dentro del sistema

La sociedad en la que vivimos jerarquiza a las personas. Desde nuestros primeros años aprendemos sobre esta distribución diferenciada del poder, por lo que vivimos en la casa y en el mundo. Que unas personas valgan más que otras, tengan mayor reconocimiento, admiración y aceptación que el resto es parte de este sistema en el que todas y todos aprendimos a movernos y a funcionar. Muchas de las acciones que emprendemos en nuestra vida tienen que ver precisamente con tener un mayor puesto en esta jerarquía. Estudiar, ganar dinero, mantenernos en forma, tener prestigio, son algunas de las cosas que hacemos para subir en esta escala jerárquica; sin embargo, muchísimas de las características que nos otorgan poder no se logran por méritos personales, sino que están dadas desde nuestro nacimiento: el color de nuestra piel, el estatus económico de la familia en la que nacimos, nuestra apariencia física y, por supuesto, también nuestro género y orientación sexual.

En nuestra cultura, en este sistema del que formamos parte, tener poder es muy importante, las características con las que nacemos nos dan privilegios y desventajas que son las fichas con las que jugaremos. El juego se trata de ganar puestos hacia arriba en esta escalera social. Algunas personas tienen fichas que les permitirán un mejor lugar y otras, por más que se esfuerzen, les será muy difícil alcanzar un buen puesto. Esta es una condición estructural, es decir, la sociedad funciona de esta manera, no se trata de quién lucha más o se esfuerza para destacar. Nuestro éxito, poder y reconocimiento social dependerá sobre todo de los privilegios con los que nacimos, del medio en el que crezcamos, de nuestro género y, solo un poquito, de nuestros méritos personales. Hay características que tienen mayor reconocimiento social que otras, atributos que abren oportunidades y generan mayor respeto y otros que los dificultan; el género es solamente uno de estos, de manera que los hombres en general suelen tener más privilegios y mayor poder que las mujeres; las personas con piel blanca más que quienes tienen rasgos indígenas y las personas heterosexuales más que las homosexuales. De manera que una mujer indígena lesbiana, tendrá más dificultades para ser reconocida y tener éxito socialmente que un hombre blanco heterosexual. No son fórmulas rígidas e infalibles, pero sí generan tendencias hacia los privilegios o la opresión. Estas características interactúan con las normas del mundo y definen el reconocimiento y el poder que cada una de las personas tendrá.

Hay espacios en los que esto se aprende. El primero es la familia, sin duda. Ahí nacemos, vivimos nuestros primeros años, recibimos mensajes a

través del lenguaje y de las actitudes cotidianas. La escuela es otro espacio central en este aprendizaje, en esta aprendemos no solo a leer y escribir, sino también cómo debemos competir para ganar un mejor puesto; nos enseñan el sistema de los premios y los castigos, a dejar a los otros atrás para obtener el primer lugar.

Trabajé muchos años con maestras y maestros de escuelas de educación pública en México, en un proyecto de educación para la paz en el que se promovía la reflexión sobre el poder, la competencia y la violencia al interior del sistema educativo. Buscábamos plantear alternativas educativas sin violencia y menos jerárquicas, pero una y otra vez nos topamos con la misma pared: las maestras y los maestros estaban de acuerdo, incluso podían sentirse emocionados y motivadas con la iniciativa, pero creían que sería muy difícil implementar estas medidas, su argumento era que las autoridades no lo permitirían de ninguna manera. Esto nos revelaba una gran contradicción: las personas en el poder nos contrataban para trabajar el tema de reducción de la violencia en el sistema escolar y al mismo tiempo no estaban dispuestas a participar en los cambios que implicaran una distribución del poder más justa, como si el problema fuera solo de las demás personas y no de ellas y ellos.

Este es un error común: mirar y señalar la violencia de otros y otras y no la mía, no la forma en la que yo participo en esa coacción. Todas y todos, desde nuestros lugares y como parte del sistema, contribuimos de alguna manera a que la violencia se mantenga.

La violencia está sostenida por el abuso de poder, lo que significa que para erradicarla, las personas que tienen mayor poder tendrían que renunciar a una parte del mismo a cambio de mayor equidad y espacios más justos, no obstante, ¿qué difícil que los socialmente poderosos accedan a ceder un poco de su poder!

