

Vivir el feminismo para reafirmar la vida: Feministas transgresoras del amor

Living feminism to reaffirm life: Transgressive feminists of love

Paola Andrea Baracaldo Lozada

Director Jorge Alberto Palomino Forero

Pontificia Universidad Javeriana

Maestría en Estudios Culturales Latinoamericanos

Bogotá D.C.

15 de febrero de 2024

Formato de certificado

Yo, Paola Andrea Baracaldo Lozada, declaro que este trabajo de grado, elaborado como requisito parcial para obtener el título de Maestría en Estudios Culturales Latinoamericanos en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Javeriana es de mi entera autoría excepto en donde se indique lo contrario. Este documento no ha sido sometido para su calificación en ninguna otra institución académica.

A rectangular box containing a handwritten signature in black ink that reads "Paola A. Baracaldo L.".

Paola Andrea Baracaldo Lozada

13 de febrero de 2024

Resumen

La violencia que reciben las mujeres por parte de sus parejas continúa en aumento. Esto puede explicarse, en parte, por el amor romántico, el cual, al establecer las pautas para experimentar los vínculos erótico-afectivos desde un sistema sexista y heteronormativo, propicia la proliferación de estas acciones. Poco se sabe sobre cómo los feminismos aportan al afrontamiento de esta realidad, por eso surge la pregunta: ¿Cómo un grupo de mujeres en Bogotá, que se reconocen como feministas, identifican y detienen violencias psicológicas en sus relaciones de pareja? A través de la metodología de historias de vida, se buscó obtener conocimientos situados de las experiencias de siete mujeres. Los objetivos fueron comprender tanto sus discursos como sus prácticas y evidenciar sus estrategias contrahegemónicas en torno al amor. Aquello que aprendieron en la infancia se ha ido transformando por sus vivencias, y por sus acercamientos al movimiento feminista. Esto les ha llevado a adoptar prácticas como la autocrítica, el cuidado de sus redes de apoyo y la comunicación con sus parejas, construyendo relaciones que desafían la norma.

Palabras clave: feminismos, feministas, amor romántico, violencia de género, experiencias.

Abstract

The violence women receive from their partners continues to increase. This can be partly explained by romantic love, which, by establishing guidelines for experiencing erotic-affective bonds from a sexist and heteronormative system, fosters the proliferation of these actions. Little is known about how feminisms contribute to coping with this reality, hence the question arises: How do a group of women in Bogotá, who identify themselves as feminists, identify and stop psychological violence in their relationships? Through the life stories methodology, I sought to obtain situated knowledge from the experiences of seven women. The objectives were to understand both their discourses and practices and to demonstrate their counter-hegemonic strategies regarding love. What they learned in childhood has been transformed by their experiences, and by their approaches to the feminist movement. This has led them to adopt practices such as self-criticism, caring for their support networks, and communicating with their partners, building relationships that defy the norm.

Keywords: feminisms, feminists, romantic love, gender violence, experiences.

Introducción

Reiteradamente veo en los medios de comunicación casos de mujeres maltratadas o asesinadas, principalmente por sus parejas. Con frecuencia, escucho a mis familiares y amigas hablar de la violencia que han vivido en las calles y en relaciones pasadas o presentes. A diario pienso en cómo debo cuidarme tanto al salir, como al interior de mi casa, ya sea con mi pareja o con la persona que estoy conociendo. La violencia basada en género (en adelante VBG) es una realidad que afecta a un gran número de mujeres, por no decir a todas. Lo que más preocupa es que los agresores son principalmente parejas, exparejas, familiares o personas conocidas. Esta es una problemática que se agudiza en países empobrecidos (Naciones Unidas, 9 de Marzo de 2021) como Colombia, donde los feminicidios, la violencia intrafamiliar y la violencia sexual, continúan en aumento (Procuraduría general de la nación, 06 de Marzo de 2023).

Esta investigación nace de vivir en un cuerpo asignado como mujer y de las implicaciones que esto tiene sobre mi cuerpo, en la forma como pienso y actúo. También surge de una emoción que me mueve cuando estoy con otras mujeres, amigas y familiares, pero especialmente aquellas con quienes trabajo: mujeres racializadas, empobrecidas, y/o discriminadas por su lugar de procedencia. Todas hemos sido afectadas del alguna manera por el sistema sexista, pero me inquieta especialmente la violencia en nuestras relaciones erótico-afectivas, por eso me invade la pregunta: ¿Qué nos lleva a permanecer en estas relaciones y cómo podemos romper este ciclo de violencia?

Uno de los tipos de VBG es la psicológica que se materializa en: la intimidación, la amenaza, el aislamiento de las redes de apoyo, el quebrantar la autoestima, el abuso verbal, entre otras (ONU, 18 de julio de 2023). Me llama la atención este tipo de violencia puesto que en algunos momentos de mi vida no he logrado darle un nombre a estas situaciones que me generan malestar, pese a que mi pareja no me haya agredido física, sexual o económicamente. Además, según lo que he ido aprendiendo, si este tipo de violencia se logra identificar y detener se puede prevenir su escalonamiento a otras formas de violencia.

Ahora bien, existe una diversidad de teorías sobre cómo el amor romántico (en adelante amor-r) que interiorizamos, nos lleva a justificar y naturalizar las violencias en las relaciones de pareja. Esta es la forma hegemónica de entender el amor, basada en un sistema sexista, heteronormativo y monógamo, que dicta cómo debemos amar y actuar según nuestro sexo, para encontrar a la persona ideal bajo el concepto de 'que sea el amor de la vida hasta el final de los tiempos'.

Ante esta realidad, por haber tenido acercamientos a los feminismos a través de conversaciones con amigas y la academia, me ha surgido otra pregunta: ¿Qué tiene el feminismo que decir al respecto y cómo contribuye a transformar esta situación? El movimiento feminista ha ido creciendo y se ha ido nutriendo de diferentes teorías, al punto de no poder hablar de un solo feminismo, sino de feminismos. Aún así, todos comparten una base política y filosófica la cual es: acabar con el sexismo, es decir, con las relaciones de poder asimétricas basadas en las diferencias de género, que son socialmente construidas (bell hooks, 2017).

En el imaginario común persiste la idea de que el feminismo solo se encuentra en las mujeres organizadas en colectivas que exigen derechos en las calles. Sara Ahmed (2017) argumenta que el movimiento feminista no siempre es público, el feminismo ocurre también en espacios etiquetados como personales y no políticos. Para ella, el movimiento es lo que nos mueve a hacernos feministas.¹

Mi interés es aprender de la historia de mujeres que, por su devenir feministas, han transformado sus formas de relacionarse erótico-afectivamente. Por lo tanto, la pregunta de esta investigación es: ¿Cómo un grupo de mujeres en Bogotá, que se reconocen como feministas, identifican y detienen violencias psicológicas en sus relaciones de pareja? El objetivo general es comprender cómo ser feministas incide en sus relaciones sexo-afectivas. Los objetivos específicos son: identificar los discursos sobre los feminismos que enuncia este grupo de mujeres, describir las prácticas que tienen para identificarse como feministas, y analizar cómo sus experiencias han transformado sus comprensiones sobre el amor y, por ende, han quebrado prácticas de violencia en sus relaciones erótico-afectivas.

Es importante aclarar que con esto no pretendo generar un conocimiento generalizante ni universalizante. No quiero dar a entender con los hallazgos, que todas las mujeres feministas comparten los mismos discursos o prácticas, o que deberían hacerlo. Antes bien, como lo propuso Haraway (1995), pretendo buscar conocimientos situados y parciales², más

¹ El feminismo es un movimiento en muchos sentidos. Algo nos mueve a hacernos feministas. Puede ser un sentido de la injusticia (...) algo nos mueve a transformar lo que existe. (...) No toda presencia feminista puede detectarse con tanta facilidad. Un movimiento feminista no siempre se manifiesta en público. Un movimiento feminista puede suceder en el momento en que una mujer explota porque ya no puede más, en ese instante en el que ya no puede soportar la violencia que satura su mundo. (...) cada habitación de la casa puede convertirse en una habitación feminista (...) El feminismo está donde sea que tenga que estar. El feminismo tiene que estar en todas partes (Ahmed, 2017, p. 22 y 23).

² solamente la perspectiva parcial promete una visión objetiva. (...) La objetividad feminista trata de la localización limitada y del conocimiento situado. (...) existen solamente posibilidades visuales altamente específicas, cada una de ellas con una manera parcial, activa y maravillosamente detallada (...) No buscamos la parcialidad porque sí, sino por las conexiones y aperturas inesperadas que los conocimientos situados hacen posibles, la única manera de encontrar una visión más amplia es estar en algún sitio en particular (Haraway, 1995, p.12,13, 22).

cercanos a la realidad, a través del método biográfico de historias de vida. Además, la investigación no está posicionada desde algún feminismo específico, ya que mi interés es en los sujetos que se nombran feministas. Reconozco que existen tantos feminismos como posturas de sujetos, con contextos de vida distintos. El propósito es ver cómo estos feminismos generan movimientos internos o sospechas sobre el amor y la estructura del relacionamiento de pareja.

Frente a esto, Braidotti (2004) menciona que la tarea feminista es transformar la definición de sujeto femenino, pero esto solo se puede lograr al reconocerse como un cuerpo sexuado y generizado, lleno de significados en una red de complejas relaciones de poder, y en medio de una estructura discursiva y material de normatividad. Comprender esta diferencia sexual definitoria de la mujer sienta las bases para un modelo de la subjetividad femenina, que implica trascender las relaciones de poder mientras se permanece situado dentro de ellas. Nos aferramos a ser mujeres, con el objetivo crítico y ético de redefinir la subjetividad femenina, lo cual también requiere replantear las relaciones erótico-afectivas.

Este trabajo se divide en cuatro apartados. El primero, es el marco de referencia, donde se presenta una discusión entre varios autores sobre los elementos conceptuales necesarios para hacer una lectura crítica al responder a la pregunta de investigación. A continuación, se encuentra la metodología implementada, junto con su justificación. Posteriormente, se exponen los resultados, divididos por categorías emergentes de las entrevistas, estableciendo un diálogo con la teoría previamente expuesta. Finalmente, se encuentran las conclusiones basadas en los hallazgos.

Marco de referencia

Para comenzar, realizaré un recorrido por una serie de conceptos como género, amor-r y VBG; con el fin de entender cómo se configura la violencia como una práctica al interior de las relaciones erótico-afectivas. Posteriormente, llevaré a cabo una discusión en torno a la teoría y las investigaciones encontradas sobre las prácticas de re-existencia que tienen las mujeres, las cuales crean fisuras dentro en las normas reguladoras de género que recaen sobre ellas.

El género como regulador de las prácticas discursivas del amor

Para iniciar, existe un debate respecto a si la organización social a partir del género existía previamente o si fue producto de la colonización. Lugones (2008) plantea que en las sociedades precoloniales, el género no era un principio organizador, mientras que Segato (2018) argumenta que los mitos de origen muestran reiteradamente la derrota y el disciplinamiento de las mujeres. A pesar de esas diferencias, ambas coinciden en que con el capitalismo eurocentrado y la colonización occidental, los hombres colonizados, al ser derrotados y no poder dominar en lo público, se volvieron cómplices para subordinar a las mujeres no blancas, comenzando a emular la agresividad viril dentro de casa (Lugones, 2008, Segato, 2018). El sistema de género occidental fue aceptado por ellos, el cual establece que las mujeres no tienen poder y no pueden participar en el espacio público. Este fue un ejercicio de inferiorización cognitiva, política, y económica de las mujeres; por lo tanto, la colonización fue un proceso dual de subordinación racial y de género (Lugones, 2008).

Lugones nombra lo anterior como un « sistema moderno-colonial de género », ya que la colonialidad de poder, que clasifica el mundo en términos de razas, y el sistema de género se constituyen mutuamente, en torno al poder capitalista eurocentrado y global (Lugones, 2008). Segato, por otro lado, habla del patriarcado de alta y baja intensidad. El segundo hace referencia a esa posición de prestigio que ya detentaban los hombres antes de la colonización, pero que era de baja letalidad puesto que el lugar doméstico, habitado por las mujeres, tenía un poder político y legítimo, estaban organizados desde la complementariedad. Con la llegada del orden moderno colonial, esta jerarquía le permitió al hombre colonizado asociarse al hombre blanco, lo cual exacerbó esta relación de poder basada en el género y por lo tanto se volvió mucho más letal para las mujeres. Es aquí donde radica la importancia de comprender el efecto que ha tenido la colonización sobre nuestras vidas, ya que el proceso de modernización que busca expandirse continuamente implica un proceso de colonización en permanente curso y por lo tanto un aumento constante de la crueldad hacia las mujeres (Segato, 2013). Además, la colonialidad del poder también se refleja en los discursos sobre el amor, que forman parte de un estilo emocional que entiende los vínculos como una mercancía más. Profundizaré sobre esto en el siguiente apartado.

