



**Universitat de les
Illes Balears**

Facultat de Psicologia

Memòria del Treball de Fi de Grau

Los mitos del amor romántico y su relación con la violencia de género

Raquel Herrezuelo Sáez

Grau de Psicologia

Any acadèmic 2012-13

DNI de l'alumne: 43229088J

Treball tutelat per Esperança Bosch Fiol
Departament de Psicologia Bàsica



S'autoritza la Universitat a incloure el meu treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació

Paraules clau del treball:
Amor romántico, mitos, violencia de género

Contenidos

Resumen	3
Introducción	4
El amor romántico	7
Los mitos del amor romántico	13
Amor romántico y violencia de género	17
Propuestas de prevención	22
Conclusiones	24
Referencias	25

Resumen

La violencia contra la mujer en las relaciones de pareja es un problema social de primera magnitud, en cuyo origen multicausal cobra especial relevancia el patriarcado. En este orden social que se basa en la subordinación de la mujer al hombre se generan la idealización del amor romántico y sus mitos, temática en torno a la que se desarrolla este trabajo. Estos mitos, que son creencias irracionales, refuerzan la violencia en la pareja y contribuyen a su mantenimiento una vez que aparece. Los objetivos de esta revisión son analizar y profundizar en el conocimiento obtenido sobre los mitos del amor romántico en relación a la violencia de género, así como recoger algunas de las propuestas elaboradas para la prevención de esta forma específica de violencia.

Palabras clave: amor romántico, mitos, violencia de género

Las diferentes formas de violencia contra las mujeres son violaciones de los Derechos Humanos y así lo afirma la ONU en diferentes ocasiones, por ejemplo en la Resolución de la Asamblea General 48/104, (ONU, 1994) y en la Declaración y Plataforma de Acción de Beijing (ONU, 1995).

La violencia contra la mujer se define por primera vez de manera internacional en la “Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer” en la ya citada Resolución de la Asamblea General 48/104 (ONU, 1994): “Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenaza de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada”.

Esta Declaración es un hito muy importante para el movimiento feminista porque define la violencia contra la mujer en el marco de los Derechos Humanos, incluyendo todos los tipos y contextos en los que puede darse (familiar, comunitario e institucional). Así deja de ser una cuestión privada como había sido hasta entonces. Se reconoce un fenómeno como un problema social “cuando un grupo de influencia es consciente de una condición social que afecta a sus valores y que puede ser remediada mediante la acción colectiva” (Sullivan et al., 1980, citado de Bosch, Ferrer, Ferreiro y Navarro, 2013). Ello implica una mayor visibilización del problema, una nueva forma de abordar su explicación e incluso cambios en la legislación vigente. Por ejemplo, en el caso de España, con la aprobación de la Ley de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género (Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre) o la Ley para la Igualdad Efectiva de Mujeres y Hombres (Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo).

El origen de la violencia de género se entiende en las relaciones sociales basadas en la desigualdad, que implica la dominación de un género (el femenino) por parte del otro (el masculino).

Esto es lo que se conoce como patriarcado. La forma de violencia contra las mujeres más común es la violencia ejercida por su pareja o expareja sentimental. La OMS realiza en 2005 el denominado “Estudio multi-país sobre la salud de las mujeres y la violencia doméstica” (OMS, 2005). De acuerdo con los resultados, en

cuanto al porcentaje de mujeres que han tenido pareja alguna vez y han sufrido violencia física o sexual o ambas a manos de ésta, se registran índices comprendidos entre 24% y 53% en la mayoría de entornos. Se trata de violencia ejercida en el marco de una relación afectiva, definiéndose como un patrón de comportamiento habitual y no un incidente aislado. El hombre tiene como objetivo ejercer control y lograr el poder sobre la relación y sobre su cónyuge. En definitiva, constituye el reflejo de una situación de abuso de poder enmarcada en una estructura social patriarcal, por ello se ejerce por parte de quienes detectan ese poder (varones) y la sufren quienes se hallan en una posición más vulnerable (mujeres) (Bosch y Ferrer, 2011).

Según el modelo ecológico de Lori Heise (1998), no existe un único factor causante de la violencia de género, sino que varios se combinan. Es la interacción compleja entre estos lo que crea las circunstancias bajo las cuales se pueden producir actos de violencia (Hernando, 2007). Los factores que interactúan pueden ser individuales, sociales y del contexto propio de la pareja (Bosch y Ferrer, 2002). El tema central de este trabajo es el modelo del amor romántico, que puede contribuir a favorecer y mantener la violencia de género, influyendo sobre los factores de permanencia en la violenta relación.

Alrededor de esta idea de amor romántico se han tejido numerosos mitos que ponen de manifiesto la desigualdad entre hombre y mujer a nivel social. Los mitos del amor romántico influyen sobre las relaciones de pareja en el sentido de que una elevada asunción e inadecuada interpretación de los mismos puede conllevar al desarrollo de creencias e imágenes idealizadas que dificultan el establecimiento de relaciones de pareja sanas. Un factor importante para el mantenimiento de la violencia de género dentro de la pareja, ya que la pervivencia de los mitos liga las relaciones afectivas con el control, los celos, los sacrificios extremos, etc., lo que conduce a tolerar los abusos y a la incapacidad de responder de forma temprana a las señales de una relación que puede convertirse en una relación violenta.

El mayor problema radica en que estos mitos son igualmente asimilados por hombres y mujeres, aunque de manera distinta. Esto se debe al proceso de socialización, que consiste en que cada persona aprende socialmente cuál es su

papel. Esto lleva a que las mujeres actúen con permisividad en sus relaciones de pareja y que los hombres posean ciertos privilegios que sitúan a éstas en un nivel inferior. Es en los propios mitos donde se encuentra la justificación de dicha violencia, actuando en función de los mismos se legitiman las creencias.

El hecho de que el reforzamiento y mantenimiento de estos mitos esté relacionado con la socialización hace posible que podamos intervenir sobre esta problemática, desde lo que se conoce como “socialización preventiva”, así como mediante otros procedimientos y alternativas.