Desde la lógica de los sistemas verticales que funcionan con unas pocas personas arriba y muchas abajo, la energía individual tiene que estar puesta en el trabajo duro que permita escalar puestos, tener mejores condiciones de trabajo y gente a cargo para tratarla tan mal como fuimos tratados. Se trata de una exigencia social: competir, ganar a otras u otros, destacar, agradar a quienes están arriba para lograr privilegios, ser mejor que las compañeras y compañeros.

¿No es la escuela un ejemplo de esto? Sacar mejores calificaciones que los demás, ganar la aprobación de las maestras y maestros, ser la mejor en deportes o en matemáticas, el que mejor escribe, la más bonita... una competencia continua en la que muchos y muchas se quedan atrás. La escuela

se encarga de que nos quede claro de qué va el sistema: ganar y recibir estrellitas en la frente que, en la vida adulta, se convertirán en poder y dinero.

¿Queda claro cómo este sistema favorece la violencia? Quizá la escuela no nos enseña a golpear al otro, pero sí a superarlo, a dejarla atrás, a ver como competidores a los estudiantes. Pensemos en la experiencia emocional, en lo que nos pasa adentro a todas y todos en estas circunstancias. Escuchamos que obtener el primer lugar del cuadro de honor nos va a hacer más felices, que trabajar duro y subir más que las y los demás va a sentirse bien porque traerá el reconocimiento de las personas a nuestro alrededor.

Crear que la felicidad y la realización están ahí ya es una idea bastante cuestionable, pero qué pasa con los millones de niñas y niños que nunca estarán hasta arriba, que están en medio o abajo, que no van a destacar en deportes ni en calificaciones, no porque no quieran sino por las condiciones de sus contextos; además son la mayoría. También aprendimos que no ganar es ser mediocres, nos dijeron que eso no está bien y no deberíamos sentirnos conformes con nosotras mismas. Con estas reglas del juego académico y emocional vivimos —si hemos tenido el privilegio de estudiar— muchos años de escuela y formación.

Destacar individualmente se vuelve la única opción, sentirnos en desventaja en un mundo que funciona bajo estas reglas puede resultar muy estresante y causar desesperación. Ahora, juntemos esta exigencia con los aprendizajes de género para tener mayor claridad sobre algunos elementos de la sociedad violenta en la que vivimos. Si bien todas y todos aprendemos acerca de la competencia, las exigencias sociales alrededor de esta son distintas para hombres y para mujeres.

Los hombres, ellos mucho más que nosotras, no pueden estar abajo porque eso pone en duda su masculinidad, su ser hombres: la sola idea de sentirse en desventaja frente a una mujer puede llegar a ser insoportable, más cuando han aprendido que las mujeres son más débiles, menos inteligentes y que dependerán de ellos económica y afectivamente. Les enseñaron que son o serán cabeza de familia y deberán guiar su relación de pareja y protegerla a ella y a sus hijos. Ellos son responsables de la seguridad de “sus mujeres” y cuando esto se pone en duda, cuando no son capaces de cumplir con todos estos mandatos, su poder se tambalea y como no hay posibilidad para ellos de estar en este mundo sin poder, harán todo lo que esté en sus manos para reafirmarlo, incluso recurrir a la violencia para recuperarlo —muchas veces con aceptación social—. Al menos en parte, por eso son los hombres quienes con mucho más frecuencia ejercen la violencia.

No es extraño que los hombres recuperen su poder generando miedo a su alrededor. Muchas veces he trabajado en el consultorio con personas adultas que hablan del miedo que sentían cuando su papá se enojaba y las consecuencias emocionales que esto les ha acarreado toda la vida.

Es difícil conservar el poder sin generar miedo porque, aunque las mujeres aprendemos a acomodarnos a las necesidades de los hombres, a ceder y a existir para servirles, con frecuencia sentiremos la incomodidad de ese rol y se despertará nuestro enojo. Así lo afirma Ana de Miguel en su libro *Ética para Celia* (2021): “aprendió a ser manos invisibles pero cariñosas y sobre todo, que no piden nada, no demandan reciprocidad. Hasta que esa persona comienza a estar ya siempre enfadada”. La autora hace alusión a la idea de Flora Tristán de que “el ser humano no tolera bien el sometimiento, siempre se termina rebelando de forma directa o indirecta”.