Ahora bien, el género se ha definido como una construcción cultural, según la cual se considera que hombres y mujeres tienen características específicas por el hecho de nacer con determinado sexo, creando una organización binaria y jerárquica que determina lo que somos y debemos ser (Lamas, 2013). En otras palabras, el género es la configuración social de las relaciones que establece los roles apropiados para mujeres y hombres (Scott, 1986). El género, con el dimorfismo biológico, la dicotomía hombre/mujer, el heterosexualismo, y el

patriarcado (Lugones, 2008), se establecen como normas que se transmiten de manera implícita a través del lenguaje, las prácticas y distintos símbolos. La variación a estas normas es considerada una desviación que debe ser castigada (Lamas, 2013). Hablar de género nos permite observar las normas que recaen sobre nuestros cuerpos, según el sexo asignado, lo que impacta nuestra forma de relacionarnos al crear vínculos románticos.

Butler (2002) entiende el discurso como los procedimientos sociales mediante los cuales se crean enunciados y saberes, que se convierten en códigos normativos sobre lo que es ser un hombre y una mujer; y las prácticas como los mecanismos y las acciones para la producción y reproducción de ese sistema de valores y creencias en torno al género. Aún así, contrario a lo dicho por Lugones y Lamas, ella argumenta que el género no puede entenderse como la construcción cultural y el sexo como materia preexistente. Para esta autora, las diferencias sexuales también están formadas por las prácticas discursivas. Esto lo explica mediante la performatividad de las normas reguladoras del sexo; es decir, la reiteración forzada de las normas produce al sujeto sexuado, materializa su cuerpo y por eso el sexo adquiere su efecto naturalizado. Esto conlleva a la creación de fronteras y a una operación de exclusión, donde para ser considerado sujeto se debe identificar con algún "sexo" (mujer/hombre); lo que está por fuera de esto es cuestionado como humano.

En esta línea, Preciado (2008) argumenta que las tecnologías del género constituyen performativamente la materialidad de los sexos. Para la autora, el régimen farmacopornográfico, a partir de un ideal regulador, usa el género como tecnología para modificar el cuerpo de aquellos que no se pueden clasificar en femenino o masculino; mediante modificaciones hormonales y quirúrgicas, aunque no exclusivamente. Así, ser mujer u hombre es una ficción y una distorsión de la realidad producida por un conjunto de tecnologías de domesticación del cuerpo. Nos han programado para creer que tenemos una identidad de género y una sexualidad fijas, y es así como nuestro cuerpo también se convierte en una biotecnología para la reproducción del sistema binario y heteronormativo.

Mencionar la performatividad y las tecnologías del género es relevante, puesto que permite ver cómo, a través de lo que hacemos, nos vamos construyendo a nosotrxs mismxs, no solo culturalmente, sino también materialmente. Al adoptar ciertos roles de género y ponerlos en práctica en nuestra cotidianidad, creamos las diferencias sexuales normativas y edificamos nuestra realidad. Un refrán utilizado en Colombia, es “el hombre propone y la mujer dispone” lo que significa que del hombre se espera que sea activo y de la mujer que sea pasiva en el momento de relacionarse. Este es un claro ejemplo de cómo las prácticas discursivas nos hacen las personas que somos, y en consecuencia, hay una performatividad de

la emoción del amor. En los resultados de esta investigación veremos otros ejemplos sobre los roles que nos asignan a las mujeres en medio del amor.

Mara Viveros muestra en el contexto colombiano cómo, al transformarse los roles de género, cambian las prácticas discursivas que hay en torno al amor. Ella parte de la hipótesis de que Bogotá es el paradigma de lo que debería ser la cultura nacional, como esos modelos dignos de ser asimilados por los demás habitantes del país. Desde allí entonces menciona que en los años 50s, la violencia entre conservadores y liberales sacó a las mujeres de su rol tradicional, y el amor comenzó a ser visto como una imposibilidad, ya que la vida pública de la mujer desestabiliza el equilibrio del hogar. En los 70s llega la revolución sexual, lo que hizo que el amor se representara de manera menos sublime y más anclada al cuerpo. Es así como se han ido quebrando algunos ideales del amor-r debido a la emancipación femenina (Viveros, 2011). Este estudio es de gran utilidad, ya que hace evidente la relación estrecha que existe entre las normas reguladoras de género y los discursos y prácticas del amor. Además, permite ver históricamente las transformaciones culturales en estos aspectos y nos sitúa en el contexto que se va a entrar a estudiar en esta investigación.

Frente a la afirmación de Viveros sobre el amor como imposibilidad, Illouz (2007) menciona que las personas tienen una utopía romántica que está lejos de poder realizarse. Esto es una experiencia propia de la modernidad pues existe una disparidad entre las expectativas y la experiencia, es decir, la realidad. Es así como, según Viveros (2011), hoy en día coexisten dos formas de amor en la sociedad colombiana. Por un lado, la búsqueda de libertad y autonomía, lo que ha consolidado nuevas formas de relación afectiva; es decir, la monogamia y la heterosexualidad son vistas como una opción más. Por otro lado, sigue vigente el amor como refugio, donde la pareja tradicional y el amor eterno están vivos como ideales, como parte de una utopía romántica. A continuación, explicaré estos modelos de relaciones propios del amor-r.

Amor romántico: el control cultural de nuestra emotividad a favor del capitalismo

El término amor-r hace referencia a una estructura emocional, que puede entenderse como la energía o el movimiento interno que nos lleva a actuar. Es un aspecto profundamente internalizado e irreflexivo de la acción. Sin embargo, la emoción no es solo un aspecto psicológico, al contrario, es principalmente cultural y social (Illouz, 2007). La cultura, a través de sus normas, lenguajes, estereotipos, metáforas y símbolos, controla la interpretación y el funcionamiento de las emociones (Illouz, 2009). Por lo tanto, establece las condiciones

para experimentar el amor, delimita el ejercicio de la sexualidad y los roles de género, reproduciendo a su vez un modelo hegemónico de pareja y de familia. (Palomino, 2012). Entender que la emoción del amor es sobre todo cultural nos permite ver que lo que consideramos netamente biológico y, por lo tanto, incontrolable, en realidad es moldeado por los discursos y prácticas que establecen una norma sobre cómo se deben vivir las relaciones erótico - afectivas.

Por medio del amor-r se establecen culturalmente valores e ideales para las relaciones de pareja, los cuales circulan y son promovidos a través de la literatura, la televisión, las redes sociales, entre otros medios (Palomino, 2012). bell hooks (2000) menciona que en la sociedad occidental deseamos obtener una relación que se caracteriza por ser fácil y sin dificultades, donde sabemos amar instintivamente, y en la que caemos sin capacidad de elección. Otros ideales incluyen la fidelidad, la confianza, la virtud, el amor eterno y el matrimonio (Palomino, 2012); la persona amada como única e irremplazable; el amor a primera vista; y el amor como lo más importante del mundo para encontrar la felicidad, por lo que se justifica sacrificar todo lo demás (Illouz,2009).

Una investigación realizada en Australia permitió observar cómo los discursos de amor-r mantienen a algunas mujeres en relaciones que desde el principio mostraban señales de violencia. Por un lado, se identificó que la presión social les genera una angustia por encontrar a un hombre como pareja y protector de ellas. Por otro lado, se encontró en sus discursos la idealización del hombre como fuerte y héroe, lo que las lleva a sentirse débiles e incapaces. También fue evidente la idea de que el amor todo lo puede, porque son ellas las encargadas de hacer que las relaciones funcionen (Power, Koch, Kralik, y Jackson, 2005). Asimismo, en la investigación realizada por Valls, Puigvert, y Duque (2008), con adolescentes en España, se encontró que a las jóvenes les atraen los chicos percibidos como agresivos y dominantes, ya que creen que son relaciones más pasionales, mientras que las relaciones basadas en el afecto y el diálogo son percibidas como monótonas.

Estos son algunos ejemplos de los ideales que circulan en nuestra sociedad sobre cómo debe ser el amor, los cuales se convierten en normas y mandatos que guían nuestros comportamientos al relacionarnos sexo-afectivamente. Al interiorizar estos valores, llegamos a justificar, naturalizar y legitimar diferentes prácticas que en realidad son violentas, todo con el objetivo de vivir el amor, proteger la relación de pareja y alcanzar una supuesta plenitud. Estos ideales y sus consecuencias se observan en las narrativas de las mujeres entrevistadas.

Por otro lado, Bauman (2003) explica cómo el modelo de pareja tiene intrínsecamente el deseo de poseer al otro. Para él, el hecho de que el ser humano nazca abandonado a su existencia, y que la alteridad sea impenetrable, hace insoportable la distancia que se crea entre dos personas. Por eso la única respuesta a la soledad humana es la fusión, la dominación y eliminar la irritante alteridad que nos separa del ser amado. Entonces, la experiencia del amor se convierte en otra mercancía más para el consumo. Para el autor, las relaciones no pueden ser consideradas como inversiones ni garantías, ya que el amor es incertidumbre debido a que no podemos conocer completamente al otro. Estamos sometidos al azar, a la inseguridad y a un futuro indeterminado, pero al no poder soportarlo tendemos a complacer o controlar.

Así mismo, para Illouz (2007) la construcción del capitalismo se ha hecho de la mano de una cultura preocupada por la vida emocional. Desde el siglo XX, un nuevo estilo emocional, producto del discurso terapéutico freudiano, ha puesto énfasis en la importancia de las emociones y la individualidad. Este discurso ha construido un nuevo modelo de intimidad, que ha llevado a un proceso de racionalización de las relaciones íntimas y a la objetivación de las emociones. Esto produce relaciones despersonalizadas, vacías de su particularidad, como posibles mercancías que pueden ser analizadas en términos de costo-beneficio.

Lo que plantean Illouz y Bauman es fundamental, puesto que resaltan que con la llegada de este nuevo estilo emocional, las relaciones se convierten en una mercancía más. Por lo tanto, el ideal de encontrar a una persona indicada con quien vivir el resto de la vida lleva consigo la intención de poseer, consumir y fusionarse con el otro. El amor-*r* implica por sí la disminución de la pareja, lo cual puede explicar los diferentes comportamientos de violencia y control que se dan en estas relaciones.

En esta línea, uno de los principales resultados del control de la cultura sobre el amor son los dispositivos de emparejamiento, es decir, prácticas y discursos que incorporamos en función de tener UNA pareja como la única forma y escenario posible para experimentar el amor. En el imaginario colectivo, se ha institucionalizado la idea de que el amor se encuentra exclusivamente en una relación de dos personas, alineada con el modelo hegemónico del matrimonio y la familia (Palomino, 2012). Asimismo, se espera que la sexualidad se mantenga en el marco de estas relaciones. Una pareja se caracteriza por su fidelidad sexual y su vínculo exclusivo con una única persona (Prada, 2010). Como se mencionó, este modelo lleva intrínsecamente la intención de consumir al otro, por eso hay muchas prácticas de violencia validadas por nuestra sociedad para proteger la pareja.

Al legitimizar la relación entre dos como único lugar para vivir el amor y el erotismo, se instaura un sistema de jerarquías sexuales. Hombres y mujeres se sitúan en un sistema que los ubica como opuestos, pasivo - activo, normalizando la relación de dominación masculina sobre lo femenino (Palomino, 2012). “La jerarquía social que producen las divisiones de género contiene divisiones emocionales implícitas, sin las cuales hombres y mujeres no producirían sus roles e identidades” (Illouz, 2007, p. 17). De esta manera, la sexualidad y el amor-r se convierten en herramientas al servicio del sistema de producción capitalista; otras formas de relación que se salen de la norma resultan problemáticas para los ideales neoliberales (Prada, 2010). Lo que expresan estos autores nos lleva a comprender cómo el modelo de pareja asigna unos roles y genera una emocionalidad específica según nuestro sexo, manteniendo así las relaciones asimétricas dentro de los vínculos erótico- afectivos.

Además del capitalismo, la familia juega un papel importante en la preservación de los ideales del amor-r. Similar al comportamiento de las abejas, que obedecen ciegamente y abandonan su individualidad a favor de la colmena, la familia transforma las energías singulares en proyectos colectivos. La familia, que rara vez es cuestionada, está encargada de mantener el orden y de reproducir la perfección inalcanzable que hay en el cielo. La heterosexualidad, la monogamia y la reproducción se vuelven obligatorias, ya que se cree que fuera de la pareja macho-hembra triunfa el desorden y el mal (Onfray, 2022). La familia es la institución por excelencia que transmite los modelos hegemónicos de feminidad y masculinidad, así como los valores del amor, para replicar el prototipo que es útil al sistema capitalista. Los efectos que tiene la familia sobre la comprensión y las prácticas del amor se observan en los resultados de esta investigación.