Debemos abordar este problema social porque muy elevado es el volumen de personas que lo padecen y además genera sufrimiento y graves consecuencias a sus víctimas directas o indirectas. Las consecuencias de la violencia contra la mujer sobre su salud (física, sexual o reproductiva y mental) pueden ser de diferentes tipos, que la OMS (1998) clasifica en “resultados fatales” (homicidio, mortalidad materna, SIDA y suicidio) y “resultados no fatales”.

Los objetivos del trabajo son realizar una revisión del conocimiento recabado por medio de los diferentes estudios e investigaciones acerca de la relación entre el amor romántico y la violencia de género; conocer las bases en las que se sustentan los métodos de prevención y de intervención en esta esfera de la compleja problemática en el marco de las relaciones de pareja y promover el estudio en la materia para hallar todas las claves y mejorar las alternativas ya existentes.

Analizar los determinantes de las creencias y actitudes que influyen sobre el modo en que las personas establecemos nuestras relaciones de pareja puede suponer una contribución relevante para el desarrollo de programas preventivos y de intervención efectivos.

El amor romántico

El amor es universal pero su concepción puede ser muy diversa entre las diferentes culturas e incluso entre personas pertenecientes a una misma comunidad. También en el mundo de la investigación su definición entraña un conjunto de dificultades, donde cada disciplina puede poseer un punto de vista diferente. El amor puede ser definido desde una perspectiva más biológica, antropológica o psicológica. Y aunque en este trabajo se tomen con especial relevancia las consideraciones de tipo psicosocial, no puede negarse que también influyen una serie de índices biológicos, fisiológicos, antropológicos, etc.

En palabras de Jose Luis Sangrador (1993): “existen asimismo muy diversas y variopintas denominaciones, tipologías y taxonomías, y en cuyo seno resulta a veces difícil aceptar como amor alguno de los tipos propuestos”. Este mismo autor señala que el amor puede ser entendido como actitud, emoción o conducta, es decir, como un conjunto de estados: Como actitud positiva o atracción hacia otra persona, incluyendo una determinada predisposición a pensar, sentir o comportarse de un cierto modo hacia la misma; Como una emoción, un sentimiento o pasión acompañado de determinadas reacciones fisiológicas y, como un conjunto de conductas encaminadas al cuidado, atención o acompañamiento de la persona amada.

En realidad, al estar el amor sujeto a aprendizajes culturales y a condicionamientos sociales, existen tantos tipos de amor como tipos de personas y tantas definiciones como tipos de amor (Bosch; Ferrer; Ferreiro y Navarro, 2013). Fue Lee (1973, 1976) quien propuso la tipología clásica, que diferencia seis maneras de amar: *Eros* o amor pasional o romántico, *Ludus* o amor lúdico, *Storge* o amor amistoso, *Pragma* o amor pragmático, manía o amor obsesivo y *ágape* o amor altruista.

Posteriormente, Sternberg en 1986 publica su teoría triangular del amor, según la cual éste tiene tres componentes: la intimidad, la pasión y el compromiso. Y en función de la importancia y relación entre cada componente pueden originarse varios tipos de amor, que son: simpatía, enamoramiento, sólo compromiso, amor romántico, amor de compañeros/as, amor loco y amor completo (Ferrer, Bosch, Navarro, Ramis y García, 2008).

Los resultados obtenidos en diferentes investigaciones indican que el estilo *Eros* o amor romántico es el estilo predominante tanto en hombres como mujeres (Ferrer et al, 2008; Larrañaga, Yubero y Yubero, 2012).

Concretamente, en un estudio realizado en España (Ferrer, Bosch, Navarro y Ramis, 2008) es así por encima del 80% de los/las participantes. Lo que muestra en nuestro entorno la relevante presencia del modelo de amor romántico en la población general y en todas las edades.

Según resume Gabriela Ferreira (1995) las ideas más características de lo que el amor romántico implica son:

- Entrega total a la otra persona.
- Hacer de la otra persona lo único y fundamental de la existencia.
- Vivir experiencias muy intensas de felicidad o sufrimiento.
- Depender de la otra persona y adaptarse a ella.
- Perdonar y justificar todo en nombre del amor.
- Consagrarse al bienestar de la otra persona.
- Estar todo el tiempo con la otra persona.
- Pensar que es imposible volver a amar con esa intensidad.
- Sentir que nada vale tanto como esa relación.
- Desesperar ante la sola idea de que la persona amada se vaya.
- Pensar todo el tiempo en la otra persona, hasta el punto de no poder realizar otras actividades o prestar atención a personas menos importantes.
- Vivir sólo para el momento del encuentro.
- Prestar atención y vigilar cualquier señal de altibajos en el interés o el amor de la otra persona.
- Tener anhelos de ayudar y apoyar a la otra persona sin esperar reciprocidad ni gratitud.
- Obtener la más completa comunicación.
- Lograr la unión más íntima y definitiva.
- Hacer todo junto a la otra persona, compartirlo todo, tener los mismos gustos y apetencias.

Montserrat Moreno y Genoveva Sastre (2010) complementan estas características con las siguientes creencias:

- Enamorarse no depende de la voluntad de la persona. Es inefable, inaccesible a la razón.
- El amor produce una serie de emociones que provocan una sensación de gran bienestar. Lo puede todo.
- El amor lo justifica todo.
- El amor es suficiente, siendo innecesario lo demás.
- El amor provoca una entrega total a la persona amada.
- Las dos personas se complementan, están hechas la una para la otra.
- El verdadero amor es incondicional.
- Es exclusivo y excluyente, no se puede compartir y tiende a alejar a todas las demás personas de la relación dual.
- El verdadero amor dura para siempre.
- El estado general que crea el enamoramiento o fascinación amorosa es de felicidad total y hace que se perciba a la persona amada como única e insustituible.

Son los mitos los que tejen el modelo del amor romántico, culpables de frustraciones y sufrimiento. Este tipo de amor presenta una predisposición a mostrarse posesivo con la pareja y actitudes de sumisión respecto a las peticiones del otro (Melero, 2008). Lo cual, analizaremos más adelante, en el marco de la sociedad patriarcal se traduce en una gran asimetría en las relaciones de pareja donde será el hombre quien asuma el poder y la mujer sea subordinada al mismo. Todo ello y los mitos del amor romántico serán explicados en detalle en el posterior capítulo de este trabajo.