Muchas veces, ante la resistencia y el reclamo de las mujeres, el recurso masculino más a la mano es la violencia, mucho más que el diálogo, la empatía o la resolución del conflicto. La violencia inhibe la acción de quien la recibe y, cuando esto es constante, el miedo es una emoción que apaga la rebeldía y permite que quien está en el poder pueda conservarlo.

Rita Segato introduce un elemento distinto e igualmente importante en la comprensión de los mecanismos que perpetúan la violencia; habla de la construcción del patriarcado y lo asemeja a una corporación. Su libro *Las estructuras elementales de la violencia* (2003) es una investigación en la que hace entrevistas a hombres violadores y encuentra dos características elementales que sostienen dicha corporación: la primera y la más importante es la lealtad a la corporación; es decir, el valor principal y el que se va a defender ante todo es la lealtad a ese grupo. Detrás de las violaciones, dice Segato, no hay un sujeto, sino que hay un hombre que está rindiendo cuentas (a otros hombres), haciendo puntos frente a otros para pertenecer. La otra característica que sostiene la corporación es la jerarquización de la que hemos hablado. Hay una dinámica de la masculinidad donde importa subir, ganar puntos, escalar socialmente y una forma social de conseguirlo es a través de la violencia sexual, que es un símbolo de lealtad al grupo.

Segato afirma que la violencia de los hombres ha aumentado por la forma en la que funciona el sistema capitalista que, al centrarse en los medios de producción y en la propiedad privada, les ha quitado soberanía, exigiéndoles que trabajen para alguien más. No son libres ni dueños de sí mismos sino que pertenecen a un jefe y responden a ciertas necesidades de crecimiento y producción de una empresa; esto provoca una sensación de falta de autoridad, esa autoridad que históricamente tenían pero que hoy han

perdido, de manera que la situación de la violencia contra las mujeres es un movimiento, un gesto, en busca de obtener poder, recuperar su soberanía y demostrar su masculinidad.

Suma de factores

En resumen, algunos de los factores que contribuyen a la violencia son: *a)* la vulnerabilidad, que puede volverse muy incómoda por las creencias y exigencias de género, *b)* el mandato de tener que ser quien lleva las riendas y tiene el control, *c)* las ideas de que las mujeres son más débiles o inferiores, *d)* un entorno que pondrá en duda su hombría, *e)* la lealtad y la necesidad de pertenencia a otros grupos de hombres, *f)* la sensación de tener derecho sobre el cuerpo y la vida de otras. Todo lo anterior da como resultado la violencia brutal de género en la que vivimos y, por supuesto, la violencia sexual, que es una de sus manifestaciones.

No caigamos, sin embargo, en la tentación de pensar esto como un problema de los hombres violentos que ellos solos deben resolver. El problema está en el sistema en el que también las mujeres participamos. Un sistema que está por encima de todas y todos o, mejor dicho, en el que estamos inmersos. Para que esta violencia de género pueda ocurrir se necesita que los hombres afirmen su poder con violencia pero también que las mujeres asuman su “rol de inferioridad”, que tengan miedo de defenderse, que aguanten el maltrato por “amor”. Es aquí donde es necesario mirar críticamente las ideas sobre el amor romántico que son también una herramienta eficaz para sostener el sistema y para favorecer la violencia.

Para las mujeres no suele ser tan importante estar arriba o tener el poder, aunque cada vez hay más conciencia de la incomodidad de estar en una situación de explotación e injusticia y cada vez hay más mujeres levantando la voz por condiciones más justas dentro de las casas, en los espacios laborales y en las calles. Si el poder y el estar arriba no es lo más importante para nosotras, ¿qué es lo que da sentido a nuestra vida? Nosotras no aprendimos que debemos tener el control sobre los otros, lo que aprendimos —y lo que nos pone en riesgo— sin que muchas veces lo notemos, son las ideas alrededor del amor romántico al que dedicaremos un capítulo aparte.

El sistema patriarcal y capitalista son mucho más amplios y complejos de lo que aquí hemos dicho; algunos elementos se tocarán en capítulos posteriores y otros quedarán fuera, por lo tanto es interesante leer a distintos autores que han hecho análisis profundos y brillantes sobre el tema.