Estos roles de género e ideales del amor recaen sobre todas las personas, pero especialmente en las mujeres, en función de su subordinación (Giddens, 2004). La libido y la sexualidad libre de las mujeres ponen en riesgo el orden y amenaza con el caos. Por lo tanto, esta cultura, que busca la perfección, obliga a las mujeres a renunciar a su pensamiento personal. La familia enjaula el deseo de las mujeres para que sea socialmente aceptable (Onfray, 2022), de allí que se les limite a sus roles de madres y amas de casa, confinando y controlando su sexualidad (Palomino, 2012). Como resultado, se espera que las mujeres sean complacientes y obedientes, y se les enseña que la autoafirmación es una amenaza a la feminidad (bell- hooks, 2000). Como podemos ver, los cuerpos y las vidas de las mujeres son controladas para mantener una organización social jerárquica que las sitúa en un lugar inferior. Cuando alguna mujer transgrede alguno de estos ideales o normas, es castigada y explota la violencia hacia ella.

Aún así, todxs, independiente de nuestra orientación sexual, somos condicionados por el amor-r, deseando encontrar sujetos virtuosos y fieles. Por esta razón, la infidelidad es el mayor detonante de conflictos y de violencia en cualquier relación erótico-afectiva (Palomino, 2012). Generalmente, todxs replicamos estos discursos y prácticas con el fin de conseguir una pareja, bajo el ideal de que sea hasta la muerte y para construir una familia. En consecuencia, se legitiman unas prácticas violentas en el marco de estas relaciones, como los celos, el control y la manipulación, entre otras formas de violencia, para proteger a la pareja.

El amor romántico y la violencia de género para defender el modelo hegemónico

Basados en el amor-r se han creado varias formas de castigar lo que se encuentra fuera de la norma, como los celos. La relación de pareja, exclusivamente entre dos personas, es el único espacio para experimentar el amor y la expresión erótica, por lo tanto, la infidelidad pone en riesgo la relación. A partir de esto, se ha consolidado una emocionalidad para defender la relación monógama (Prada, 2010). Los celos, son una reacción emocional irracional pero supremamente cultural, que al ser legitimada por la idea de que es una manifestación de amor, ha llevado a desencadenar violencia de todo tipo. Por ende, la idea de pareja, además de alejar a las personas del colectivo social, “constituye una institución estructuralmente generadora de violencia dadas sus características intrínsecas” (Prada, 2010. p. 64). Los celos son una forma de violencia psicológica analizada en esta investigación, puesto que es una de las formas en que las mujeres han sido coercionadas, esto se verá en los resultados más adelante.

En esta línea, está el control sobre la sexualidad, especialmente la de la mujer. Esta sociedad posmoderna nos invita a vivir la sexualidad pero desde la clandestinidad, bajo la heteronormatividad, que domina nuestros cuerpos y modifica nuestros deseos y afectos, centrándonos en el coito heterosexual. Además, circula la idea de que por fuera de la monogamia nos cruzaremos con enfermedades mortales (Prada, 2010). Esto recae especialmente sobre las mujeres, ya que se espera que controlen sus instintos para demostrar su superioridad moral (Palomino, 2012). A medida que se flexibiliza este control sobre la sexualidad femenina, debido a las transformaciones en los roles de género, se hace evidente la compulsividad de la sexualidad masculina, lo que conlleva a una creciente oleada de violencia contra las mujeres (Giddens, 2004). Este control de la sexualidad a menudo se logra por medio de los celos y la manipulación, prácticas violentas que se observaron reiteradamente en la historia de las mujeres entrevistadas.

El amor-r crea el valor de la virtud y la pureza para controlar la sexualidad de las mujeres, ya que la sexualidad libre de la mujer desafía el orden establecido. Por lo tanto, las mujeres autónomas, que se guían por sus deseos y placeres, son castigadas mediante la estigmatización cotidiana que se realiza con la palabra “perra”. Esta palabra tiene una connotación negativa asociada a lo femenino y se utiliza para generar vergüenza en las mujeres. Al llamar así a alguien, se censura su conducta. Esta palabra incluso ha roto fronteras y no sólo se usa en las relaciones heterosexuales (Palomino, 2012). Al buscar nuevas formas de amar, las mujeres se enfrentan a estos discursos denigrantes, que les genera duda de si están haciendo lo correcto y, por lo tanto, limitan su libertad.

Para continuar comprendiendo las formas culturales de sancionar lo que sale de la norma, es importante mencionar el concepto de "crimen pasional" explicado por Myriam Jimeno. Este concepto hace referencia a una construcción cultural que justifica y minimiza la violencia hacia las mujeres al decir que está justificada en una emoción descontrolada. La autora explica cómo la sexualidad femenina, bajo el valor ideal de la virtud, amenaza el honor y la reputación de la sexualidad masculina. Una masculinidad que además se caracteriza por su fragilidad, y por lo tanto requiere de permanente constatación y demostración. La violencia explota cuando el honor masculino es atacado, pues es una forma de autoafirmación asociada a nociones de dominio sexual (Jimeno, 2004). El crimen pasional aunque no será abordado puntualmente en esta investigación, interesa porque hace evidente cómo se violenta a las mujeres cuando ellas van en contra de las normas reguladoras de género, pues esto pone en riesgo la masculinidad hegemónica.

La teoría de Cabra profundiza sobre lo anterior, al hablar de la herida masculina. Con esto se refiere a cómo los cambios en los roles de género han puesto en crisis la masculinidad dominante, lo cual genera gran malestar, ansiedad y desconcierto en los hombres, al perder su lugar privilegiado. Muchos hombres no están preparados para aceptar que el proyecto de la masculinidad es fallido, ni han tenido una formación ética, pues todo lo demás ha estado sometido a ellos. Aunque algunos de ellos se sientan identificados con otras formas de masculinidad, son cuestionados, y para evitar ponerse en riesgo ceden ante el grupo masculino tirano, y recurren a prácticas violentas para afirmar su dominio (Cabra, 2017). La herida masculina se hace evidente en los resultados del presente estudio, ya que la autonomía de las mujeres genera inseguridad en los hombres y, por lo tanto, comienzan a tener prácticas violentas contra ellas.

Ahora bien, se han encontrado varios estudios que demuestran la relación entre el amor-r y la violencia hacia las mujeres en las relaciones de pareja. Por ejemplo, una

investigación realizada con universitarios en Turquía, encontró que tanto los hombres como las mujeres, que perciben menos poder en su relación, es más probable que actúen de forma violenta contra su pareja, con el objetivo de controlarla (Toplu-Demirtaş y Fincham, 2021). Aunque este artículo no evidenció diferencias entre los sexos, no podemos negar que a quien se le cuestiona el poder sobre su pareja, es al hombre, desencadenando acciones de control y violencia hacia las mujeres. Esto lo confirma un estudio realizado en Europa, donde se identificó que cuando los hombres conservan mayores creencias tradicionales sobre los roles de género, esto predice la violencia sexual y mayores niveles de violencia psicológica hacia su pareja (Zapata-Calvente, Megías, Moya, y Schoebi, 2019)

En Colombia los estudios también dan muestra de ello. Es así como las mujeres más jóvenes no buscan ayuda frente a la violencia sexual, debido a los estereotipos en Latinoamérica que no les permiten tener control sobre su sexualidad (Padilla, Small, y Pavlova, 2023). También se ha identificado que algunas mujeres perciben ciertos comportamientos de control y de celos como manifestaciones de amor (Buller, Pichón, Chevalier, y Treves-Kagan, 2023). Por otro lado, se ha hallado que en las familias matriarcales, donde las mujeres tienden a tomar las decisiones del hogar, las mujeres son más propensas a ser víctimas de violencia de pareja (Camargo, 2023). Sin embargo, los estudios hallados en Colombia son insuficientes para responder a la pregunta de investigación

La esperanza ante la realidad de la VBG, radica en el hecho de que “las instituciones no siempre tienen éxito en inculcar conductas culturalmente aceptables. Los sujetos reinterpretan, niegan o aceptan parcialmente los temas dominantes” (Lamas, 2013, pg 21). Por lo tanto, como señala bell hooks (2000), sin desconocer las relaciones de poder existentes, todxs podemos hacernos responsables de nuestros actos, vida y bienestar, de cambiar nuestros paradigmas y formas de pensar. De allí el interés por comprender cómo desde la cotidianidad las mujeres feministas vamos creando fisuras en las relaciones de poder, que controlan nuestros cuerpos y nuestras vidas.

Prácticas políticas feministas para transgredir las normas de género en el amor

En la configuración de la subjetividad feminista, entendida como esa capacidad de trascender las relaciones de poder aunque se permanezca situado dentro de ellas (Braidotti, 2004), las mujeres desarrollan un conjunto de acciones que denominamos prácticas. Para este estudio es particularmente importante comprender los actos que llevan a cabo las mujeres feministas en sus relaciones erótico-afectivas, con el objetivo de entender cómo esto pone en

cuestión el control cultural del amor y por lo tanto transforma el cómo nos relacionamos con lxs demás.

En este sentido, la teoría de Ahmed sobre el feminismo aguafiestas como tarea para la casa, cobra relevancia. Para ella, las luchas individuales son necesarias dentro un movimiento colectivo. El movimiento es todo aquello que nos mueve a hacernos feministas, incluso algo tan silencioso como un sentido de injusticia. De allí que el feminismo sea una tarea para la casa, debemos hacer que funcione en los lugares donde vivimos y estamos. También por esto las feministas son vistas como aguafiestas porque siguen haciendo visibles las desigualdades que existen, se vuelven problemáticas al no guiarse por la sociedad heteropatriarcal (Ahmed, 2021). Lo que menciona esta autora nos permite analizar cómo desde las prácticas cotidianas, las mujeres feministas transforman las relaciones de poder basadas en género, en lugares que no son considerados políticos, como lo son los vínculos erótico-afectivos.

Esta autora también considera que nos hacemos feministas con el objetivo de conseguir mundos más justos, para sobrevivir y mantener las esperanzas en un mundo violento y desigual, que no fue pensado para nosotras. Pese a que el autocuidado se ha entendido como parte de una agenda neoliberal, pues la resiliencia es usada para aguantar más opresión, aferrarnos a continuar es una forma de militancia, rebelión y gobernanza, en un mundo donde es difícil la existencia (Ahmed, 2021). Entonces, las prácticas de autocuidado que tienen las mujeres feministas, en el marco de sus relaciones erótico-afectivas, son actos políticos para reafirmar su vida y para transformar las normas reguladoras de género.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que en medio de nuestra rebeldía y lucha por las injusticias, podemos llegar a oprimir a otrxs. Por eso, tenemos que estar siempre atentas a cuestionarnos nuestras certezas y enfrentar nuestro sexismo interiorizado (bell hooks, 2017). Así mismo, “el feminismo será interseccional o será una mierda” (Ahmed, 2021, p.26). Siendo feministas debemos ser conscientes de que el privilegio puede reducir nuestra vulnerabilidad. Si queremos entender cómo funciona el poder, para combatirlo, hay que comenzar por entender que el racismo y el feminismo son pilares del capitalismo tardío (bell hooks, 2017). La importancia del feminismo interseccional es un discurso que posicionan algunas mujeres entrevistadas, siendo conscientes de su lugar de privilegio y del sexismo que ellas también pueden llegar a replicar.

Por otro lado, Onfray (2022) aporta a esta discusión puesto que plantea alternativas frente a cómo amar sin perder la autonomía propia, ni la de otro. Él encuentra la respuesta en los filósofos paganos anteriores al cristianismo. Para este autor reflexionar sobre el libertinaje contemporáneo permitirá encontrar una forma de amar sin sacrificar la independencia, y una

erótica alternativa a la hegemónica. El libertino es una persona una persona que no pone nada por encima de su libertad, y tampoco reconoce ninguna autoridad, ni en la religión, ni en las costumbres; no se guía por la moral dominante de la época y menos aún por la de unx compañerx. El libertinaje es el arte de ser uno mismo en la relación con el otro, y por lo tanto es una potencia emancipadora.

En esta línea, Palomino (2012) argumenta que otras formas alternativas de vivir la sexualidad y las relaciones, como las “perras”, son subversivas y reconfiguran lo preexistente. Por medio de autoreferenciarse como “perras” convierten el deseo y la seducción, tradicionalmente censurados, en un arte de la existencia. Experimentar la sexualidad libremente rompe con la noción de pareja, y se deja de normalizar los mandatos emocionales que se producen en el marco del amor-r. Al explorar su sensibilidad y sus emociones, potencializan nuevas formas de vivir con el otro a partir de su propio deseo.