Aunque el amor esté fundamentado en consideraciones de diversa índole, también posee una innegable historia cultural. Lo cual se demuestra en cada periodo a lo largo de la historia, en los que se ha desarrollado una concepción diferente sobre él y sobre sus vínculos con el matrimonio o el sexo (Yela, 2000). Por ejemplo, en la antigua Grecia las relaciones afectivas (tanto heterosexuales como sobre todo homosexuales) estaban relacionadas con la esfera sexual y muy

separadas del matrimonio, donde el fin era sólo la procreación y únicamente la mujer debía guardar fidelidad a su marido. En otra época, durante el Imperio Romano, el sexo también estaba separado del matrimonio, sólo ligado a conquistas esporádicas y ocasionales. Todavía en la Alta Edad Media el amor, el matrimonio y el placer sexual eran percibidos como tres realidades independientes. Es en los inicios del siglo XIX que surge la conexión entre amor, placer sexual y matrimonio, llegando hasta la actualidad. Con el paso del tiempo, esta relación se ha hecho cada vez más estrecha hasta llegar a considerarse que el amor romántico es la razón fundamental para mantener relaciones matrimoniales y que el enamoramiento es la base para formar pareja y permanecer en ella. De esta manera, el amor romántico se hace normativo y popular y aunque el matrimonio aparezca como elección personal, es en éste último donde la satisfacción sexual y el enamoramiento deben lograrse (Barrón, et al 1999 y Ubillos et al, 2001; citado de Bosch, y cols., 2007).

Desde la óptica psicosocial, se afirma ampliamente que el enamoramiento y el amor son reflejo y producto de una época y sociedad determinada. Es decir, son una construcción cultural y esto es así porque las personas se autoperceben enamoradas basándose en los paradigmas proporcionados por su cultura. El amor se aprende desde la infancia durante el periodo de socialización.

La socialización es un proceso que tiene su inicio en el momento del nacimiento y perdura durante toda la vida. Consiste en aprender e interiorizar los valores, las actitudes, las expectativas y los comportamientos específicos de la sociedad en que las personas han nacido y que permiten desenvolverse exitosamente en dicha sociedad. Si una persona no obedece a las pautas de comportamiento social establecidas se habla de desviación social (Bosch, E., Ferrer, V., Ferreiro, V. y Navarro, C., 2013). Es durante este proceso de socialización que aprendemos qué significa enamorarse, qué sentimientos son apropiados, de quién debemos o no enamorarnos, qué o quién es atractivo, cómo debe ser la relación de pareja, etc. Así como también se aprenden todos los mitos culturales sobre el amor (Flecha, Puigvert y Redondo, 2005). Pero aunque el amor romántico sea una experiencia generalizada, hombres y mujeres entienden por amor y amar conceptos diferentes porque, siguiendo en esta línea, y según la teoría de la socialización diferencial de

Walker y Barton (1983), toda persona adquiere, a partir de los agentes socializadores, identidades diferenciadas de género que conducen a estilos conductuales, actitudinales y cognitivos específicos que responden a normas estereotípicas de la conducta asignada a cada género. Es decir, desde que nacemos la sociedad nos enseña a ser mujer o a ser hombre, potenciando en nuestra educación unos valores u otros.

Concretamente, los diferentes agentes socializadores (el sistema educativo, la familia, los medios de comunicación, el uso del lenguaje, la religión...) y en un alto grado de congruencia, asocian tradicionalmente la masculinidad con el poder y la racionalidad y con aspectos de la vida social pública. A los hombres se les socializa para el éxito y el progreso en el ámbito de lo público, se les educa para que su fuente de autoestima y gratificación provenga del mundo exterior. En relación a ello, se les reprime la esfera afectiva, potenciando en ellos ambiciones, talentos y libertades que propicien la autopromoción. Reciben muchos estímulos y poca protección, se les orienta hacia la acción, hacia lo macrosocial, hacia la independencia. Y entre otros, el valor del trabajo se les inculca como una obligación prioritaria y definitoria de su condición (Poal, 1993). Mientras que, por otro lado, la feminidad se asocia con aspectos de la vida privada y la subordinación, la pasividad, la dependencia, la obediencia... (Pastor, 1996; Bosch, Ferrer, Alzamora, 2006). Por otro lado, a las mujeres se las educa para que sean exitosas en el ámbito de lo privado y se potencia que su fuente de gratificación y autoestima provenga de este mismo. Ello se consigue por medio de fomentar en ellas la esfera afectiva, reprimiendo sus libertades, talentos y ambiciones diversas que faciliten su autopromoción. Reciben menos estímulos y más protección. Se las orienta hacia la intimidad y lo microsocioal, hacia la dependencia. Y el valor de trabajo no se les inculca como una obligación prioritaria y definitoria de su condición, lo que las predispone a ser personas menos independientes y autónomas.

Y además, de manera explícita a veces e implícita la mayoría de ellas, se transmite un mensaje androcéntrico considerando que lo masculino tiene mayor valoración que lo femenino (Alcántara, 2002; Bosch y cols., 2007), ya que el prestigio social del ámbito público y privado no es igual en las sociedades occidentales. Siendo el ámbito público el más valorado.

Esta socialización diferencial influye y afecta a muchas áreas de la vida humana y, entre ellas, a las relaciones afectivas y de pareja (Ferrer, Bosch, Navarro y Ramis, 2008). Son muchos los mensajes recibidos por los niños y las niñas, adolescentes y jóvenes durante todo el proceso de socialización en relación a los roles que deben asumir en las relaciones afectivas, lo que cada uno debe dar y esperar recibir. Como señala Coral Herrera (2011), en el caso de las relaciones de pareja, las narraciones de los cuentos, las películas, las canciones o otras producciones culturales influyen sobre nuestras expectativas y creencias mediante un sistema de seducción muy ligado al consumo, que pretende aumentar aún más la influencia y penetración de los mensajes que contienen. Los hombres se socializan hacia la conquista de la mujer y ellas, hacia dejarse conquistar y cuidar por su príncipe azul y protector. Nuevamente aparece un rol dependiente y sin autonomía. Respecto al mito del amor romántico, pongamos de ejemplo la película de la Bella y la Bestia: la bestia es un ser atormentado, que aleja a Bella de su familia e incluso se muestra violento (tanto verbal como físicamente, bajo amenazas). Y Bella, a pesar de ser secuestrada, se enamora de él, creyendo que más allá de su comportamiento violento, en el fondo es una bella persona.