En consecuencia, urge una educación emocional que permita a las y los jóvenes cuestionar estos patrones de género aprendidos, en la que ellos pierdan el miedo a la vulnerabilidad y a sentir y ellas aprendan a tomar la palabra y expresar sus necesidades y deseos. En el fondo, siempre está el poder y cómo se distribuye, por eso es necesario hablar del mismo con alumnas y alumnos, con hijas e hijos. Hablar sobre el daño que hace la violencia y sobre el daño de desconectarnos de nuestras emociones. Necesitamos una educación que nos ayude a mirar la complejidad de este sistema y a encontrar alternativas de mayor respeto y ternura en nuestras relaciones.

La adolescencia y la juventud temprana son etapas en las que nuestras formas de relacionarnos cambian, como si fuera un periodo de ensayo, cuando damos los primeros pasos en el terreno sexual, una etapa de aprendizajes muy importantes alrededor de cómo queremos relacionarnos con otros y otras y cómo nos sentimos ante cada situación que los diferentes vínculos nos ponen frente. Es una etapa de autoconocimiento y de conocimiento de los otros y otras. Es aquí donde los aprendizajes de género absorbidos como verdades durante la infancia tienen la oportunidad de ponerse en juego en vínculos reales de amistad o de pareja. Por esta razón es indispensable contar con espacios de mucha confianza, en casa o en la escuela, para tener la posibilidad de cuestionar lo aprendido, reconocer las emociones nuevas e identificar formas de relación que signifiquen crecimiento y placer y, sobre todo, para aprender a identificar la violencia y las formas de apagarla y mantenerla fuera de cualquier vínculo. Hablaremos más adelante de acciones específicas sobre este tema.

Los peligros del amor romántico

¿Cómo es posible que el amor se vuelva un peligro si es uno de los sentimientos más preciados y buscados que tenemos? El amor nos llama, es atractivo en cualquiera de sus formas, nos movemos hacia él, lo necesitamos y cuando sentimos que nos falta, la vida pierde su brillo. No es sencillo definirlo, no podríamos describir exactamente cómo se siente ni qué es, pero cuando hablamos de él, parece que todas y todos supiéramos de qué se trata, a qué nos referimos. Cada persona lo ha experimentado de una u otra forma. Es algo positivo y necesario, entonces, ¿por qué esta reciente tendencia a criticarlo, a destruirlo, a encontrar las inconsistencias y los riesgos?

Primero, es importante distinguir entre el sentimiento de amor, que es la capacidad humana de sentir un afecto especial hacia alguien que se

vuelve importante en nuestra vida; el amor nos lleva a poner más atención en algunas personas, a buscar su bienestar y a cuidarlas. No es este amor el que resulta peligroso, sino aquel que aprendemos a través de miles de mandatos y normas que nos marcan cómo debemos ser y cómo relacionarnos cuando alguien nos gusta, lineamientos que nos dictan cómo debemos querer, qué debemos esperar de la otra persona y qué nos debe doler en los vínculos amorosos dependiendo de si somos mujeres u hombres. Este amor, más que un sentimiento, está compuesto de ideas, principios, expectativas aprendidas, pero estas se mezclan con nuestras emociones, de manera que se vuelve una tarea muy difícil separarlos, así que lo que sentimos cuando nos enamoramos o amamos a alguien de manera romántica, es una especie de fusión de sentimientos y deberes, de sensaciones y reglas, de emociones y obligaciones.

Por ejemplo, una idea que aprendemos alrededor del amor es que nuestra pareja deberá ser la personas más importante en nuestra vida, debe ser siempre una prioridad. Pensemos en una pareja que se quiere; en varias ocasiones, ella le dice a él que no podrá verlo porque va a salir con sus amigas. Es probable que si esto se repite, él comience a sentir que no es una prioridad para ella y esto hiera sus sentimientos o se sienta enojado y se genere un conflicto en la relación. Este dolor o enojo muy probablemente no surgiría si la idea de que la pareja debe ser más importante que los demás vínculos no fuera un aprendizaje incuestionable. Pensemos hipotéticamente que en vez de esto hubiéramos aprendido que nuestras amistades son lo más importante y la pareja puede estar en segundo o tercer lugar, si así fuera, no sentiríamos la necesidad de ser lo más importante para ella o él y este no sería un tema frecuente de conflicto, ni nos causaría dolor que prefiriera salir con sus amistades que con nosotros. El dolor lo causa el incumplimiento de esta norma que finalmente es solo una idea aprendida aunque la vivamos como si fuera una verdad absoluta que no se nos ocurre cuestionar.