Autores como Palomino y Onfray plantean alternativas al amor-r. A partir de sus teorías podemos decir que las mujeres feministas estamos cansadas de la violencia que significa en nuestras vidas las relaciones de poder asimétricas. Por eso es que cuestionamos los roles de género y redefinimos el sujeto feminista a través de nuestras prácticas diarias. Así, estamos creando nuevos modelos de amor para transformar, desde los lugares pequeños y cotidianos, el lugar que nos ha sido asignado. El ser libres, autónomas y dejarnos llevar por nuestros deseos, nos está llevando a lugares más justos, y estamos haciendo temblar instituciones y sistemas, que esperamos finalmente terminen de caer.

Ahora bien, se buscaron estudios dirigidos a comprender cómo actúan y qué prácticas tienen las mujeres frente a la VBG. Estudios realizado en países de África y Europa (Dwarumpudi, Mshana, Aloyce, Peter, Mchome, Malibwa, Kapiga y Stöckl, 2022; Schalkwyk, Boonzaier y Gobodo-Madikizela, 2014; Wemrell, 2023) analizan lo que hacen las mujeres cuando están en medio de la relación, pero no indagan por las prácticas dirigidas a construir relaciones contrahegemónicas. Solo un estudio, realizado en España, evidenció que aquellas mujeres afines al feminismo, identifican mejor los comportamientos típicos de maltrato psicológico y cuestionan más los mitos de malos tratos, convirtiéndose en un factor protector para ellas (Marques-Fagundes, Megías, García-García y Petkanopoulou, 2015).

En resumen, las prácticas políticas feministas son acciones diarias que buscan transformar las relaciones de poder basadas en género. Estas prácticas son fundamentales para desafiar las normas establecidas y crear nuevas formas de amor y relaciones que no requieran la anulación de la autonomía individual. Sin embargo, como se puede ver, la investigación en este campo aún presenta vacíos significativos, especialmente en lo que

respecta a conocer las narrativas de mujeres feministas sobrevivientes de violencia de pareja y cómo sus prácticas pueden transformar esta problemática.

Metodología

La presente investigación se enmarca en las metodologías feministas que generan firmes críticas a la ciencia social tradicional. Por un lado, las formas hegemónicas de adquirir conocimiento se preguntan por problemas de interés para los hombres blancos, occidentales y burgueses. Lo que propone la investigación feminista es que las problemáticas sean definidas desde las experiencias femeninas, enfatizando en los mundos privados. La investigación debe estar a favor de las mujeres (Harding, 1998). Por ello también es necesario ser críticxs y reflexivxs con nuestras prácticas de dominación y lugares de privilegio al momento de querer comprender parte del mundo (Haraway, 1995).

Por otro lado, el método científico que parte de la objetividad tradicional se distancia de la realidad creando conocimientos inocentes y fuera de contexto. El método feminista propone en cambio una objetividad no inocente ni reduccionista, que sólo se logra a través de las perspectivas parciales. Es una objetividad que también se basa en el compromiso de lxs investigadores por reconocerse cambiantes, y con la capacidad de unir el objetivo de las investigaciones con sus criterios políticos y teóricos para nombrar desde donde se habla (Haraway, 1995) y describir cómo esto pudo haber influido en el estudio (Harding, 1998).

Tomando en cuenta lo anterior, se usó la historia de vida como metodología. Una de las principales características de los métodos biográficos es que describen, analizan e interpretan los hechos de la vida de una persona, para comprender a un grupo, o a una sociedad en general. Esta permite explorar la vida cotidiana, las emociones, los sentimientos y los motivos de las elecciones; así como indagar por la vida objetiva, subjetiva, simbólica y relacional de la persona. Pese a que las historias de vida dan cuenta de una trayectoria que es única, irrepetible y abierta, por medio de esta se puede observar a la sociedad. La persona entrevistada no se construye aisladamente, sino que está inmersa en un mar de relaciones, instituciones y normas culturales (de Gialdino, 2006). De allí que la historia de vida permite identificar los discursos, prácticas y relaciones de poder desde la posición donde se encuentra el sujeto (Sandberg y Rönnblom, 2013).

Otro aspecto característico de esta metodología es que al ser una narración del pasado realizada desde el presente, la persona entrevistada hace una interpretación sobre sus experiencias vitales. Para esta investigación se optó por la perspectiva biográfica interpretativa para rescatar la perspectiva de las actoras. Al narrar su vida, la persona

entrevistada se apropia y adueña de lo que vive, en una relación de igualdad con el investigador (de Gialdino, 2006). Es necesario ver al objeto como un actor, como un agente, con el/la que debemos mantener una conversación (Haraway, 1995). Esta metodología permite investigar los cambios en las experiencias y en los puntos de vista de las personas, por esto, aunque da cuenta de relaciones de poder, también hace visible las posiciones alternativas frente a discursos dominantes (Sandberg y Rönnblom, 2013).

Agregando a lo anterior, la historia de vida se diferencia de otros métodos biográficos como el estudio biográfico, la autobiografía y la historia oral en varios sentidos. En la historia de vida el investigador debe relacionar la narración del actor, con el contexto social, cultural, político, religioso y simbólico en el que transcurre; analizando cómo el contexto y la persona se transforman mutuamente (de Gialdino, 2006). El objetivo de esta investigación es analizar cómo el movimiento feminista tiene impactos sobre la vida de las mujeres, al generarles sospechas sobre el amor, pero también comprender cómo desde la cotidianidad las mujeres van creando nuevos conocimientos sobre el sujeto femenino.

Para esta investigación se preguntó por fragmentos de la vida de las mujeres, como las relaciones donde experimentaron violencia, así como su devenir feministas. Esta es una investigación polifónica para encontrar conexiones entre estos conocimientos parciales y localizables. La parcialidad en este sentido genera aperturas y una visión más amplia (Haraway, 1995). La intención es comparar historias cambiantes, pero con influencias históricas recíprocas y raíces comunes, y así comprender cómo el mismo fenómeno puede desarrollarse en múltiples vías (Jimeno, 2004).

La violencia de pareja y las normas culturales que la sostienen, han sido estudiadas desde investigaciones cualitativas, específicamente por métodos biográficos, demostrando que es una buena metodología para abordar el problema de investigación. Esta metodología ha permitido comprender cómo se perpetúan las ideas de género y cómo se naturalizan las violencias en las relaciones de pareja, cómo el patriarcado prevalece en diferentes comunidades y cómo los discursos dominantes sobre la masculinidad limitan la capacidad de actuar de lo hombres ante la violencia de pareja (Dalessandro y Wilkins, 2017; de Riffe-Snyder, Crist y Reel, 2022; Corbally, 2015).

Ahora bien, en este estudio participaron 7 mujeres cada una con su propia historia y perspectiva sobre el feminismo, el amor y la violencia de pareja. La muestra de participantes no busca representatividad estadística, sino una teórica que refleje una diversidad de experiencias. Son mujeres entre los 25 y 37 años, nacidas o residentes en Bogotá. Mujeres cisgénero, con diferentes orientaciones sexuales, que se nombran como feministas. Todas son

profesionales de las ciencias humanas o sociales, y de clase media. Se seleccionó un grupo con estas características debido a que la violencia de pareja no es exclusiva de áreas rurales, pues se ha demostrado que las mujeres urbanas de clase media pueden enfrentar altos niveles de violencia física y psicológica por parte de sus parejas (Camargo, 2023).

- **Laura:** es una mujer de 33 años, bisexual, actualmente está casada con una mujer, nació en Bogotá, pero ahora vive en EEUU. Ella estudió psicología y su acercamiento a los feminismos fue desde la academia. Ella es sobreviviente de violencia física y psicológica.
- **Andrea:** es una mujer de 37 años, nació y creció en el Sur de Bogotá. Estudió Psicología y cursó una diplomatura en feminismo comunitario y campesino. Se reconoce como una persona pansexual y se pronuncia como feminista popular, ha participado desde hace muchos años en el movimiento popular de mujeres La Sureña, en procesos de autoprotección feminista, y movilizaciones sociales en el sur de Bogotá.
- **Mónica:** es una mujer de 26 años, heterosexual, que nació en el sur de Bogotá. Ella estudió trabajo social, y su acercamiento a los feminismos ha sido desde la academia y el ambiente laboral. Ella se reconoce como feminista popular. En su primera relación, a los 14 años, se sentía consumida por su pareja.
- **Daniela:** es una mujer de 25 años, heterosexual. Ella nació y vive en Bogotá. Ella estudió antropología, pero su acercamiento a los feminismos fue sobre todo desde las relaciones con mujeres críticas. Ha vivido algunas relaciones erótico-afectivas caracterizadas por los celos, la manipulación y la violencia sexual.
- **Camila:** Es una mujer de 29 años, heterosexual, nació en Bogotá y estudió psicología. Su acercamiento a los feminismos fue desde las colectivas feministas. Se reconoce como feminista popular. Ella tuvo una relación de pareja marcada por los celos románticos.
- **Luisa:** Es una mujer de 25 años, bisexual, actualmente tiene una relación con un hombre. Ella nació en Bucaramanga, pero ha vivido muchos años en Bogotá. Luisa estudió antropología, su acercamiento a los feminismos fue desde la academia y el relacionamiento con mujeres críticas. Ella tuvo una relación con constantes críticas a su cuerpo.
- **Jennifer:** Es una mujer de 32 años, lesbiana y poliamorosa, nació y vive en Bogotá. Ella estudió psicología, y su acercamiento a los feminismos fue desde las

organizaciones barriales y la academia. Ella se reconoce como feminista popular. Y también ha vivido diferentes tipos de violencia psicológica en sus relaciones.

Las entrevistas que se realizaron para la presente investigación se dividieron en 3 bloques temáticos: comprensiones del amor, experiencias de violencia psicológica en relaciones pasadas o actuales, y su proceso de devenir feminista, así como los discursos y prácticas que han elaborado a partir de este. Después de transcribir las entrevistas, se organizó la información en una matriz por categorías emergentes. A partir de esta sistematización se estructuró el siguiente análisis de resultados.

Resultados

Estar con él contra viento y marea

En las narrativas de las mujeres vemos como desde los primeros lugares de socialización, es decir, de la familia y de las figuras de cuidado, vamos aprendiendo las prácticas discursivas y las normas sobre el amor. Como lo menciona Camila:

Mis abuelos siempre estuvieron juntos hasta que mi abuelo se murió... Como que de alguna manera me construí en la cabeza que amar a alguien era estar con él, contra viento y marea.

Uno de los ideales que busca consolidar la familia, y que la mayoría de las participantes reconocieron en sus historias, es el amor eterno con UNA persona, lo que trae como consecuencia unas prácticas para poder sostener esta relación en el tiempo. Es como dice Mónica:

Mi madre duró 22 años casada con mi padre, hasta que él falleció, y su idea de amor era ser una mujer que todo lo aguantaba...quedarse callada frente a alguna inconformidad, aguantar por sus hijos.

Para cumplir y reproducir estas normas sobre el amor a las mujeres se nos asigna culturalmente una forma de experimentar las emociones. Por ejemplo, un juicio que recibimos constantemente desde la infancia, por parte de familiares, amigos y la pareja, es que somos muy sensibles. Este es un mensaje cultural hacia nosotras para moderar o no expresar lo que sentimos, y así no incomodar a nadie. Creer que somos exageradas, bravas o locas ha impactado nuestra capacidad de comunicar inconformidades en las relaciones erótico- afectivas, así como de identificar violencias y actuar frente a ellas. Este es el caso de Luisa:

yo decía, ¿por qué me siento tan mal? es que sí, soy muy sensible, soy muy exagerada... yo toda la vida me crié con esta vaina de que estoy sintiendo mucho y está mal sentir mucho. Cuando pasa esto, yo sentía que no podía hablar con nadie, porque sentía que me iban a juzgar.

Estos mandatos que recaen sobre nuestros cuerpos para conseguir el amor, es lo que lleva a que nuestras primeras relaciones románticas sean las más dolorosas. En el caso de Andrea, la ruptura fue dolorosa porque se proyectaba por el resto de su vida con esta persona:

a mis 19 años... me enamoro profundamente y siento que es la persona con la que quisiera compartir el resto de mi vida... planeaba que fuera como el papá de mis hijos y demás... fue mucho tiempo de duelo, como de tristeza, de tratar de entender por qué me había dejado.

Por otro lado, estas primeras relaciones fueron dolorosas para las mujeres por las violencias que vivieron. Como Mónica en su primera relación:

La primera pareja que tuve fue un chico que conocí cuando tenía 14 años... yo parecía una extensión de él, y me fui perdiendo, como lo que a mí me gustaba, mi yo, mi identidad propia un poco, y eso es doloroso.

Por estas malas experiencias el amor comienza a ser entendido como un sufrimiento necesario. Idea que es reforzada por los discursos del cristianismo. Mónica ve esto en las anteriores generaciones:

Nuestras abuelas, nuestras mamás, tenían una idea de amor de que todo lo puede, todo lo soporta, todo lo lucha, todo lo aguanta...por ser la mamá deseada, la mujer que es socialmente aceptada en el imaginario.

Laura reconoce que ella tenía desde un principio esta idea sobre el amor:

yo creo que en ese momento mi idea del amor iba más conectada a que yo estaba a disposición de él y que el amor tenía que tener sufrimiento.

Una de las principales consecuencias de que el amor sea visto como sufrimiento es que para no salir lastimadas se evade la responsabilidad y el cuidado hacia lxs otrxs. Esto lo podemos ver en la narrativa de Luisa:

yo le tenía mucho miedo a establecer una relación de pareja porque en mi niñez vi muchas cosas muy feas, que yo tenía miedo de replicar... Y yo decía, si esto es el amor, si estas enamorada y vas a sufrir así, estoy mejor no estando enamorada.

Otro efecto de los ideales del amor es estar en una relación tras otra por la necesidad de tenerla y no por la calidad o las características de la misma. Lo vemos en el discurso de Daniela:

Necesito que me cuiden, necesito que me amen, necesito suplir mis necesidades biológicas frente a la sexualidad. Entonces, como que con los hombres siento que si me relaciono un poco más desde la necesidad de estar en pareja.

Es así como varias de ellas mencionan que en algunas de sus relaciones permanecieron sin saber por qué, y aunque estuvieran viviendo situaciones de violencia.

Ahora reconocen que esto se explica por imaginarios culturales que se construyen en torno al amor. Es como dice Mónica

Me llegaba a cuestionar ¿yo qué estoy haciendo acá? ¿Qué estoy haciendo si no me gusta estar aquí, si no quiero esto?. Sin embargo, yo pensando esta idea de ser una novia chévere, de ser la novia parchada que no molesta, que no dice nada, que es todo bien.

Estas narrativas me hacen pensar que antes de iniciar esta investigación no me cuestionaba el amor, incluso tenía resistencia a estudiarlo por no querer remover un tema tan sensible, “privado”, casi intocable, tanto para mí, como para otras mujeres. Mi interés era detener las violencias de género en el marco de las relaciones de pareja, sin saber que para ello debía profundizar en el amor romántico. Para mí muchas cosas eran obvias e inamovibles, como el modelo de pareja y que el amor se vive solo entre dos, incluso experimentaba culpa y vergüenza cuando ponía en disputa este modelo, desconociendo que este es un caldo de cultivo de diferentes prácticas violentas.

Ahora, así como lo mencionaron diferentes entrevistadas, puedo ver en mi historia de vida cómo ponía en práctica muchos discursos sobre el amor, como el amor eterno, el ideal de construir una familia, y de allí que a mis 17 años deseara estar por el resto de la vida con mi primer vínculo erótico- afectivo. Aunque hoy soy más crítica, me cuesta dejar de relacionarme desde estos lugares, porque priorizo los vínculos de pareja por encima de otros, y en varios momentos sigo reproduciendo las normas sobre el amor. De allí que en varias de mis relaciones haya vivido distintos tipos de violencias y me he llegado a preguntar ¿cómo no te diste cuenta? ¿por qué no saliste de ahí antes? Hoy sé que se debe al proceso cultural que controla nuestras emociones y la forma como nos vinculamos, a favor de mantener el orden y las relaciones de poder asimétricas.

De las entrevistas, podemos ver cómo las mujeres reconocen que los valores del amor romántico los han interiorizado desde muy pequeñas. Esto en parte porque la familia se encarga de mantener el orden y de volvernos obedientes a favor de la sociedad (Onfray, 2022), pues otras formas de relación, que se salen de la norma, resultan problemáticas para el sistema neoliberal (Prada, 2010). Es entonces como la cultura crea unos ideales para las relaciones, como el amor eterno, el matrimonio (Palomino, 2012), la persona amada como única e irremplazable; el amor de pareja para encontrar la felicidad y por lo tanto por lo que merece sacrificarse todo lo demás (Illouz, 2009); reproduciendo así un modelo hegemónico de pareja y de familia (Palomino, 2012).

A través de la reproducción de estas normas se establece un control sobre las emociones en torno al amor (Illouz, 2009). Por esta razón, las mujeres tenemos un mandato

sobre no excedernos en la forma de expresar lo que sentimos. A nosotras se nos enseña que la autoafirmación es una amenaza a la feminidad (bell-hooks, 2000). Esto permite, en concordancia con la investigación de Valls et al. (2008), que las primeras relaciones sean las más dolorosas.

Como vemos, para varias entrevistadas en algún momento de sus vidas el amor ha estado muy de la mano del sufrimiento. Para Bauman (2003) el amor implica sufrimiento, pues al amar lo que queremos hacer es despojar al otrx de su alteridad. Por otro lado, Illouz (2007) menciona que la desilusión con el amor se da por la racionalización de las emociones, ya que las personas tienen una utopía romántica que está lejos de poder realizarse, por eso las malas experiencias amorosas aumenta el miedo a salir heridxs.

Pese a que el amor se relacione con dolor, el mandato social sigue siendo que debemos tener una pareja para sentir plenitud. Por los dispositivos de emparejamiento, creemos que exclusivamente en una relación de dos podemos experimentar el amor (Palomino, 2012). Es así como nos encontramos teniendo una relación tras otra, y similar a la investigación realizada por Power et al. (2005), vemos cómo ciertos discursos de amor romántico nos llevan a quedarnos en relaciones que, desde el principio, mostraban señales de violencia. Además, estos ideales del amor han recaído históricamente sobre los cuerpos y la sexualidad de las mujeres (Giddens, 2004), y a partir de las narrativas de las entrevistadas podemos ver que esto tiene unas consecuencias reales y materiales sobre sus vidas, como las violencias psicológicas que se desarrollan a continuación.

Sentía que él se iba a enojar, que algo malo iba a pasar

Las entrevistadas nos muestran que la violencia psicológica que se ejerce en el marco de las relaciones erótico-afectivas es una forma de subordinar a la mujer, pues reduce sus capacidades para afrontar las situaciones adversas; limitando su toma de decisión y de acción. Camila lo expresa de la siguiente manera:

la violencia psicológica es esa forma de violencia que coge tus habilidades de afrontamiento y te las baja al piso. La autoestima te lo reduce, la seguridad te la reduce o te hace creer también que de pronto no tienes las suficientes habilidades.

Es así como se han creado diferentes dispositivos de control y prácticas violentas como los celos románticos, la manipulación, el control de la sexualidad femenina, entre otros. A partir de las entrevistas se puede entender la manipulación como toda acción u omisión de una persona para cambiar y controlar el comportamiento de su pareja, a partir de apelar a su

empatía, o a su sensibilidad emocional. En otras palabras, es la forma en que una persona busca disuadir a su pareja de que haga lo que él/ella quiere. Esto se encontró frecuente en los relatos y Laura lo ilustra en su narración:

fue una mezcla entre violencia física y psicológica... yo llegué a sentirme mal por como él se sentía por haber sido violento conmigo. La manipulación era como yo te estoy lastimando, pero me siento muy mal yo y entonces ahora tenemos que enfocarnos es en cómo me siento yo, por lo que te hago a tí.

Este tipo de violencia en particular, a través de acciones como las mencionadas anteriormente, llevan a la persona a dudar de su propio comportamiento. Las mujeres llegan a cuestionarse si realmente son ellas las que están mal y que deberían cambiar. Es como menciona Camila:

Me decía Cami es que yo no sé por qué tú eres tan mentirosa...y yo pero te estoy diciendo la verdad... yo empezaba a dudar de si realmente como que lo estaba engañando, como que estaba siendo mentirosa con él, sabiendo que realmente nunca lo fui.

Como consecuencia, se puede llegar a naturalizar este tipo de violencia. Hay discursos de las entrevistadas que dan cuenta de que se han acostumbrado o que ven sin importancia ciertas violencias. El riesgo está en que al no cuestionar estos comportamientos se normalizan, se mantiene la violencia y puede comenzar a escalar. Esto lo podemos ver en lo que dice Daniela:

Yo sabía que eso no estaba bien, que él de alguna manera como que estaba intentando manipularme, controlarme, pero yo ya lo identificaba tanto que lo dejaba pasar, no me afectaba.

Otra violencia psicológica, constante en los relatos, es el control y persecución de la pareja por medio de los celos. Es como menciona Camila:

estaba la persecución todo el tiempo como de ¿dónde estás?, ¿cómo estás? y yo, no bien, ¿qué haces? No salí con unos amigos. Ah, ¿Cuáles? mándame una foto. Y yo bien sumisa le mandé su fotito...Y entonces pasaba media hora sin responderle y él jummm Cami ¿qué estás haciendo? ¿por qué no me contestas? y yo no, pues estoy tomando una cerveza. Entonces como que yo me empezaba a afanar, y me iba para la casa, no sé, para que él estuviera más tranquilo.

Así mismo, vemos reiteradamente en las narraciones de las mujeres una intersección entre violencia psicológica y violencia sexual. Hablo de intersección porque, además de ser violencias sexuales, se usa la violencia psicológica para convencer a las mujeres. Esto lo podemos ver en la historia de Daniela

él me dijo veamos porno y nos tocamos, a mí no me sonó la idea... y le dije, como no, la verdad, no me siento cómoda y él se enojó... luego de ahí me empecé a dar cuenta de que habían habido varias veces en donde yo como que accedía a tener sexo con él, porque me sentía presionada, porque él se enojaba.

Otra forma de controlar a las mujeres es hablando sobre sus cuerpos y comparándolos con el de otras. Así, los estándares de belleza, presentes en la sociedad occidental, también son usados en el marco de las relaciones erótico-afectivas para humillar. Es como dice Luisa:

una pre adolescencia y una adolescencia muy marcada como soy una mujer gorda y está mal ser gorda, y quiero ser flaca, si quiero tener novio algún día, si quiero tener relaciones sexuales algún día...cada vez que íbamos a tener relaciones sexuales me decía como: tú con esa cara tan linda, ¿te imaginas como te verías si fueras más delgada?...o es que si no vas al gimnasio no vamos a poder estar juntos.

Al preguntarles por las razones que hay detrás de este tipo de violencia, las mujeres participantes mencionaron la inseguridad. Por ejemplo Camila expresó:

Durante mis relaciones he sentido que hay cierto tinte de inseguridad en los hombres, buscan protegerse de estos miedos y de estas dudas que tienen, pues por medio de atacar... cuando veían que me buscaba otros espacios... para tener otros vínculos y fortalecerlos, eso de una generaba inseguridad

Las mujeres también atribuyen la violencia psicológica al hecho de no saber gestionar las emociones. Es como dice Andrea

puede estar relacionada con falta de estrategias también para controlar o para tramitar más bien, para gestionar, algunas situaciones emocionales... quien lanza el puño es porque no sabe de otros mecanismos para resolver la situación sin llegar a herir a otro.

Por otro lado, Laura piensa que la violencia se da por el deseo de control y de poder:

La relación de pareja es justamente esa relación en la que uno es más vulnerable, y una persona que le gusta sentirse que tiene el poder, o que tiene el control, pues puede hacer mal uso de esa vulnerabilidad.

Frente a esto Jennifer difiere, puesto que para ella es la red de relaciones de poder la que sostiene estas prácticas. Lo podemos ver cuando ella menciona:

no es como las violencias existen porque yo las ejerzo, o las ejercen personas violentas, es porque así son las formas en que el sistema se ha conformado, y se ha sostenido en el tiempo... una de las prácticas con las que se sostiene el sistema patriarcal, es el sistema monógamo, el sistema heterosexual, heteronormado y de ahí se sostiene a través de prácticas como todos los tipos de violencias.

Lo que me motivó a iniciar esta investigación fueron las historias de otras mujeres, al escuchar reiteradamente que estaban recibiendo distintos tipos de violencias por parte de su pareja, pero yo me sentía lejana a esa realidad. Al escuchar las narrativas de estas mujeres feministas pude darme cuenta también de las violencias psicológicas que he experimentado en mis relaciones. Por ejemplo, aunque no me han lastimado físicamente, en vez de buscar reparar, me han manipulado para que el foco de atención quede en ellxs. Así he permanecido en relaciones dolorosas, donde me ha sido difícil detectar el daño que me han hecho. De igual forma, he vivido esta imbricación entre la violencia sexual y psicológica, en varias ocasiones. Darme cuenta de esto me ha permitido decir NO MÁS a algunas relaciones, y me ha llevado a estar más atenta cuando comienzo a construir algo nuevo.

Frente a las violencias que narraron las entrevistas, Segato (2018) argumenta que con la intervención colonial se ha minorizado todo lo que respecta a las mujeres, pues el hombre no blanco, frustrado por no poder dominar desde lo público, comienza a ser colonizador dentro de casa. Como hemos visto, las prácticas violentas que se legitiman dentro de las relaciones románticas, se deben a que de esta forma se protege la relación de pareja, un modelo que es útil al capitalismo, para mantener las relaciones de poder asimétricas. Por un lado, el control de la sexualidad femenina se usa constantemente para reafirmar la masculinidad dominante (Cabra, 2017 y Jimeno, 2004). Por otro lado, la pareja como escenario legítimo para el amor, con sus jerarquías sexuales, se articula con instituciones como la familia y el estado, creando un proyecto afectivo hegemónico (Palomino, 2012). De allí que la familia esté encargada de reproducir la idea de que fuera de la pareja macho - hembra triunfa el desorden y el mal, y por lo tanto es precursora de lo social y la organización política moderna (Onfray, 2022). Es así como la crueldad, parece ser el camino inescapable de la modernidad, y observamos diariamente cómo la crueldad hacia las mujeres aumenta a medida que la modernidad y el mercado se expanden (Segato, 2013).

Ahora bien, una de las violencias psicológicas más constantes en las narrativas de las mujeres son los celos. Esto puesto que independientemente de nuestra orientación sexual somos condicionados por el amor romántico, deseando encontrar sujetos virtuosos y fieles (Palomino, 2012). Por lo tanto, la infidelidad, al poner en riesgo la relación, es el mayor detonante de violencia en cualquier relación de pareja, estableciendo una emocionalidad como los celos para defender la relación (Prada, 2010). De allí también que se ejerza control sobre la sexualidad de la mujer, pues ellas deben controlar sus instintos para demostrar su superioridad moral (Palomino, 2012). Cuando la sexualidad femenina comienza a liberarse, viene una oleada creciente de violencia hacia las mujeres (Giddens, 2004).

Sobre las razones que hay detrás de estas violencias, vemos cómo el género establece el cómo deben ser, verse y comportarse tanto las mujeres, como los hombres. Provocando que la variación a esta norma sea una desviación que debe ser castigada (Lamas, 2013). Por otro lado, la inseguridad de los hombres que algunas mujeres identifican, nace de lo que Cabra (2017) llama como la herida masculina. Los cambios en los roles de género ponen en riesgo la masculinidad dominante, y cuando tambalea el privilegio de los hombres, esto les genera desconcierto. Para no ponerse en riesgo prefieren seguir replicando a los machos predadores.

Algunas de las mujeres creen que estas violencias se deben a un mal manejo emocional, pero Myriam Jimeno (2004) nos recuerda que las emociones se construyen culturalmente, al hablar del crimen pasional. Para ella, se minimiza la violencia hacia las

mujeres, bajo la idea de que esta se debe a una emoción desbordada que no pudo ser controlada. La realidad es que la emancipación y la libertad de la sexualidad femenina, pone en riesgo la masculinidad de los hombres. De allí que la violencia explota cuando el honor masculino es atacado.

En medio de relaciones donde han sido manipuladas, perseguidas, controladas, humilladas, violentadas; en medio de un mundo desigual y que no fue pensado para nosotras, cada una de las mujeres participantes ha tenido un acercamiento distinto a los feminismos. Aún así, todas han comenzado a repensar su ser mujer, es decir, a redefinir lo que son, lo que pueden llegar a ser y hacer.

Sanación de mi ser mujer

Todas las participantes entienden el feminismo como una forma de ver, un estilo de vida y una lucha diaria por construir un mundo más justo para todxs. Andrea lo expresa así:

Para mí, ser feminista es un modo de vida, es un estilo de vida y es reconocer un movimiento necesario para superar muchas dificultades... para tratar de mitigar todas esas desigualdades y los resultados de esas desigualdades en el mundo...es una lucha diaria, también como para que haya justicia, para que las opresiones no se sigan dando por ninguna de las razones por las que se han dado, como históricamente en el mundo.

La mayoría de las entrevistadas han comprendido que hay diferentes feminismos por la imbricación entre diferentes relaciones de poder, así como la necesidad de transformarlas. Por ejemplo, Andrea y otras más son feministas populares:

soy feminista, igual que mis compañeras, pero también soy una mujer del Sur y lo popular me atraviesa montones... en el sur, en el campo, en la región se trabaja con hombres, y esto es a lo que responde el feminismo popular... el mundo real está hecho por muchas diversidades, incluyendo también a los hombres.

Por esta razón, no con todos los feminismos se identifican, porque hay algunos que pueden llegar a discriminar, como las feministas radicales trans excluyentes que segregan a las mujeres trans. Esto lo podemos ver en lo que dice Luisa:

Hay feminismos con los que no me siento cómoda...como los femeninos más radicales, las TERFAS...si estamos cuestionando el género, como que no tiene demasiada lógica decir que una mujer trans, no es mujer.

Para algunas de las mujeres entrevistadas, en su proceso de devenir feminista, las aproximaciones a colectivos feministas fueron claves. Este es el caso de Jennifer:

yo siempre he estado como en parches como del barrio, como más de huertas... ya después comenzamos a generar unos parches de solo chicas en el barrio...y pues entran las conspiraciones...ya comencé a hacer colectivas de chicas...a tener parches de los sures.

Para la mayoría de las participantes fue importante el acercamiento al movimiento feminista desde la academia, especialmente a través de libros o en la carrera profesional que estudiaron. Ese el caso de Mónica:

Cuando entro a la universidad, un profesor nos dio una clase de derechos humanos y allí habló específicamente del feminismo...fue como uffff, una ventana, un portal a la sanación de mi ser mujer, de mi feminidad.

Ahora bien, la mayoría de las mujeres concuerdan en que es un reto ser feminista en una relación de pareja. Es como dice Daniela:

en algún momento yo pensaba que me parecía muy harto, ser feminista en relaciones heterosexuales sobre todo...que los hombres a lo bien representen como a veces una amenaza tan fuerte hacia nosotras, que tengamos nosotras que estar atentas.

Aún así, consideran que ser feminista es entabalar relaciones no violentas y contrahegemónicas, incluso en las relaciones erótico- afectivas. Es como menciona Mónica:

El feminismo se pone en práctica en relaciones de pareja cuando hay total libertad de expresar lo que sentimos, de construir acuerdos desde el respeto, la empatía, la comprensión... El feminismo permite generar conversaciones que antes se daban por hechas, y que con el tiempo se convertían en relaciones de poder y en relaciones de violencia.

Al iniciar esta investigación me preguntaba si realmente yo me podía llamar feminista, puesto que no he participado activamente en algún movimiento. En el transcurso de esta investigación me he dado cuenta que se puede ser feminsita de muchas formas, pero ante todo es pensar y actuar diariamente en torno al lugar inferior que se nos ha sido asignado, y buscar formas de transformarlo. Como menciona Braidotti (2004) la tarea feminista, es transformar la definición de sujeto femenino, que solo se logra al reconocerse como un cuerpo sexuado y generizado.

Por otro lado, lo que me motivó a estudiar las experiencias de mujeres feministas, fue mi propio proceso de acercamiento a los feminismos, ya que fue desde las conversaciones cotidianas. En mi historia de vida quienes me llevaron a ser feminista fueron mis amigas. Amigas con las que pude hablar de las restricciones culturales sobre nuestra sexualidad y nuestro cuerpo, con quienes pude expresar la violencia vivida en la calle y en la casa. Con quienes compartí la rabia de sentirme pisoteada de muchas maneras. Ellas que no se quedan quietas, que no se resignan a vivir en un mundo que nos quiere sumisas y calladas. Amigas que generan movimiento interno feminista desde el amor y la comprensión que brindan. Varias entrevistadas también mencionaron este tipo de aproximación a los feminismos.

Es entonces donde cobra sentido la teoría de Ahmed (2021) puesto que para ella el movimiento feminista no siempre es público, sino que es más bien una tarea para realizar en los lugares donde vivimos y estamos. Según la autora nos hacemos feministas con el objetivo de sobrevivir en un mundo violento, desigual, un mundo que no fue pensado para nosotras, por eso es una tarea diaria para la casa. Por esto mismo es que se vuelve costoso ser feminista en las relaciones de pareja, porque arruinamos la fiesta al hacer visibles las desigualdades que existen, y nos negamos a guiarnos por los mandatos de la sociedad heteropatriarcal (Ahmed, 2021).

Así como mencionaron las entrevistadas, Ahmed (2021) y bell hooks (2017) consideran fundamental que el feminismo sea interseccional para no oprimir a otras. Cualquiera que opte por una política feminista debe ser consciente y enfrentar el sexismo interiorizado, cuestionarse sus certezas y enfrentarse a sus formas de ser aliadxs al patriarcado, sino podemos estar tracionando la causa al relacionarnos con otras mujeres (bell hooks, 2017).

Al devenir feminista buscamos redefinir la subjetividad femenina, en otras palabras, trascender las relaciones de poder que nos subordinan. Como parte de esta tarea debemos transformar los discursos y las prácticas sobre el amor, para reestructurar por completo la manera en que nos relacionamos, porque el amor-r ha sido un dispositivo más de inferiorización. A continuación podemos ver cómo las mujeres participantes ponen en disputa los modelos hegemónicos del amor.

El amor se puede practicar de diferentes maneras

En las historias de las mujeres podemos ver cómo sus comprensiones del amor, así como su forma de relacionarse, han cambiado, esto debido a sus experiencias pero también a su devenir feministas. Como menciona Andrea:

siento que la idea del amor se va transformando dependiendo de los acercamientos teóricos que uno tenga, pero también...de las relaciones de amor que se construye con las otras personas... la experiencia es muy importante aquí porque marca la pauta de validar el concepto del amor.

Para la mayoría de estas mujeres, las amigas han tenido un papel fundamental en el proceso de repensar y reelaborar lo que entienden por amor. De allí que Luisa mencione:

Por eso te digo que el tema de la amistad es algo muy importante, una amistad desde el cuidado... empezar a pensar que me puedo sentar con una persona y contarle cómo me sentía y que no me iban a juzgar ... sino que me iban a acompañar, me iban a abrazar.

Para este grupo de mujeres una de las principales características del amor es que va más allá de la pareja, e incluso son críticas con esa jerarquía que se asigna culturalmente a la relación romántica. Esto lo menciona Laura:

cuestionar la jerarquía, como no poner el amor de pareja por encima de otros, y en cambio también valorar mucho las relaciones con las amigas por ejemplo, con los amigos, y obviamente también la familia.

Es de destacar también que varias de ellas hablan del amor hacia sí mismas, sus intereses y sus luchas. Es como dice Jennifer:

hay diferentes formas de amar, como la el amor que tú tienes como hacia tu madre, hacia tu padre, el amor que tienes hacia tus amigas, hacia tus luchas, hacia tus vínculos también, como el amor también propio.

Por otro lado, aunque las mujeres entrevistadas son muy críticas del amor abnegado, aún así creen que es necesario reivindicar el cuidado y la ternura en sus relaciones. Camila lo ilustra bien:

el sistema patriarcal nos invita a alejarnos de la ternura. Ser feminista es ir contra eso y es defender la ternura también y defender el amor, como una bandera.

La mayoría de las participantes definen el amor como cuidado, entendido este como ser y estar en un lugar seguro, tener tiempo de calidad, que haya corresponsabilidad, tener disposición, propender por el bienestar del otro, y realizar acciones que le ayuden a la otra persona en el día a día. Además enfatizan en el cuidado emocional, como lo hace Daniela:

permitirle a la otra persona ser vulnerable, y permitirse uno como tratar de cuidar esas vulnerabilidades. ...Eso ahí duele, eso es una herida, pues voy a tocar ahí con cuidado.

Es entonces como el amor se va convirtiendo en un acto político, puesto que es un lugar para establecer relaciones equitativas y poner en práctica todos los principios de justicia que también se buscan conseguir en la sociedad. Es como dice Laura:

puede ser súper político el amor... lo político es como poner en práctica esas cosas que para uno son justas. Siento que la política es importante porque uno puede ir hacia un mundo mejor, un mundo más justo y más equitativo. Entonces en el amor uno puede poner en práctica esas cosas.

Lo político también está en ser responsable con los actos, y buscar reparar cuando se ha hecho algún daño. Esto lo explica Luisa:

Para mí la responsabilidad es aceptar las consecuencias de lo que haces y acompañar las consecuencias de alguna forma... hice esto y lo lamento, el reconocer, el arrepentirse, el esforzarse un montón por no volver a ejercer este mismo daño.

El amor también es un espacio político cuando se crean relaciones erótico- afectivas entre mujeres. Algunas de las participantes se han dado cuenta que el amor entre ellas, además de ser transgresor, es distinto. Esto porque hay mayor intención de entablar relaciones

bajo otros modelos, tramitar los conflictos sin llegar a optar por la violencia, se comparte el hecho de habitar un cuerpo asignado como mujer reconociendo la subordinación que ello implica. También hay mayor comprensión, comunicación, empatía, es un espacio más seguro y donde se sienten más valoradas. De allí que Andrea mencione:

las mujeres feministas son un espacio más seguro, porque le trabajamos mucho a la deconstrucción, y a no amarnos como patriarcalmente nos han enseñado... lo intentamos y esos intentos pues son los que me dan la evidencia para decir bueno el amor entre mujeres es otra cosa.

Finalmente, una transformación del amor que rompe con los dispositivos de emparejamiento, es la posibilidad de la no monogamia que varias de ellas tienen en cuenta. Es decir, entablar relaciones bajo modelos diferentes al hegemónico, abriendo espacio para experimentar el deseo y el afecto con diferentes personas. De esta forma lo explica Jennifer:

comencé a buscar también mis propias maneras de amar, y ahí dije como ush, definitivamente yo no quiero tener una relación monógama, y ahorita es donde me paro... esta nena estaba saliendo con otra chica y yo decía bueno pero está bien, o sea yo no me siento mal.

Hacer esta investigación me ayudó también a transformar mis discursos sobre el amor. Lo que más me ha impactado es ver como el modelo de pareja lleva implícito el deseo de poseer al otro, con ello ahora pretendo estar muy atenta a conservar la autonomía y libertad de las personas con las que me relaciono erótico-afectivamente. También quiero plantear modelos distintos a la monogamia pero no desde el consumo del otrx. Así mismo, me estoy preguntando mucho por el lugar privilegiado que le he dado a mis vínculos erótico-afectivos. Hoy anhelo aprender más de las relaciones con mis amigxs quienes me brindan un lugar seguro, un amor genuino, desinteresado, donde no pierdo mi autonomía, y tampoco quiero consumir la del otrx. Busco recordarme y seguir entendiendo que el amor se acaba y es incierto. Y tengo el firme propósito de convertir el amor en lugar de transformación de las relaciones de poder, donde pueda practicar todo lo contrario a la crueldad propia de esta modernidad.

Ahora, partiendo de las narrativas de este grupo de mujeres podemos decir que el amor es político cuando en los espacios privados se vive el feminismo. Para Ahmed (2021) el feminismo debe estar en todas partes y es revolucionario ponerlo en práctica en todos los vínculos que creamos. Así mismo, el amor es emancipador cuando desafía la norma y el orden, cuando no se guía por la moral dominante (Onfray, 2022). En la actualidad las personas somos una mercancía más, somos desechables, por eso el amor también es político cuando es responsable.

Ahora, frente a la posibilidad que abren varias entrevistadas de relacionarse desde modelos distintos a la monogamia, Palomino (2012) considera que estas son formas

alternativas de vivir la sexualidad y las relaciones, que son subversivas. Experimentar la sexualidad libremente, permite dejar de normalizar mandatos emocionales, que se producen en el marco del amor romántico.

Las participantes nos muestran cómo amar, siendo conscientes del cuidado hacia la otredad, pero sin perder la autonomía. Son mujeres que se siguen preguntando por cómo hacer para no poner nada por encima de su libertad, y para no guiarse por la moral dominante de la época, es decir, para ser ellas mismas en la relación con lxs otrxs (Onfray, 2022). Desde estas transformaciones del amor, las mujeres entrevistadas han construido unas prácticas discursivas útiles para hacer frente a la violencia en el marco de las relaciones erótico-afectivas, las cuales se exponen a continuación.

Kit feminista para las relaciones erótico - afectivas

Una de las principales razones para realizar esta investigación fue el poder encontrar más herramientas para enfrentar o prevenir la violencia en las relaciones románticas. Estrategias que fueran útiles tanto para mí como para otras mujeres. Ahmed (2021) creó un kit aguafiestas feminista, ya que para ella el autocuidado es un acto de guerra, protesta y gobernanza, cuando el mundo te dice reiteradamente que tu vida no importa. Esto nos permite reafirmar nuestra vida y es una forma de reconstruirnos a nosotras mismas a través del trabajo terrenal y cotidiano.

Considero que es muy útil también tener un kit de supervivencia feminista para las relaciones erótico-afectivas, creado a partir de las narraciones de las mujeres feministas que fueron entrevistadas. Esto con el objetivo de poder identificar, tomar acciones frente a las violencias, e ir transformando tanto nuestras formas de relacionarnos, como el sistema de dominación que sostiene estas prácticas. El kit se divide en tres partes: la junta, la curiosidad y conversaciones.

1) La junta, la tribu

Las redes de apoyo han sido fundamentales en las vidas de estas mujeres y pueden manifestarse de diferentes formas. Por un lado, los colectivos feministas, que se mueven en redes sociales, han sido un lugar virtual donde las participantes han aprendido sobre VBG y de las experiencias de otras mujeres. Frente a esto Daniela menciona:

los colectivos feministas en redes sociales, los casos de mujeres que salen a contar en redes sociales, como me pasó esto con mi pareja, viví estas situaciones... tengan cuidado con estos comportamientos... los testimonios han sido claves

Por otro lado, todas dijeron de forma unánime que hablar con otras personas, en escenarios cotidianos y principalmente con amigas, les ha permitido reflexionar sobre las relaciones que han construido e identificar ciertas violencias. Es como dice Mónica:

Siento que esos ejercicios de cuidado, de hablar de la relación con otras personas, como de decir lo que se está sintiendo, contar, echar chisme, tomar tinto, la junta, la tribu ahí hablando en esencia, es bien potente para identificar situaciones de violencia, saber qué hacer y tomar acción.

Para Camila, estos espacios los han brindado amigas, pero también colectivos feministas.

comencé a camellar con una colectiva feminista allí en el barrio, y ahí más rico... Entonces me empecé a dar cuenta que me he disfrutado mucho más esos espacios colectivos, y de acompañamiento con mi familia, y con mis amigas, que la tortura que era tener un amor romántico.

El compartir con amigas les ha permitido identificar más fácilmente señales e indicios de violencia. Para Mónica una señal clara es:

primero para detectar este tipo de violencias que son así súper sutiles, que van progresivamente, que es una bola de nieve, que se pillen ciertas actitudes, ciertas formas de reacción, cuando se le pone un límite a la pareja.

Todas las entrevistadas consideran que las redes de apoyo son indispensables para poder salir de una relación donde hay violencia. Varias de ellas hacen énfasis en que no todas tomamos este tipo de decisión en determinado tiempo, ni tenemos que hacerlo. Esto lo explica bien Laura:

es un pre paso que hay que hacer antes de dejar la relación, tener red, pueden ser amigas...Uno tiene que pensar que cuando una persona es violenta, es peligrosa, por eso no siempre es el momento ideal para salir de una relación así.

Frente a la importancia que tienen las redes de apoyo, Mónica nos hace un llamado a las feministas, puesto que a veces dejamos de ser un lugar seguro para otras mujeres:

nosotras que estamos con parceras feministas a veces nos da pena incluso hablar de que nosotras mismas estamos siendo violentadas. Porque cuando uno maneja un discurso feminista, el imaginario social es como “marica si tú ya sabes eso, ¿porque te estás dejando?”. Entonces yo siento que ahí es muy violento con nosotras mismas.

2) La curiosidad

Las mujeres entrevistadas hablan de la importancia de saber, hacer y de ser, a partir de un ejercicio de autocrítica y reflexión diaria. En primera instancia, en los discursos de la

mayoría de las mujeres entrevistadas es posible ver que son conscientes de las relación de poder basada en género. Saber de esta teoría les ha permitido también cuestionar y problematizar diferentes prácticas en sus relaciones. Es como dice Andrea

las relaciones más aceptadas socialmente, al ser heteronormativas o heteropatriarcales, o heterocentradas, pues evidentemente tienen que ver con la definición de roles que ha hecho la sociedad sobre nuestros cuerpos. Siento que los hombres, como lo menciona Rita Segato, tienen un mandato patriarcal, y este mandato patriarcal les hace actuar.

Luego, frente al ser, varias de ellas mencionan la importancia de no solo estar atentas al comportamiento del otro sino también de lo que ellas piensan y hacen. Esto con el objetivo de erradicar los comportamientos sexistas y violentos que ellas mismas replican. Así lo mencionó Laura:

no creer que ya yo lo sé todo y ya sé cómo tener la mejor relación, no. Toca seguir teniendo curiosidad, cuestionándose, por qué esto me habrá hecho sentir así. O esto que hice, sentí que fue como manipulador de mi parte, preguntar si la otra persona lo sintió de esa forma... y pues intentar hacer algo por cambiarlos, por quebrar patrones, creo que eso es un acto y una práctica feminista.

En esta línea, las mujeres le dan un lugar importante al autocuidado y al autoconocimiento. Luisa lo menciona de esta manera:

el cuidado yo siento que también empieza como desde una misma...siento que si tú no te das a ti como la atención, el amorcito, como que se pueden empezar a romper cosas por dentro, que justamente empiezas a buscar en otros lados.

Mónica, y otras más, consideran que además del autocuidado el autoconocimiento es clave, puesto que de esta forma pueden saber lo que esperan en una relación.

el autoconocimiento, el reconocer mis límites, el reconocer mis gustos, mis disgustos, qué quiero, qué no quiero. Identificar las mejores formas en que yo me puedo expresar...permite construir relaciones mucho más sanas con otras personas.

Por otro lado, estar conectada con lo que uno siente y saber escucharse, es una de las herramientas más poderosas para poder identificar algún tipo de violencia. Es como dice Jennifer:

tú sabes que si duele, es porque por ahí estás yendo por mal camino... si está doliendo hazle caso a tu intuición.

Finalmente, dentro del hacer hay algunas recomendaciones que realizan las mujeres participantes. Una de estas es hacer actividades que se disfruten estando solas, y que aporten a sus proyectos por fuera de la relación. Es como menciona Camila.

busco poder tener mis espacios personales, poder tener mis propios proyectos personales, compartir con mis amigos... tener espacios lejos de la relación de pareja, espacios individuales, que me fortalezcan a mí, en mi proyecto de vida.

Todo lo mencionado permitirá cuestionar el sistema sexista que tenemos interiorizado nosotras mismas, pero también en los demás. Varias de ellas mencionan que lo que buscan en una persona para entablar una relación erótico-afectiva es que ellxs también cuestionen el sistema sexo/género. Camila lo expuso de la siguiente forma:

Cuestionarse estas lógicas de relacionarse desde unas visiones muy machistas, ayuda a que una misma se cuestione cómo se está relacionando... el feminismo le ayuda a uno a abrir los ojos y a poder decir esto no, hasta aquí llegas con esta forma de ver el mundo, con esta forma de relacionarte, y si no te gusta pues adiós.

3) Conversaciones que antes se daban por hechas

Finalmente, están las herramientas que sirven en la cotidianidad con el vínculo. Una de estas es la comunicación y el llegar a acuerdos. Varias dicen que en las relaciones hegemónicas hay muchas cosas que se dan por obvias y no se preguntan. Esto lo mencionó Jennifer:

Tú nunca te sientas con una persona monógama a decir bueno cuáles son nuestros acuerdos, sino tú los das por hecho, porque así funciona la monogamia y el amor romántico... los acuerdos no son reglas, sino una especie de compromisos entre las 2 partes, para que podamos tener una relación muy sana, muy estable.

Frente a estos acuerdos, Mónica explica cómo construirlos desde el principio en una relación

juntos empezáramos a identificar nuestros antecedentes, es decir, hablar de las relaciones anteriores ¿cómo nos había ido? ¿qué elementos pues no queríamos repetir? ¿Cuáles eran nuestros no negociables?... Ahí ya empezamos a hablar como de la aclaración de ciertos conceptos, porque para las relaciones tanto sexo-afectivas, como cualquier vínculo, uno da por hecho muchas cosas.

Por otro lado, las mujeres mencionaron reiteradamente la necesidad de poner límites en varios sentidos. Por una parte, poner un límite es hablar de las cosas que se pueden negociar, pero también dejar claro las que no se van a permitir. Mónica habla de esto:

luego hablamos de los límites, los negociables, los no negociables. Y siento que ese punto de partida en la relación, ha hecho sentirme primero muy segura, muy tranquila y con la libertad de retomar esos acuerdos y modificarlos en el momento que sea necesario.

Por otro lado, Laura menciona los límites frente a lo que uno puede hacer y en lo que uno puede ayudar.

poder decir esto es tuyo, yo no puedo hacer nada con esto, te toca a tí trabajarlo, hablarlo con alguien más, pero yo no me puedo hacer cargo de esto porque no es mi responsabilidad.

Y Andrea menciona los límites respecto a romper vínculos y ponerle fin a ciertas relaciones.

Hay personas que no van a cambiar, hay situaciones que también están muy crónicas, que están muy ancladas, que es muy difícil transformarlas. Entonces está también bien huir de ahí, colocar los límites, cerrar relaciones, dejar de hablar.

Finalmente, pero no menos importante, las mujeres están constantemente problematizando la mirada sobre lo cotidiano, como la distribución de las tareas del hogar. A Camila el feminismo popular le ha enseñado sobre este tema.

poder cuestionarme, por ejemplo, los roles de cuidado dentro del hogar en mujeres trabajadoras... ahorita convivo con un hombre que también creció en un sistema super patriarcal, y poder plantear límites frente a los roles de cuidado...siento que ha sido muy valioso para poder sostener la relación hasta este punto.

Conclusiones

En las narraciones de las mujeres entrevistadas se observan discursos del amor-r, que han interiorizado a partir de lo que han visto y les han dicho principalmente en sus familias. Mencionaron ideales como el amor eterno y por lo tanto el amor que todo lo aguanta. También se identifica una tensión entre el hecho de aprender desde muy pequeñas que el amor implica sufrimiento, y el deseo que persiste por encontrar a la persona ideal. Por esta razón algunas de ellas optaron inicialmente por no involucrarse emocionalmente para no salir heridas por el amor.

También sus narraciones dejan ver cómo el amor-r ha afectado su relacionamiento con sus vínculos erótico-afectivos. Por un lado, estas normas de cómo deben ser las mujeres les ha llevado a desconfiar de lo que sienten, impedido manifestar sus inconformidades o buscar ayuda cuando han vivido alguna violencia. Así mismo, reconocen haberse relacionado desde la necesidad, buscando una relación tras otra, y en ocasiones permaneciendo allí sin desearlo.

Cómo se pudo evidenciar, las normas sobre el amor, y sobre cómo deben ser las mujeres y los hombres para conseguirlo, han tenido implicaciones sobre la vida de las mujeres participantes. Las mujeres han vivido violencia psicológica de diferentes formas: han sido controladas a través de los celos románticos, las han humillado al comparar su cuerpos con el de otras, les han hecho creer que ellas son las que están haciendo mal, y han sido manipuladas para acceder a hacer cosas que no quieren. Vemos cómo este tipo de violencia, que no siempre es fácil de identificar, minoriza a las mujeres y reduce su capacidad de actuar.

Las mujeres creen que hay varias razones detrás de este tipo de violencias. Unas mencionan el deseo de poder y control, otras el no tener herramientas para tramitar las emociones, y también mencionan la inseguridad que han visto en los hombres. Conuerdo

con una de ellas que menciona las bases culturales y las relaciones de poder, como la principal razón de estos comportamientos. La autonomía, la libertad y el placer de la mujer ponen en riesgo el orden bajo el cual se ha construido la sociedad, por lo tanto detrás de esa persona que ejerce violencia hacia su pareja, hay un sistema sexista, heteronormativo, monógamo, racista, clasista, al que le es útil la subordinación de las mujeres y de lo femenino.

Frente a la idea de que estamos destinados a controlar y exterminar la autonomía del otro en una relación de pareja, surge la pregunta ¿Cómo hacer para no perder la libertad en medio del amor? Las mujeres entrevistadas brindan alternativas frente a ello. Ellas han cuestionado la jerarquía que tiene el amor en pareja sobre otras relaciones como las familiares y las amistades, incluso del amor hacia sus proyectos y hacia ellas mismas. También desafían el desencanto que nos genera la sociedad hacia el amor, manteniendo el cuidado, la responsabilidad y la ternura como bandera. Para estas feministas, el amor es político, porque desde estos escenarios también se puede transformar las relaciones de poder, y crear un mundo más justo y más habitable para todos. En este camino por elaborar nuevas formas de amar, las amigas han tenido un papel fundamental en sus vidas puesto que representan un amor que no requiere sufrimiento. Finalmente, las mujeres al practicar la no monogamia abren caminos a la autonomía y rompen con ideales y mandatos del amor.

Frente a la pregunta de esta investigación sobre ¿Cómo hacen las mujeres para identificar y detener violencias en sus relaciones de pareja? El Kit de supervivencia feminista que se menciona aquí, recoge las prácticas y los discursos que les han sido útiles a las mujeres entrevistadas al momento de detener violencias, pero también para transformar la forma en que se relacionan, para amar siendo ellas mismas sin perder su libertad. Las redes de apoyo, la autocritica y las comunicación han sido claves para cuidarse en el marco de las relaciones sexo-afectivas que entablan. Este kit debe estar en constante construcción, porque la revisión del sexismo interiorizado es una tarea diaria. En ningún momento tiene la pretensión de ser un ejercicio acabado, determinante y definitivo, antes bien, se espera que sea de utilidad para seguir reflexionando y encontrando formas contrahegemónicas de relacionarnos.

Tras haber realizado esta investigación, no soy la misma, no pienso igual y espero poder actuar de una forma distinta. Antes no sabía qué era el amor romántico, no quería siquiera estudiarlo porque pensaba que le iba a quitar la magia a este idilio. Hoy, gracias a las lecturas y a las narraciones de las mujeres, me he cuestionado muchas certezas que tenía, se han reafirmado algunas inquietudes, y he podido identificar más fácilmente en mis relaciones

ciertas prácticas violentas. Hoy me siento más libre, con menos peso y menos mandatos sobre cómo deberían ser mis relaciones. Aún así, tengo mucho por aprender para lidiar con la incertidumbre, y para seguir curioseando y conspirando. Espero que como a mí, conocer de estos temas te cambie la vida.

Referencias

- Ahmed, S. (2021). *Vivir una vida feminista*. Caja Negra.
- bell hooks. (2000). *Todo sobre el amor: Nuevas Perspectivas*. Planeta Publishing Corporation.
- bell hooks. (2017). *El feminismo es para todo el mundo*. Traficantes de Sueños.
- Bauman, Z. (2003). *Amor Líquido. Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Fondo de Cultura Económica.
- Braidotti, R. (2004). *Feminismo, diferencia sexual y subjetividad nómada*. Gedisa S. A.
- Buller, A., Pichon, M., Chevalier, C., & Treves-Kagan, S. (2023). The role of gender and romantic jealousy in intimate partner violence against women, a mixed-methods study in Northern Ecuador, *Culture, Health & Sexuality*, 25(2), 223-240.
- Butler, J. (2002). *Cuerpos que importan. Sobre los límites materiales y discursivos del sexo*. Paidós.
- Cabra, N. (2017). La herida masculina. *Nómadas*, 9(1), 167-181
- Camargo, E. (2023). Does Power at Home Protect Women from Violence? A Comparative Analysis between Urban and Rural Colombian Women. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 32(1-2), 88-106.
- Corbally, M. (2015). Accounting for Intimate Partner Violence: A Biographical Analysis of Narrative Strategies Used by Men Experiencing IPV From Their Female Partners. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(17), 3112–3132.
- Dalessandro, C., & Wilkins, A. (2017). Blinded by Love: Women, Men, and Gendered Age in Relationship Stories, *Gender & Society*, 31(1), 96–118.
- De Gialdino, I. V. (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. Editorial Gedisa.
- Dwarumpudi, A., Mshana, G., Aloyce, D., Peter, E., Mchome, Z., Malibwa, D., Kapiga, S. & Stöckl, H. (2022). Coping responses to intimate partner violence: narratives of women in North-west Tanzania. *Culture, Health & Sexuality*.
- Giddens, A. (2004). *La transformación de la intimidad. Sexualidad, amor y Erotimos en las sociedades modernas*. Ediciones Cátedra.
- Haraway, D. J. (1995). *Ciencia, cyborgs y mujeres. La invención de la naturaleza*. Cátedra.
- Harding, S. (1998). ¿Existe un método feminista?. En E. Bartra (Ed.), *Debates en torno a una metodología feminista* (pp. 9 - 34). Universidad Autónoma Metropolitana.
- Illouz, E. (2007). *Intimidades congeladas. Las Emociones en el Capitalismo*. Katz editores.

- Illouz, E. (2009). *El consumo de la utopía romántica. El amor y las contradicciones culturales del capitalismo*. Katz editores.
- Jimeno, M. (2004). *Crimen Pasional. Contribución a una antropología de las emociones*. Universidad Nacional de Colombia.
- Lamas, M. (2013). *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Lugones, M. (2008). Colonialidad y género. *Tabula rasa*, 9(1), 73-101.
- Marques-Fagundes, A.L., Megías, J., García-García, D., & Petkanopoulou, K. (2015). Sexismo ambivalente e ideología igualitaria en la percepción del maltrato psicológico y la (in)vulnerabilidad a la violencia. *Revista de Psicología Social*, 30(1), 31-59.
- Naciones Unidas. (9 de Marzo de 2021). Una de cada tres mujeres en el mundo sufre violencia física o sexual desde que es muy joven. <https://news.un.org/es/story/2021/03/1489292>
- Onfray, M. (2022). *Teoría del Cuerpo Enamorado. Por una Erótica Solar*. Pre-Textos.
- ONU Mujeres. (18 de julio de 2023). Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas. <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>
- Padilla-Medina, D., Small, E., & Pavlova, S. (2023). Exploring Help-Seeking Predictors Among Colombian Victims of Intimate Partner Violence in Different Age Groups. *Violence Against Women*, 29(2), 202–228.
- Palomino, J. (2012). Entre el romance, las "perras" y el desencanto: Una mirada a las relaciones amorosas de los jóvenes bogotanos. *Nómadas*, (36), 213-223.
- Power, C., Koch, T., Kralik, D., & Jackson, D. (2005). Lovestruck: Women, romantic love and intimate partner violence. *Contemporary Nurse*, 21(2), 174-185.
- Prada, N. (2010). Placeres peligrosos. Discursos actuales sobre la sexualidad de las mujeres en el periódico El Tiempo. *Universidad Nacional de Colombia*.
- Preciado, B. (2008). *Testo Yonqui*. Espasa.
- Procuraduría General de la Nación. (06 de Marzo de 2023). 3 mujeres cada hora, 128 al día y 47 mil en el 2022, fueron víctimas de violencia intrafamiliar: Procuraduría. <https://www.procuraduria.gov.co/Pages/3-mujeres-cada-hora-128-al-dia-y-47-mil-en-2022-fueron-victimas-de-violencia-intrafamiliar-procuraduria.aspx>
- Riffe-Snyder, K., Crist, J., & Reel, S. (2022). Intimate Partner Violence Stories of Appalachian Women. *Clinical Nursing Research*, 31(2), 261–273.

- Sandberg, L., & Rönnblom, M. (2013). Afraid and restricted vs bold and equal: Women's fear of violence and gender equality discourses in Sweden. *European Journal of Women's Studies*, 20(2), 189–203.
- Schalkwyk, S., Boonzaier, F., & Gobodo-Madikizela, P. (2014). 'Selves' in contradiction: Power and powerlessness in South African shelter residents' narratives of leaving abusive heterosexual relationships. *Feminism & Psychology*, 24(3), 314–331.
- Scott, J. W. (1986). Gender: A Useful Category of Historical Analysis. *American Historical Review*, (91), 1053–1075.
- Segato, R. (2013). *La Crítica de la Colonialidad en Ocho Ensayos. Y una antropología por demanda*. Prometeo.
- Segato, R. L. (2018). *La guerra contra las mujeres*. Traficantes de sueños.
- Toplu-Demirtaş., E., & Fincham, F. (2021). I Don't Have Power, and I Want More: Psychological, Physical, and Sexual Dating Violence Perpetration Among College Students. *Journal of Interpersonal Violence*, 37 (13-14) 11490–11519.
- Valls, R., Puigvert, L., & Duque, E. (2008). Gender Violence Among Teenagers Socialization and Prevention. *Violence Against Women*, 14 (7), 759-785.
- Wemrell, M. (2023). Stories of Backlash in Interviews With Survivors of Intimate Partner Violence Against Women in Swede. *Violence Against Women*, 29(2) 154–184.
- Viveros, M. (2011). Relatos e Imágenes del amor en la segunda mitad del siglo XX. En J. Borja y P. Rodríguez (Eds.), *Historia de la vida privada de Colombia* (pp. 302-303). Taurus.
- Zapata-Calvente, A., Megías, J., Moya, M., & Schoebi, D. (2019). Gender-Related Ideological and Structural Macrosocial Factors Associated With Intimate Partner Violence Against European Women. *Psychology of Women Quarterly*, 43(3), 317-334.