En las sociedades occidentales, el concepto de amor ha ido cambiando en los últimos años. Sin embargo, continúa apareciendo con relevancia en la sociedad femenina como eje vital prioritario (Sanpedro, 2005) mientras que para los hombres sigue siendo prioritario el reconocimiento social. Lo cual refleja lo comentado anteriormente, una socialización diferencial en que las mujeres priorizan hacia lo privado y los hombres, hacia lo público.

En definitiva, todas estas normas sociales y valores que se interiorizan durante la socialización son los propios del sistema patriarcal en que las relaciones entre hombres y mujeres se caracterizan por la subordinación de la mujer al hombre, más o menos oculta o camuflada.

Las diferentes investigaciones muestran que persisten los mitos románticos tradicionales del amor que contribuyen a perpetuar la estructura de poder y la desigualdad en las relaciones amorosas, legitimando elementos como la pasividad,

la subordinación, la idealización o la dependencia del otro (Ferrer, Bosch y Navarro, 2010).

Los mitos del amor romántico

Un mito es una creencia expresada como verdad absoluta y poco flexible que suele poseer una gran carga emotiva. Normalmente es resistente al cambio y al razonamiento porque suele contribuir a crear y mantener la ideología del grupo (Bosch y Ferrer, 2010).

Se puede considerar que los mitos románticos son el conjunto de creencias socialmente compartidas sobre la supuesta verdadera naturaleza del amor, soliendo ser ficticios, irracionales e imposibles de cumplir (Yela, 2000). Ello dificulta el establecimiento de relaciones sanas, provocando la aceptación, normalización y justificación o tolerancia de comportamientos claramente abusivos y ofensivos dentro de las relaciones de pareja (Ramos, 2011). ¿Pero por qué se consienten? ¿De qué mitos se trata y qué significa interiorizarlos?

Al respecto, Yela (2003) realiza una revisión de los principales mitos románticos y sus consecuencias que son los siguientes:

- Mito de la “media naranja”: Creencia en que se escoge a la pareja predestinada y que ésta ha sido la única y mejor elección posible.

La aceptación de esta creencia puede llevar hacia un nivel de exigencia excesivamente elevado en la relación de pareja, lo que conduce al riesgo de la decepción. Por el contrario, también puede dirigir a la tolerancia excesiva debido a la consideración de que, al tratarse de la pareja ideal, se debe ser más comprensivo cuando aparecen los conflictos y uno/a mismo/a debe también, por tanto, esforzarse más durante la relación.

- Mito del emparejamiento o de la pareja: creencia en que la pareja (heterosexual) es algo natural y universal, que la monogamia amorosa está

presente en todas las épocas y culturas y que tener una pareja que cumpla dicha norma es un objetivo vital para lograr la felicidad.

La aceptación de esta creencia puede llevar a personas sin pareja o a personas que se sienten atraídas por otras de su mismo sexo a la disonancia cognitiva o a conflictos internos. Considerar el amor romántico como única fuente de felicidad supone una enorme presión sobre las personas, lo cual puede estar en la base de toda una serie de toma de decisiones peligrosas para el logro de la estabilidad emocional, la autoconfianza y el empoderamiento.

- Mito de la exclusividad: creencia en que es imposible estar enamorado/a de dos personas a la vez o en que el deseo sexual sólo puede sentirse por una persona.

La aceptación de esta creencia acompañada de un acto de “infidelidad” o deseos de la misma, puede suponer conflictos relacionales y también conflictos internos en la persona. Investigaciones científicas no sólo demuestran que es posible, sino que además explican los mecanismos casi normativos en nuestra especie. Sin embargo, todavía hoy reconocer con naturalidad que algo así se está experimentando supone conflictos sociales y personales.

- Mito de la fidelidad: creencia en que todos los deseos pasionales, románticos y eróticos deben satisfacerse exclusivamente con una única persona, la propia pareja, si es que se la ama de verdad.

La aceptación de esta creencia supone tanto conflictos internos como en la propia pareja. Si no se acepta el mito se padecen nuevamente sanciones sociales, mientras que si se acepta el mito como válido, se padecen conflictos internos con uno/a mismo/a si se experimentan dichos deseos eróticos.

- Mito de la equivalencia: creencia en que el amor (sentimiento) y el enamoramiento (estado más o menos duradero) son equivalentes y por tanto, si una persona deja de estar apasionadamente enamorada es que ya no ama a su pareja y por ello, lo mejor es abandonar la relación.

La aceptación de este mito supone no reconocer la diferencia entre una cuestión y otra. El amor y la pasión no son lo mismo y no reconocer la transformación temporal de las primeras fases del enamoramiento intenso (más pasionales) en procesos de otro tipo (menos pasionales) puede llevar a vivirla de modo traumático y a la aparición de conflictos personales o interpersonales (“¿Por qué ya no me amas? ¿Será que no la amo?”).

- Mito de la omnipotencia: creencia bajo la cual subyace la idea de que si hay verdadero amor no deben influir los obstáculos externos o internos sobre la pareja y es suficiente con el amor para superar todos los problemas: “el amor lo puede todo”.

La aceptación de esta creencia puede llevar a que sea usada como excusa para no modificar un determinado comportamiento o actitud, o llevar a la negación de los conflictos de pareja, dificultando su afrontamiento, así como a profundas decepciones.

- Mito del libre albedrío: creencia en que nuestros sentimientos amorosos son absolutamente íntimos y no están influidos por factores socio-biológico-culturales ajenos a nuestra voluntad y conciencia.

La aceptación de esta creencia supone no reconocer las presiones biológicas, sociales y culturales a las que las personas estamos o podemos estar sujetas, lo cual puede generar exceso de confianza, culpabilización, etc.

- Mito del matrimonio o de la convivencia: creencia en que el amor romántico-pasional debe conducir a la unión estable de la pareja y constituirse en la única base de su convivencia.

La aceptación de esta creencia supone la aceptación de que existe una relación entre el amor y el matrimonio, es decir, entre un elemento que se presenta duradero (el matrimonio) y un estado emocional transitorio como es la pasión. Lo cual resulta difícil de lograr y lleva fácilmente a la decepción. Además, conlleva a no tolerar la propia libertad y toma de decisión.

- Mito de la pasión eterna o de la perdurabilidad: creencia de que el amor romántico y pasional de los primeros meses de una relación puede y debe perdurar tras años de convivencia.

La aceptación de esta creencia supone consecuencias negativas sobre la estabilidad emocional de la persona y de la pareja, ya que no reconoce que el amor no puede ser eterno.

- Mito de los celos: creencia en que los celos son un signo de amor, e incluso el requisito indispensable de un verdadero amor.

La aceptación de esta creencia suele usarse habitualmente para justificar comportamientos egoístas, injustos, represivos y en ocasiones, violentos. Este mito aparece en algunos de los modelos explicativos multicausales como uno de los antecedentes de la violencia de género (Bosch y Ferrer, 2002). Los celos se detallarán en el siguiente capítulo.

Cuando una persona asume estas creencias las convierte en reglas personales de conducta y las encajona en “debes” y “tienes que” absolutistas, pensando implícitamente, por ejemplo: “debo amar románticamente sólo a una persona cada vez y seré un farsante si amo a personas simultáneas” o “tengo que casarme sólo con una persona que me ame románticamente y estaré desolado/a si él o ella no se para conmigo” (Ellis, 1990).

Todos estos mitos han sido impulsados desde los estamentos de la sociedad patriarcal, de manera que no olvidemos la peligrosidad extra que supone para la mujer. Mientras ellas deben dar más en la relación, ellos asumen que están en su derecho de recibir (y exigir) más.

Según estudios de Moreno, González y Ros (2007), realizados con estudiantes universitarias, en las chicas se encuentra muy presente mostrar una idealización del amor y una entrega incondicional en la relación amorosa, valorando su autorrenuncia para satisfacer a su pareja. Todo acompañado de una elevada actitud dispuesta al cuidado del otro por encima de sus propias necesidades e intereses. El concepto de amor de las chicas participantes implica sacrificio, identificación con su pareja, entrega total y deseos de conservar los vínculos

afectivos. En cambio, los chicos muestran una disposición a la renuncia y a la entrega mucho menor y una mayor contención emocional (Melgar, 2010).

En resumen, muchos de los mitos sobre el amor romántico surgen del pensamiento patriarcal y tienen una finalidad de control sobre la vida y las expectativas de las personas respecto a los vínculos de amor y sexo (Bosch, Ferrer, Ferreiro y Navarro, 2013).

Amor romántico y violencia de género

En palabras de Pepa Horno (2009), “el amor es una forma de poder; y el poder es una moneda de dos caras. Depende de una conjunción de factores en cada relación la cara que prime en ella”. Partiendo de la base de que el poder es la capacidad para influir en la vida de otra persona, lo que Pepa Horno quiere explicar es que en todas las relaciones hay un componente de poder, por tanto, todo vínculo afectivo supone siempre un riesgo. Esto es así porque al crear una relación con otra persona se adquiere la capacidad de influir sobre ella, y a su vez, de dejarse influir por ella. Esta capacidad de influir puede ser empleada de manera positiva (compartiendo deseos, favoreciendo el crecimiento y bienestar individual o grupal) o de manera negativa (buscando el daño en el otro o anteponiendo el beneficio propio al riesgo de ese daño). En este último caso, hablamos de manipulación, control, invasión, uso de la fuerza física, etc. aunque el amor y la violencia parezcan incompatibles. Siendo este el panorama general, el análisis desde la perspectiva de género muestra la peligrosidad del mismo para las mujeres, teniendo en cuenta que de ellas y de su amor se espera subordinación, paciencia y autosacrificio. Y si la separación o ruptura es un fracaso, ésta no será fácilmente aceptada por quién, debido a su socialización, espera el reconocimiento social, el éxito.

De todos los mitos comentados, uno de ellos es el más importante, del que surgen el resto de mitos. Coincidiendo con el mapa de los mitos de la violencia de género elaborado por Bosch y Ferrer, el mito que más estereotipos ha fortalecido y más presente se encuentra en el imaginario colectivo es el que considera al amor

romántico como la única fuente de felicidad. Por tanto, la búsqueda y mantenimiento de la pareja es su inevitable consecuencia. Al ser este amor el objetivo, lo natural será la pareja estable y duradera en el tiempo. Y para lograrlo, como base, deberá tener la exclusividad con objeto de cubrir las necesidades y expectativas generadas. También será necesario poner en práctica una serie de estrategias de control, siendo los celos una de las más poderosas, a su vez que peligrosas.

Los celos en una relación de pareja pueden manifestarse de multitud de maneras. Sin embargo en todas ellas se hallan el sobredominio de la persona objeto de celo. Los comportamientos que tienen lugar son de carácter opresivo como privarla de libertad, aislarla, controlarla, revisar sus relaciones o buscar evidencias de su traición. Además, los celos han sido considerados como parte integrante en algunos modelos explicativos multicausales de la violencia contra las mujeres en la pareja. Algunos autores los considera factor de riesgo para ejercer esta violencia (Stith y Rosen, 1992) y otros, factor precipitante (Echeburúa y Fernández-Montalvo, 1998). Creer que los celos o ciertos comportamientos son una prueba de amor, no lleva a otra cosa que a justificar el afán de posesión del maltratador y sus comportamientos de control. Traslado la responsabilidad del maltrato a la víctima por no ajustarse a sus requerimientos (Ferrer y Bosch, 2013).

Por otro lado, en el amor romántico se valora la dependencia, pero no de una manera bilateral. La educación diferencial que reciben hombres y mujeres potencia la mayor o menor importancia y expresión de los sentimientos en uno u otro género, generando relaciones dependientes desiguales. Ello puede llegar a desembocar en violencia. Lo anterior se explica porque a veces, cuando las mujeres se alejan del estereotipo tradicional y los hombres perciben la pérdida de su poder, éstos intentan recuperarlo por medios violentos. Ya sea de manera individual o colectiva. Individualmente, se trata de la violencia ejercida por un hombre a su pareja por medio de golpes, humillaciones, insultos, asesinato, etc. Y colectivamente, por grupos de hombres sobre el conjunto de mujeres para que, mediante el terror, sigan sometidas y se las impida llevar a cabo sus legítimas aspiraciones de autonomía personal y libertad de elección. Algunos ejemplos de esta segunda forma pueden ser medidas del régimen talibán, o sin ir más lejos, la

reforma laboral del aborto en España, que se aprobará el próximo octubre (2013), por citar tan sólo uno de los cientos de ejemplos de nuestro país.

Asumir el modelo del amor romántico y sus mitos puede dificultar en las mujeres víctimas de violencia de género la reacción de denuncia o de finalizar una relación abusiva. La decisión de romper con la relación o de buscar ayuda puede frenarse o retrasarse debido a la creencia de que el amor todo lo puede. Y que por tanto, es posible superar cualquier dificultad e incluso cambiar a la pareja (aunque sea maltratador).

Como ya se ha mencionado, el fenómeno de la violencia de género no es simple, el problema no aparece de la nada y la mujer víctima no se percibe de repente encerrada en el laberinto que ello supone, sino que se trata de una espiral de violencia que la absorbe poco a poco si no sale a tiempo. Ello lo explica Leonore Walker (1991) en su teoría de los ciclos de la violencia, postulada a partir de un análisis detallado, tomando en consideración las hipótesis de la indefensión aprendida y la hipótesis de la tensión-reducción. Consiste en un fenómeno de carácter cíclico que se compone de diversas etapas en las que varían los comportamientos de agresor y víctima. El maltratador intercala etapas de violencia con etapas de conciliación y arrepentimiento. De manera que tras un primer ciclo de violencia, la probabilidad de nuevos episodios, desencadenados por detonantes más insignificantes y con mayor virulencia es mayor porque las fases de conciliación tienden a desaparecer. Así con el paso del tiempo el ciclo se va cerrando: el maltrato es más frecuente y severo y la víctima se encuentra con menos recursos psicológicos para salir de la situación. Cuanto mayor sea el tiempo que una mujer pase en esta situación de violencia, mayor probabilidad de que las consecuencias psicológicas se cronifiquen.

En este ciclo de la violencia, en una primera fase -la fase de acumulación o de construcción de la tensión- se producen abusos que consisten en actos “menores” de violencia, como por ejemplo abusos verbales (insultos, menosprecios, indiferencia, sarcasmo, demandas irracionales, manipulación...) ligados a conflictos cotidianos. En esta fase, la mujer cree poseer cierto control sobre la frecuencia y severidad de los conflictos o incidentes abusivos y trata de evitar un incremento de

la violencia. Evita aquello que cree que pueda molestar a su pareja, intenta calmarle, se culpabiliza de lo sucedido... La víctima ya empieza a experimentar angustia y confusión, pero el maltratador, al percibir el distanciamiento, trata de controlarla y provocarla para generar reacciones en ella. En una segunda fase, la fase de agresión o descarga de la tensión, aumenta la intensidad de la violencia psicológica y empieza a aparecer la física o sexual. Es entonces cuando la mujer intenta sobrevivir, tratando de tranquilizar al agresor e incluso manteniendo relaciones sexuales involuntarias o amenazándole con abandonar la relación si no se detienen los malos tratos. En la tercera fase -o fase de arrepentimiento, de conciliación o de "luna de miel"- el maltratador demanda perdón con promesas y calma. La mujer en este punto trata de creer en las palabras del maltratador, poniendo su empeño en que la relación funcione, pero todo ello en mitad de una gran tensión que acaba llevándoles de nuevo a la primera fase. El ciclo se va cerrando a medida que la luna de miel desaparece y se intensifica la violencia, haciéndose cada vez más frecuente, mientras paralelamente la mujer pierde apoyos y recursos para salir de ella.

Muy frecuentemente las mujeres maltratadas no perciben encontrarse en este ciclo, negando o minimizando la violencia y considerando que están ante acontecimientos aislados. La creencia de que deben potenciar con su conducta los aspectos positivos del comportamiento de su cónyuge tiene como consecuencia que se hagan a sí mismas responsables de la violencia que están padeciendo. Cuando sus intentos de controlar la violencia fracasan, aparecen los sentimientos de baja autoestima.

Bosch y Ferrer proponen el modelo del Laberinto, describiendo "el complejo laberíntico" en que se convierte la relación de pareja cuando es violenta. El modelo que proponen se estructura en tres círculos, de menor a mayor peligrosidad en su recorrido. El esquema del marco de actuación y pensamiento de la mujer que padece violencia en la relación de pareja podría ser el siguiente:

- Fascinación: se generan expectativas amorosas, que cuanto mayores sean mayor es la posibilidad de cometer un error y menor es la posibilidad de darse cuenta de ello.

- Reto: para mejorar la relación, la mujer se esfuerza en realizar cambios en sí misma o en el medio, al igual que hace concesiones al amor tratando de justificar los aspectos negativos.
- Confusión: al no lograr el bienestar, baja la propia aceptación y se activa el proceso de autocuestionamiento.
- Extravío: la mujer hace una mala representación emocional de sí misma, de él y de la relación. Al no haber respuesta, se rinde.

Ambos miembros de la pareja son los que entran en el laberinto, creyendo que su diseño de futuro coincide, así que sus expectativas les llevan a consolidar la relación. El sentimiento de fuerte apuesta afectiva alimenta las expectativas tradicionales y el enamoramiento se vive con una gran entrega. Aparecen los problemas cuando en la convivencia colisionan los intereses, dando lugar a las primeras estrategias de control por parte del maltratador. Pueden ser en forma de lamentos, demandas desproporcionadas, críticas o quejas. En este primer círculo del laberinto, algunas mujeres salen por sí mismas, pero otras permanecen y siguen adentrándose cada vez más. (Bosch, Ferrer y Alzamora, 2006).

En el segundo estadio, aparecen ya las agresiones físicas reproduciéndose el ciclo de la violencia que propone Walker (1991). En esta etapa, la mujer no recibe tantos refuerzos externos como podía recibir en el primer círculo, lo que la lleva a ineficaces estrategias para la evitación de la agresión, que en ocasiones consisten en una mayor sumisión en un intento de adaptación. Es en el paso del primer al segundo círculo del laberinto donde se activa más la fuerza del mito de la omnipotencia y los relacionados con la negación de la realidad. La mujer trata de justificar los conflictos, autoengañándose, sin aceptar el error. Mientras que el hombre se aprovecha de ese autoengaño, intensificando sus estrategias de control.

Será en el tercer anillo, el núcleo del laberinto, donde reine la violencia y el miedo esté instaurado. Esta vez, las estrategias son de supervivencia.

Cuando las mujeres se plantean abandonar al maltratador tienen que reconstruir su nueva biografía y abandonar un lugar en el que tenían un rol de esposa y madre. Se trata de dejar su proyecto vital; renunciar al amor es el fracaso absoluto de su vida, y es muy difícil que vean en ese cambio una promesa de vida

mejor. Las mujeres siguen interpretando la ruptura matrimonial como un problema individual, como una situación estresante y anómala y no como la liberación de una situación opresiva que, además, debe ser tratada como problema colectivo y no individual (Melgar y Valls, 2010).

Propuestas de prevención

Los resultados de algunas investigaciones indican que a mayor nivel educativo, menor es el nivel de tolerancia hacia la violencia contra las mujeres en la pareja (Yoshioka et al., 2001). Así que puede confirmarse que este tipo de violencia se analiza como un fenómeno multicausal en el que tienen un papel relevante en su génesis las creencias y las actitudes sexistas. La modificación de estas creencias y actitudes puede resultar una herramienta efectiva en su prevención.

Flecha, Puigvert y Redondo (2005) proponen el desarrollo de una nueva socialización que prevenga la violencia de género partiendo de la siguiente premisa: “Se entiende por socialización preventiva el proceso social a través del cual desarrollamos la conciencia de unas normas y unos valores que previenen los comportamientos y las actitudes que conducen a la violencia contra las mujeres y favorecen los comportamiento igualitarios y respetuosos”. En definitiva, debemos crear nuevos modelos de relaciones que se basen en la adquisición de tres grandes competencias: competencias en la atracción, competencias en la elección y competencias para la igualdad.

Jesús Gómez (2004) señala que las relaciones afectivo-sexuales se caracterizan por la ausencia de investigaciones científicas. Y entiende que el modelo alternativo de amor ha de construirse a través del diálogo, la igualdad y la libertad. Para Gómez, el proceso de cambio afectivo-sexual es un proceso interactivo y dialógico y por ello el contexto que propone para hacerlo posible es el de las comunidades de aprendizaje, que se basan en los siguientes principios: Diálogo igualitario, inteligencia cultural, transformación, dimensión instrumental, creación de sentido, solidaridad e igualdad de diferencias. En términos prácticos, algunas de sus sugerencias son:

- Desarrollar el amor como sentimiento que tiene origen social y no personal.
- Examinar de forma crítica a los medios de comunicación como formadores del enamoramiento.
- Rechazar a las personas que no actúan de acuerdo con los valores aportados por la definición transformadora del amor.
- Sentir atracción hacia las personas que desarrollan los mismos valores de la definición transformadora de amor.
- Conocer las jerarquías de poder y cómo las interiorizamos desde el nacimiento.
- Desarrollar el espíritu crítico respecto al patriarcado.
- Desarrollar relaciones afectivo sexuales que no sean de poder y sí de igualdad, solidaridad, amistad, generadoras de amor y pasión.

En el avance hacia sociedades más igualitarias, dialogantes y democráticas son los movimientos sociales lo que juegan el papel más importante (Puigvert, 2001). Esto hace referencia a esta nueva tendencia dentro del movimiento feminista, que es el feminismo dialógico, el diálogo de mujeres procedentes de diversas realidades sociales, culturales y académicas.

Es gracias al diálogo igualitario que mujeres de todos los niveles académicos reflexionan, construyen nuevos significados en sus vidas y empiezan un proceso de transformación social y personal (Elboj, Puigdellívol, Soler y Valls, 2006). En palabras de Sen: “cualquier intento práctico de mejorar el bienestar de las mujeres ha de basarse en la agencia de las propia mujeres para conseguir ese cambio” (1999).

Ángeles Rebollo (2010) asegura que las estrategias feministas para lograr el empoderamiento han de desarrollarse en el fomento de redes de apoyo entre mujeres, para difundir y dar a conocer modelos positivos de mujeres y reivindicar el rol activo de éstas en las tradiciones y costumbres populares, etc. Otra de las técnicas todavía en expansión desde sus orígenes en España en los años 80, es la referida a las nuevas masculinidades, en que hombres aprenden a deshacerse de la influencia patriarcal.

Fernando Barragán (2006) propone una guía curricular para trabajar con población adolescente que incluye cuestionar el patriarcado y que comprende una guía teórica y práctica para el profesorado y para trabajar con el alumnado. También dirigidas al público adolescente se han elaborado diversas propuestas de guías y talleres (Simón, 2004; Urruzola, 2005; Repullo, 2009; Genovés y Casas, 2009; etc.).

Conclusiones

Los estereotipos de género, los significados sociales y culturales asociados al sexo también impregnan y han impregnado la construcción de las disciplinas científicas, condicionando sus contenidos. Pero cada vez existen más líneas de investigación sobre género y cada vez son más los investigadores que hacen novedosas propuestas para criticar el androcentrismo científico.

Si lo que se halla en el origen de la violencia doméstica son las construcciones sociales, la sociedad en su conjunto debe “rehabilitarse”. Es el modelo social actual el máximo legitimador de tales mitos y comportamientos violentos, por tanto, se trata de una sociedad que diariamente genera patologías en las relaciones afectivas y produce maltratadores. Las nuevas generaciones deben ser educadas en el análisis crítico de este modelo del amor romántico. Deben crecer entendiendo que el afecto puede ser múltiple, que el amor jamás debe basarse en autosacrificios y renuncias a los propios proyectos. Rehabilitar a la sociedad es posible con la modificación de los agentes socializadores.

Respecto a la intervención psicológica directa con mujeres víctimas de violencia de género, gracias a las terapias de orientación feminista es posible conseguir su empoderamiento también a través del análisis crítico del patriarcado y del restablecimiento de las creencias sociales desigualitarias. Por tanto, debe promoverse que los profesionales de este campo tengan un amplio conocimiento y formación específica en la materia y sus causas y no limitarse a un tipo de terapia cognitivo-conductual tradicional.

Referencias

Bosch, E., Ferrer, V., Ferreiro, V. y Navarro, C. (2013). *La violencia contra las mujeres. El amor como coartada*. Barcelona: Anthropos.

Bosch, E., Ferrer, V. y Alzamora, A. (2006). *El laberinto patriarcal*. Barcelona: Anthropos.

Bosch, E. y Ferrer, V. (2011). Violencia hacia las mujeres en el contexto familiar. En I. Fernández, J. F. Morales y F. Molero (Coords.). *Psicología de la intervención comunitaria* (pp. 213-243). Bilbao: Desclée de Brouwer.

Bosch, E., Ferrer, V.A., García, E., Mas, M.C., Navarro, C. Y Torrens, G. (2007). Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja. Madrid: Ministerio de Igualdad. Secretaría General de Políticas de Igualdad. Instituto de la Mujer.

Bosch, E. y Ferrer, V. (2013). Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. *Profesorado*, 17 (1), <http://www.ugr.es/local/recfpro/rev171ART7.pdf>

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

Elboj, C., Puigdemívol, I., Soler, M. y Valls, R. (2006). *Comunidades de aprendizaje. Transformar la educación*. Barcelona: Graó

Ellis, A. (1990). El amor y sus problemas. Aplicaciones clínicas de la terapia racional. <http://psicologomaresme.com/wp-content/uploads/2013/04/El-amor-y-sus-problemas.-A.-Ellis..pdf>

Fernández, I., Ubillos, S., Zubieta, E. Y Páez, D. (2004). *Psicología social, cultura y educación*. Madrid: Pearson Prentice Hall.

Ferrer, V.A., Bosch, E., Navarro, C. y Ramis, C. (2008). El concepto de amor en España. *Psicothema*, 20 (4), 589-595.

Ferrer, V.A., Bosch, E. Y Navarro, C. (2010). Los mitos románticos en España. *Boletín de Psicología*, Nº 99, 7-31.

Ferrer, V.A., y Bosch, E. (2012). Nuevo mapa de los mitos sobre violencia de género en el siglo XXI. *Psicothema*, 24 (4), 548-554.

Flecha, A., Puigvert, L., y Redondo, G. (2005). Socialización preventiva de la violencia de género. *Feminismo/s*, 6, 107-120.

Fundación Mujeres (2011). *Coeducación y mitos del amor romántico*. Consultada el 8 de febrero de 2013, en:

<http://educacoeducando.blogspot.com.es/2012/01/coeducacion-y-mitos-del-amor-romantico.html>

Gómez, J. (2004) *El amor en la sociedad del riesgo. Una tentativa educativa*. Barcelona: El Roure.

Hernando, A. (2007). La prevención de la violencia de género en adolescentes. Una experiencia en el ámbito educativo. *Apuntes de Psicología Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Occidental y Universidad de Sevilla* 25 (3), 325-340.

Instituto de la Mujer: <http://www.inmujer.gob.es/>

Larrañaga, E., Yubero, S. y Yuvero, M. (2012). Influencia del género y del sexo en las actitudes sexuales de estudiantes universitarios españoles. *Summa psicológica UST*, 9 (2), 5-13.

Melgar, P. y Valls, R. (2010). Estar enamorada de la persona que me maltrata: socialización en las relaciones afectivas y sexuales de las mujeres víctimas de violencia de género. *Trabajo social global*, 1 (2), 148-161

Ministerio de sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Violencia de género y Trata de Mujeres: <http://www.msssi.gob.es/ssi/violenciaGenero/home.htm>

OMS (Organización Mundial de la Salud) (2005). *Estudio multi-país de la OMS: Sobre salud de la mujer y violencia doméstica*. Ginebra: OMS. Disponible en:

http://www.who.int/gender/violence/who_multicountry_study/summary_report/chapter1/es/index.html

ONU (Organización de Naciones Unidas) (2006). *Estudio a fondo sobre todas las formas de violencia contra la mujer* (AG 61/122/Add.1): Nueva York: Naciones Unidas. Disponible en:

http://www.unifem.org.mx/un/index.php?option=com_remository&Itemid=2fileinfo&id=212

ONU (Organización de Naciones Unidas) (1994). *Declaración sobre la eliminación de la violencia contra las mujeres* (Res. AG/48/104). Nueva York: Naciones Unidas. Disponible en:

<http://www.unhchr.ch/huridocda/huridoca.nsf/%28symbol%29/a.res.48.104.sp?opendocument>

Ramos, M. (2011). Menores expuestas a violencia de género. *Boletín Fundación Mujeres*, 93.

Roca, N. y Masip, J. (2011): *Intervención en Violencia Sexista*. Barcelona: Herder.

Sangrador, J.L. (1993). Consideraciones psicosociales sobre el amor romántico. *Psicothema*, 5 (1), 181-196.

Sanpedro, P. (2005). El mito del amor y sus consecuencias en los vínculos de pareja. *Disenso*, 45.

Sen, A. (1999). *Desarrollo y libertad*. Barcelona: Planeta.

Yela, C. (2000). *El amor desde la psicología social: Ni tan libres ni tan racionales*. Madrid: Pirámide.

Walker, L. (2009). *The battered women síndrome*. New York: Springer Publishing Company.