Aprendimos cientos de ideas como esta alrededor del amor y muchas son fuente frecuente de dolor entre las parejas. Estos aprendizajes, una vez más, son diferentes para hombres y para mujeres y aunque son ideas impuestas por el sistema en el que vivimos, es decir, exteriores a nosotros, es muy probable que las experimentemos como propias, nos identifiquemos con ellas y las sintamos como verdades, aunque en el fondo sean injustas o nos lastimen.

No solo recibimos estas ideas como una lección que alguien significativo nos dio, sino a través de las muchísimas voces que conforman nuestra cultura y tradición: historias, canciones, libros, películas, refranes, anécdoto-

tas, instituciones civiles y religiosas... Y también, como ya dijimos, estas voces suelen repetir una historia única que al ser única nos impide imaginar historias diferentes y alternativas. La historia del amor romántico es una de esas historias creadas socialmente.

Esta manera de sentir y pensar el amor reduce nuestro potencial de amar a nuestra manera, de crear caminos propios, pues parecería que no hay otra opción que seguir esa forma impuesta como si fuera la única que existe y, así, cerramos puertas que nos llevarían a otras posibilidades y que ni siquiera nos hemos permitido explorar.

Cuando alguien no cumple con estas reglas, porque las ha cuestionado o porque le resultan muy incómodas, su entorno cercano y no tan cercano interpretará que esa persona no sabe amar, que está huyendo del compromiso que el amor requiere, que está en falta con el amor. El amor, entonces, se vive como la mezcla entre un sentimiento increíble y una serie de expectativas y presiones que debemos cumplir.

El amor romántico tiene, además, la función social de dar sentido a nuestras vidas, les da un orden, un curso y se convierte, en muchísimos casos, en el eje rector de la existencia; es decir, el amor romántico en nuestra vida nos dicta cómo vivir, cómo organizar nuestro tiempo y nuestros afectos, a quiénes debemos querer más y cuáles serán las etapas por las que tenemos que pasar. Dice Mariluz Esteban (2011, p. 23): “el pensamiento amoroso es un conjunto articulado de símbolos, ideas y teorías en torno al amor que permea todos los espacios sociales e influye en nuestras prácticas estructurando relaciones desiguales y un modo único de entender el deseo, la identidad y al sujeto”. Y aquí ponemos freno: estructurando relaciones desiguales, dice. No solo eso, en su libro *Crítica del pensamiento amoroso*, también afirma que esta idea del amor organiza nuestra vida cotidiana y estructura nuestras biografías, nos domestica, nos convierte en mujeres y hombres diferentes y desiguales.

Mujeres y hombres valoramos de manera distinta el amor romántico porque aprendemos cosas distintas sobre este; para las mujeres suele ser lo más importante en la vida y los hombres aprenden que será mejor no tomarlo tan en serio, que deberán ir despacio y no “dejarse atrapar”. Una broma casi obligada cuando una pareja se casa es burlarse de que el hombre perdió su libertad y esta no es una broma que se haga a las mujeres. La idea del matrimonio se mira socialmente más como un triunfo de las mujeres y una pérdida para los hombres, aunque en la realidad hay estudios que muestran cómo la calidad de vida de los hombres aumenta cuando se casan y la de las mujeres disminuye (Bericat, 2014).

Pienso en algunas ideas que las mujeres aprendemos y que se vuelven principios reforzadores para que permanezcamos en este modelo, para que obedezcamos las reglas y estemos dispuestas a invertir muchísima energía en eso. Algunos ejemplos: “tener un novio es lo mejor que te puede para en la vida”, “vas a ser realmente feliz cuando encuentres al amor de tu vida”, “cuando tengas un marido lo importante es no descuidarlo, porque si se sienten descuidados empiezan a buscar por fuera”, “sé inteligente y no le hagas bronca, es más fácil que consigas lo que quieres si lo tienes de buenas”, “no porque estés casada debes descuidarte a ti misma, estar siempre bonita hará menos probable que él mire a otros lados”, “los hombres son como niños, es más fácil para nosotras ceder y acomodarnos”, “no entres en discusiones que van a desgastar tu matrimonio”. Obviamente estas y muchas otras ideas refuerzan la idea del amor heterosexual, sin embargo, las parejas homosexuales se ven atrapadas en fórmulas muy parecidas porque todas y todos recibimos una educación y una socialización parecida, independientemente de nuestras preferencias sexuales.

Los hombres no aprenden lo mismo que nosotras sino un rol distinto, que muchas veces puede ser de mayor privilegio pero que, de igual manera, los presiona para cumplir un papel único; en su caso la presión por el control de sus emociones es más grande, de manera que limitarán mucho más su forma de sentir y entregarse en un vínculo amoroso. Algunas frases que ellos han escuchado como mandatos son: “no hagas sentir a tu mujer todo el tiempo que te tiene, que no te sienta tan seguro”, “tu papel es proteger a tu mujer y a tus hijos”, “debes ser un buen proveedor y procurar que no les falte nada”, “tu energía sexual deberá ser siempre alta, debes ser un buen amante para tenerla contenta”, “no cedas tu libertad, no te dejes manipular”, “si te cachan en una infidelidad, niégalo siempre”. Escribe bell hooks (2022, p. 50):

la masculinidad patriarcal requiere que los varones, ya sean niños u hombres, no solo se consideren más fuertes que las mujeres y superiores a ellas, sino que hagan todo lo posible por mantener su posición de dominio [...] En las culturas patriarcales, se suele dar por sentado que el amor puede existir incluso cuando un grupo o individuo tiene supremacía sobre los que lo rodean. Muchos creen que los hombres pueden dominar a las mujeres y los niños sin dejar de amarlos.

No son tanto las ideas del amor romántico las que se vuelven peligrosas, sino las promesas que vienen con ellas. La promesa de felicidad, de un

reconocimiento social por vivir en pareja, de realización por tener descendencia, la promesa de que todas nuestras necesidades afectivas, sexuales y de contacto humano encontrarán satisfacción viviendo en pareja, la del amor eterno, la de la belleza de envejecer junto a alguien. Son todas promesas que muy posiblemente generarán frustración, pero nos han convencido con tanta fuerza y creemos tanto en estas que seguiremos intentando encontrar este satisfactor, no importa los sacrificios que implique.

Las mujeres terminamos aprendiendo desde las tripas, desde la profundidad de nuestros cuerpos, en el corazón y en cada una de nuestras células que lo más importante es el amor y que si este es verdadero, entonces podremos aguantar, ceder y cuidar; que lo más importante de nuestra vida no somos nosotras mismas sino nuestra pareja y nuestros hijos, la familia es primero, no importa si está conformada por personas diferentes con diversas necesidades, hay que cuidar a la familia, empezando por la cabeza que es el padre, seguido de los hijos que son más vulnerables y, si queda tiempo, que en realidad no queda, será para la mamá, para la mujer entregada que dedica su vida a cuidar a los demás.

Y mientras las mujeres se desviven, a veces con desesperación y pagando precios altos para que las relaciones amorosas funcionen, los hombres evaden sus emociones; no es raro que cuando empiezan a sentirse vulnerables pongan distancia física o emocional para no perder el control. El resultado de esto es la imposibilidad del encuentro pleno, de la intimidad.

Los hombres aprenden que su felicidad está en su propio éxito y crecimiento profesional, se sentirán satisfechos y felices si tienen un buen trabajo y el suficiente dinero para tener una posición social de reconocimiento. Su familia deberá ser importante, pero no más que su trabajo y sus amigos. Esta familia deberá adaptarse a sus necesidades y como cabeza de familia deberán tener la suficiente autoridad frente a su mujer y sus hijos.

Muchas parejas intentan hacer algo distinto. Cada intento de sacudirse los aprendizajes del sistema y construir algo distinto es muy valioso, algunas lo logran y otras no, porque salirse del guión establecido suele tener consecuencias sociales como el rechazo o la estigmatización. Nos toca como educadoras y educadores trabajar para que las y los jóvenes ganen libertad y tengan cada vez más confianza para sentir y expresarse de modos diversos y para generar vínculos fuera de estos estereotipos que dejan tan poca libertad de movimiento.

Hay muchísimas ideas más sobre el amor romántico que determinan la forma en la que lo vivimos y sentimos; aunque muchas quedarán fuera, algunas importantes y cotidianas son: