



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA
DE AGUASCALIENTES**

Centro de Ciencias Sociales y Humanidades

Departamento de Psicología

TESIS

**MASCULINIDADES QUE BUSCAN AYUDA: NARRATIVAS Y PERFORMATIVIDAD
DE HOMBRES EN TERAPIA.**

**QUE PRESENTA
Rodrigo Valencia Mantilla**

**PARA OBTAR POR EL GRADO DE MAESTRÍA EN INVESTIGACIÓN EN
PSICOLOGÍA**

TUTOR

Dr. Miguel Ángel Sahagún Padilla, tutor.

INTEGRANTES DEL COMITÉ TUTORIAL

Dr. Gustavo Muñoz Abundez, co-tutor.

Dra. Hada Soria Escalante, lectora externa.

Aguascalientes Aguascalientes, 11 de junio de 2025

MTRA. MARÍA ZAPOPAN TEJADA CALDERA
DECANO (A) DEL CENTRO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

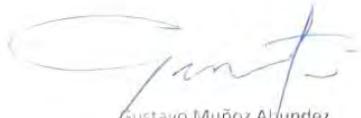
PRESENTE

Por medio del presente como **Miembros del Comité Tutorial** designado del estudiante **RODRIGO VALENCIA MANTILLA** con ID 148521 quien realizó la tesis titulada: **MASCULINIDADES QUE BUSCAN AYUDA: NARRATIVAS Y PERFORMATIVIDAD DE HOMBRES EN TERAPIA**, un trabajo propio, innovador, relevante e inédito y con fundamento en el Artículo 175, Apartado II del Reglamento General de Docencia damos nuestro consentimiento de que la versión final del documento ha sido revisada y las correcciones se han incorporado apropiadamente, por lo que nos permitimos emitir el **VOTO APROBATORIO**, para que él pueda proceder a imprimirla así como continuar con el procedimiento administrativo para la obtención del grado.

Ponemos lo anterior a su digna consideración y sin otro particular por el momento, le enviamos un cordial saludo.

ATENTAMENTE
"Se Lumen Proferre"
Aguascalientes, Ags., a 6 de junio de 2025.


Miguel Ángel Sahagún Padilla
Tutor de tesis


Gustavo Muñoz Abundez
Co-tutor de tesis


Hada Soria Escalante
Asesora de tesis

c.c.p.- Interesado
c.c.p.- Secretaría Técnica del Programa de Posgrado

Elaborado por: Depto. Apoyo al Posgrado
Revisado por: Depto. Control Escolar/Depto. Gestión de Calidad
Aprobado por: Depto. Control Escolar/Depto. Apoyo al Posgrado

Código: 00-SEE-FO-16
Actualización: 00
Emisión: 17/05/19



DICTAMEN DE LIBERACIÓN ACADÉMICA PARA INICIAR LOS TRÁMITES DEL EXAMEN DE GRADO



Fecha de dictaminación dd/mm/aaaa: 10/06/2025

NOMBRE: Rodrigo Valencia Mantilla **ID** 148521

PROGRAMA: Maestría en Investigación en Psicología **LGAC (del posgrado):** Comportamiento e Instituciones

TIPO DE TRABAJO: (X) Tesis () Trabajo Práctico

TÍTULO: MASCULINIDADES QUE BUSCAN AYUDA: NARRATIVAS Y PERFORMATIVIDAD DE HOMBRES EN TERAPIA

IMPACTO SOCIAL (señalar el impacto logrado): Desarrollo de conocimientos teóricos sobre la práctica de psicoterapia con perspectiva de género en el cuidado de la salud mental de los hombres como usuarios principales de la terapia, así como la visibilización de los desafíos que tienen para la salud mental.

INDICAR	SI	NO	N.A. (NO APLICA)	SEGÚN CORRESPONDA:
<i>Elementos para la revisión académica del trabajo de tesis o trabajo práctico:</i>				
SI				El trabajo es congruente con las LGAC del programa de posgrado
SI				La problemática fue abordada desde un enfoque multidisciplinario
SI				Existe coherencia, continuidad y orden lógico del tema central con cada apartado
SI				Los resultados del trabajo dan respuesta a las preguntas de investigación o a la problemática que aborda
SI				Los resultados presentados en el trabajo son de gran relevancia científica, tecnológica o profesional según el área
SI				El trabajo demuestra más de una aportación original al conocimiento de su área
SI				Las aportaciones responden a los problemas prioritarios del país
SI				Generó transferencia del conocimiento o tecnológica
SI				Cumple con la ética para la investigación (reporte de la herramienta antiplagio)
<i>El egresado cumple con lo siguiente:</i>				
SI				Cumple con lo señalado por el Reglamento General de Docencia
SI				Cumple con los requisitos señalados en el plan de estudios (créditos curriculares, optativos, actividades complementarias, estancia, predoctoral, etc)
SI				Cuenta con los votos aprobatorios del comité tutorial, en caso de los posgrados profesionales si tiene solo tutor podrá liberar solo el tutor
N.A.				Cuenta con la carta de satisfacción del Usuario
SI				Coincide con el título y objetivo registrado
SI				Tiene coherencia con cuervos académicos
SI				Tiene el CVU del Conacyt actualizado
N.A.				Tiene el artículo aceptado o publicado y cumple con los requisitos institucionales (en caso que proceda)
<i>En caso de Tesis por artículos científicos publicados</i>				
N.A.				Aceptación o Publicación de los artículos según el nivel del programa
N.A.				El estudiante es el primer autor
N.A.				El autor de correspondencia es el Tutor del Núcleo Académico Básico
N.A.				En los artículos se ven reflejados los objetivos de la tesis, ya que son producto de este trabajo de investigación.
N.A.				Los artículos integran los capítulos de la tesis y se presentan en el idioma en que fueron publicados
N.A.				La aceptación o publicación de los artículos en revistas indexadas de alto impacto

Con base a estos criterios, se autoriza se continúen con los trámites de titulación y programación del examen de grado: Si X
No

FIRMAS

Elaboró:
* NOMBRE Y FIRMA DEL CONSEJERO SEGÚN LA LGAC DE ADSCRIPCIÓN: Dr. Miguel Ángel Sahagún Padilla

NOMBRE Y FIRMA DEL SECRETARIO TÉCNICO: Dr. Miguel Ángel Sahagún Padilla

* En caso de conflicto de intereses, firmará un revisor miembro del NAB de la LGAC correspondiente distinto al tutor o miembro del comité tutorial, signado por el Decano

Revisó:
NOMBRE Y FIRMA DEL SECRETARIO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO: Dr. Alfredo López Ferreira

Autorizó:
NOMBRE Y FIRMA DEL DECANO: Mtra. María Inés Torres Caldera

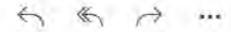
Nota: procede el trámite para el Depto. de Apoyo al Posgrado
En cumplimiento con el Art. 105C del Reglamento General de Docencia que a la letra señala entre las funciones del Consejo Académico: ... Cuidar la eficiencia terminal del programa de posgrado y el Art. 105F las funciones del Secretario Técnico; llevar el seguimiento de los alumnos.

[REG] Acuse de recibo del envío



estudiosdegenero@colmex.mx

Para: Usted; Gustavo Muñoz Abundez; Hada Soria Escalante



Mar 10/06/2025 06:44 PM

Hola,

Miguel Angel Sahagún-Padilla ha enviado el manuscrito "Procesos terapéuticos y masculinidades: un estado de la cuestión" a Revista Interdisciplinaria de Estudios de Género de El Colegio de México.

Si tiene cualquier pregunta no dude en contactarme. Le agradecemos que haya elegido esta revista para dar a conocer su obra.

Ana Paulina Gutiérrez Martínez

Revista Interdisciplinaria de Estudios de Género de El Colegio de México

estudiosdegenero.colmex.mx

↳ Responder

↳ Responder a todos

↳ Reenviar



Agradecimientos

En primer lugar, quiero expresar mi más sincero agradecimiento a la Secretaría Ciencias Humanidades Tecnología e Innovación (SECIHTI) por la beca otorgada, la cual fue fundamental para dedicarme de lleno a mi formación académica y al desarrollo de esta investigación. Sin este apoyo, este logro no habría sido posible.

A la Universidad Autónoma de Aguascalientes (UAA), mi alma máter, por brindarme las herramientas, el espacio y las oportunidades para crecer tanto personal como profesionalmente. En especial, al Departamento de Psicología y al Departamento de Posgrados, por su invaluable respaldo y por fomentar un ambiente de aprendizaje y colaboración.

A mi comité tutorial, cuyos consejos, paciencia, retroalimentación y dedicación fueron esenciales para la culminación de este trabajo. Su experiencia y compromiso me nutrieron desde el inicio y me apoyaron para expandir mis conocimientos, así como cimentar las bases de mi vida académica; enriquecieron este proceso con su experiencia y dedicación a mi crecimiento.

Finalmente, a mi familia, tanto la sanguínea como la encontrada, les agradezco los momentos de apoyo, de diversión y de consejo, su constante acompañamiento y su confianza en mi logro. Este logro es también suyo por todo ese apoyo incondicional, son la muestra que ningún trabajo o logro se puede resumir en una sola persona.

Gracias por ser parte de este importante capítulo de mi vida.

Dedicatoria

En primer lugar, le dedico este trabajo, culminación de un proceso largo y solo fragmento de lo que viene, a mis padres, más allá del apoyo económico y certezas de respaldo que me han aportado toda la vida, la constancia de verles, comer juntos y saberme seguro y amado cerca de ustedes es la base sin la cual nada de lo que he logrado hubiera sido posible y es la base que conservaré el resto de mi vida, un eterno recordatorio del amor incondicional, el apoyo, la responsabilidad y la dedicación.

También quiero dedicar este logro a mi esposa, Ruby, con quien discutí incontables veces los elementos de mi tesis y cuyo nombre también merecería estar en este trabajo por su involucramiento. Esto sin mencionar la diversión, el amor y la energía que nuestra relación inyecta en todos nuestros proyectos, personales y de pareja. No alcanzarían las palabras para decirte lo orgulloso que estoy de ti y de nosotros.

Le quiero además dedicar mi trabajo a dos personas que estuvieron constantes en esta época, a mi hermano Wicho y a mi tía Meche. Sería innegable que siempre has tenido mucha importancia en mi vida hermano, y que, especialmente con este trabajo, con cada lectura y con cada línea que escribía, estabas en el fondo de mi mente y mi corazón. Tía, gracias por acompañarme y permitirme acompañarle también en estos años tan difíciles.

Finalmente le dedico este trabajo a todas las personas que aún si no son nombradas, saben que son importantes para mí y este trabajo: por las pláticas casuales, por las discusiones sobre mi tesis, por la preocupación y cariño que expresaron (o aún si se lo guardaron) por mi bienestar. También a todos los pacientes que me dieron la confianza de trabajar con ustedes y con sus historias; sepan que sus historias, más allá de las que forman este trabajo, me ha ayudado a crecer y no solo como terapeuta y psicólogo.

Índice General

Índice.....	1
Índice de Tablas.....	4
Resumen en Español.....	6
Resumen en Inglés (<i>Abstract</i>).....	7
Introducción.....	8
Objetivos.....	13
CAPÍTULO I: Marco teórico.....	14
Género y Masculinidades.....	14
Género.....	14
Estudios de Género: Estructuras Sociales y Naturaleza Política.....	15
Estudios de Hombres y Masculinidades.....	17
Masculinidades y Patriarcado.....	18
La Transformación de la Masculinidad.....	23
Performatividad: Viabilidad y Habitabilidad.....	24
Concepto Base: Performatividad.....	25
Viabilidad.....	27
Habitabilidad.....	28
Terapia y salud mental.....	30
Salud como Cuidado de Sí.....	30
Salud y Género.....	33
Salud Mental y Hombres como Sujetos Generizados.....	35

La Terapia como Alternativa de la Salud Mental.....	36
Estado de la Cuestión: Procesos Terapéuticos como Espacio de Juego Performativo y Ampliación del Sentido de Masculinidad.....	37
Los Artículos: La Investigación en Salud Mental y Masculinidad/es.....	39
Discusión.....	55
Conclusión.....	59
Planteamiento del problema.....	60
Implicaciones de la Normatividad de Género: La imposición de lo Masculino.....	62
Datos: Impacto de la Socialización de la Masculinidad.....	65
Impacto de la Masculinidad Impuesta en el Bienestar Personal y Social.....	74
La Terapia como Agente Catalizador de la Transformación.....	77
CAPÍTULO II: Método.....	79
Fábrica de Caso.....	79
Diseño de Investigación.....	82
Exposición al Campo de Estudio.....	82
Muestreo Teórico.....	83
Fabricación del Caso.....	87
Consideraciones Éticas.....	87
Código Ético del Psicólogo (SMP, 2012).....	88
Código de Ética (FENAPSIME, 2018).....	90
CAPÍTULO III: Resultados.....	91
Bitácora de Campo Clínico.....	91

Bitácora de Entrevistas.....	93
Categorías de Análisis Teórico.....	95
La Fábrica de Caso, Representación de un Proceso.....	100
Introducción.....	100
Prefacio, Carta Abierta Después de Años de Terapia.....	102
Parte I Las Bases Invisibles.....	103
Parte II Formándose en el Emerger.....	125
Parte III Vértigo sin Dirección.....	153
CAPÍTULO IV: Discusión.....	180
Análisis de Fábrica de Caso: Las transformaciones de la Performatividad y la Incidencia de la Terapia.....	184
Análisis Teórico de la Fábrica de Caso.....	187
Conclusión del Análisis Teórico de la Fábrica de Caso.....	220
Patrones de Moldeamiento Social.....	221
El Evento/Evidencia de Insuficiencia.....	224
Autoanálisis de la Realidad Social Situada.....	226
Desgenerización de Atributos.....	228
La Fábrica de Caso como Ejemplificación del Proceso.....	229
Conclusiones.....	231
Referencias.....	233
Anexos.....	243
Anexo 1. Consentimiento informado para Consultantes.....	243

Anexo 2. Aviso de privacidad para Consultantes Participantes.....245

Anexo 3. Fábrica de Caso Presentada a los Consultantes Participantes.....249



Índice de Tablas

Tabla 1 Principales causas de muerte en México en 2019 por género.....	67
Tabla 2 Principales causas de muerte en México en 2021 por género.....	68
Tabla 3 Porcentaje de población cubierta en los niveles de educación por género.....	69
Tabla 4 Tasa de suicidios por grupos de edad por cada 100 000 habitantes....	72
Tabla 5 Porcentaje de población en México con ideación suicida según la frecuencia y por género.....	72
Tabla 6 Probabilidad de intento suicida por grupo de edad según el género... 	73
Tabla 7 Porcentaje de participantes que consumen alcohol.....	73
Tabla 8 Páginas con instancias de señalamiento de categorías y subcategorías.....	185

Resumen en Español

Este trabajo de tesis tiene la intención principal de analizar las transformaciones a lo largo de procesos psicoterapéuticos voluntarios en hombres cis como operadores de su performatividad y operandos de ideas de masculinidad presentes en su vida. El método utilizado, la fábrica de caso, es un método narrativo informado por experiencia de campo, muestreo teórico y entrevistas particulares; con estas fuentes se produjo un escrito ficticio que es representativo de experiencias comunes en las masculinidades, esta ficción sirve como punto de análisis para determinar los momentos de transformación del *performance* de los hombres en procesos terapéuticos. Se discute que la terapia no es un catalizador de la transformación por sí misma, pero considerando que la atención psicoterapéutica se da respetando la subjetividad y la diversidad de las experiencias de hombres, es uno de los escenarios que ofrece la mejor expansión de los significados personales de ‘masculinidad’ y los cuidados de sí que esto implica. Para lograr estas transformaciones en favor de los hombres usuarios de terapia, sin importar la corriente teórica que sea, se ofrecen 4 dimensiones que inciden en un proceso terapéutico en favor de una masculinidad con orientación pro-social y más habitable para los hombres: Patrones de Moldeamiento Social, El Evento/Evidencia de Insuficiencia, Autoanálisis de la Realidad Social Situada y la Desgenerización de Atributos.

Resumen en Inglés (Abstract)

This thesis aims to analyze the transformations experienced throughout voluntary psychotherapeutic processes in cis men as operators of their performativity and operant ideas of masculinity present in their lives. The method used, the case factory, is a narrative method informed by field experience, theoretical sampling, and private interviews. These sources produced a fictional text representative of common experiences in masculinities. This fictional work serves as a point of analysis to determine the moments of transformation in men's performance during therapeutic processes. It is argued that therapy is not a catalyst for transformation in and of itself but considering that psychotherapeutic care is provided with respect for the subjectivity and diversity of men's experiences, it is one of the scenarios that offers the greatest expansion of the personal meanings of "masculinity" and the self-care that this entails. To achieve these transformations in favor of male therapy users, regardless of the theoretical current, 4 dimensions are offered that influence a therapeutic process in favor of a masculinity with a pro-social orientation and more habitable for men: Patterns of Social Molding, The Event/Evidence of Insufficiency, Self-Analysis of the Situated Social Reality and the Degenderization of Attributes.

Introducción

La masculinidad sea ha conceptualizado desde lo social como un proceso de generización específica, la formación de *sujetos masculinos* que portaran el título de *hombres*. Es un proceso parecido a la racialización y estratificación por clases; según características con valor social se otorgan ciertas posiciones, atributos o valores a cada grupo. La persona es entonces moldeada – en conjunto de otras influencias interseccionales como cultura, edad, clase, racialización, etc. – según la categoría asignada, se le educa según la expectativa y posibilidades socialmente asignadas y donde se reconoce a sí misma, lo cual termina por informar la continuidad de la misma categoría – se vuelven ejemplos de la masculinidad al ejercer lo que, en general, se considera masculino dentro de un contexto. En la historia individual los procesos de masculinización pueden tomar giros dramáticos para volverse viables a riesgo de quedar en la marginalización o en la indeterminación; esta es la naturaleza de un modelo hegemónico de masculinidad, los sujetos se tienen que posicionar frente a este, es imposible ignorarle. O se sostiene la hegemonía o se desafía (Connell, 2003), esto es un eje de los procesos de generización en estructuras patriarcales y herederas de sociedades patriarcales – vale la pena simplificar como ‘patriarcales’, considerando también aquellas que ya no son propiamente patriarcales, pero conservan las estructuras e instituciones de ellas, siguiendo el planteamiento de Holter (2005) –.

El posicionamiento frente a exigencias societales será un tema invisible; normalizado en la vida de algunos, aceptados pasivamente por otras personas, una lucha que atraviesa historias de vida en otros casos, pero con la constante de ser más notorio entre más vulneraciones y perjuicios se experimenten – situación más propensa conforme mayor distancia se tenga con el modelo hegemónico –. Es un trabajo complicado y doloroso asumir estas vulneraciones que se tienen y

que uno cultiva hacia los demás, como plantea Connell (2003), pues el intercambio por los dividendos del patriarcado – los beneficios por seguir expectativas patriarcales – están condicionados a la automutilación de la vida emocional y espiritual, tal como plantea hooks. Es difícil llegar a este punto de reconocimiento pues no se siente, se aprendió a ignorar, a enmudecerse ante el malestar; si no se siente malestar, la búsqueda hacia algo más tolerable, más habitable, nunca llega. La masculinización en las culturas patriarcales es el largo y diverso proceso donde se entrena para desensibilizarse, seguir reglas y obtener poder sobre los demás (Connell, 2003); este proceso establece los criterios de viabilidad de la performatividad de lo masculino en las sociedades patriarcales para mantener la jerarquía en el orden de género – no existe, entonces, un solo modelo de patriarcado, pues este se adapta a las condiciones específicas (Connell, 2003), siempre manteniendo una influencia o una estructura de género “heredera” del patriarcado (Holter, 2005) –. Es un error asumir que hay una expresión única del patriarcado desde el hecho de que no existe una expresión única de masculinidad (Connell, 2005a).

El proceso de masculinización se lleva a cabo en todas las personas para otorgarles un lugar en el espacio público del mundo patriarcal (Connell, 2005b), pero el proceso es más intenso y holístico con las personas que, por cierta lectura cultural, su cuerpo los vuelve varones/hombres a ojos de la sociedad (Connell, 2003) gracias a la epistemología de la diferencia sexual (Preciado, 2020). Los cuerpos que se vuelven objeto de la masculinización son educados para cortar su vida emocional y se limita su acceso a una integridad de ser (Armengol, 2022; hooks, 2004), dejando en manos de su contexto – el azar en términos prácticos – convertirse en la primera víctima por inflexibilidad y escases de recursos emocionales (Bryde Christensen et al., 2023; Herreen et al., 2022; King et al., 2020; Stewart et al., 2023), ; esta rigidez también los vuelve cómplices en el ejercicio del patriarcado, pues la normalización de esta idea mutilada de lo masculino – criterios

de viabilidad de esta performatividad patriarcal – implica la posibilidad del ejercicio de violencia como herramienta de relación. No necesitan los hombres ser quienes ejercen una violencia física o verbal, pues son las instituciones heredadas del patriarcado (Holter, 2005) las que sostienen las relaciones que operan desde estructuras de violencia porque resulta conveniente no involucrarse, se benefician de no cambiar los modos de relación (Connell, 2003), las estructuras mantienen los criterios de viabilidad y estas siguen forjando una performatividad dentro de la estructura patriarcal. ¿Cómo se puede dar un quebrantamiento en esto?

La relación entre salud mental y la performatividad

Los dos caminos señalados en Connell (2003) y Butler (2021) son la solidaridad de lucha y la habitabilidad, respectivamente: a partir de una lucha en común con otras personas oprimidas o vulneradas se abre la posibilidad de reconocer las posiciones de privilegio y también transformarlas en favor de los otros – la justicia social – y desde lo personal al reconocer las limitantes de la performatividad viable que hacen intolerable la experiencia de vida por generar desconexión, aislamiento, insuficiencia, insatisfacción, intolerancia con la experiencia. Los hombres que se involucran en luchas sociales a partir de la clase social, el ambientalismo, la sindicalización o encuentros comunitarios son más accesibles a buscar la reformación de la masculinidad para desmontar estructuras patriarcales – este es de los descubrimientos centrales en el trabajo de Connell (2003) –; hay evidencia que sugiere que son aquellos hombres que tienen experiencias marginales con respecto a la hegemonía – como la diversidad sexual, demostrado en Eggenberder et al. (2022)– quienes buscarán con mayor frecuencia desafiar las normas hegemónicas hacia algo más habitable. Esto sigue la lógica señalada por hooks (2004) y Connell (2003), donde la sensibilización a la imposición dentro de una cultura patriarcal lo que ayuda a su transformación, primero a

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

nivel individual y luego a lo social, que a su vez llevará a la generación de un bienestar y propiciara una salud mental más completa (Etienne, 2018; White et al., 2023).

Esto es de interés como un mapa del trabajo clínico en psicoterapia por los puntos que suelen traer a los hombres a terapia y sus desafíos. El trabajo clínico con hombres cis género debe seguir un proceso de sensibilización y solidarización, comprendido como un trabajo que busca desarrollar un sentido pleno de bienestar que implica la justicia social o corre el riesgo de quedar en lo individual, favoreciendo el orden de género dominante (Connell, 2003); en White et al. (2023) justo se especifica la necesidad de contemplar involucrar lo social para una visión plena de salud. Entonces el trabajo de terapia con masculinidades inicia en el cuidado de sí desde el mundo personal y, para considerar que se atiende el bienestar, su cuidado de sí se amplía para incluir sus relaciones cercanas y su mundo social; esta ampliación no es necesariamente en sentido de su performatividad per se, pero sí en su criterio de viabilidad para sí y con los demás y en una mayor sensibilidad a su propia habitabilidad. El resultado no queda de ninguna manera predestinado, cada construcción de masculinidad es única, respondiendo al contexto y según la historia de vida; el escenario terapéutico es solo otro espacio de formación dialéctica con una persona profesionalista que acompaña contemplando los puntos de interés para el desarrollo de un sentido de salud ampliado.

La ficción con una herramienta de transformación

Si lo que se plantea es la necesidad de una ampliación desde lo social, las representaciones artísticas y mediáticas surgen entre los principales recursos por los cuales la performatividad y las nociones de cuidado de sí se ven moldeadas desde lo disponible. Esta es una extensión al hecho de que “siempre nos convertimos en hombres y mujeres en un contexto sociocultural e

histórico determinado” (Armengol, 2022, p. 95), construcciones que se basan de ficciones y narraciones restringidas por las normas de género (Armengol, 2022; Connell, 2003). Cuando se han presentado narrativas que permiten el cambio a una mayor expresión emocional y vulnerabilidad desde la masculinidad (de Stéfano Barbero, 2022; Harding & Fox, 2014), los hombres se reconocen en ella y son capaces de apropiarse la nueva narrativa, incorporando a la normalidad la amplitud de la vida emocional y volverse un desafío a las normas patriarcales (Connell, 2003; hooks, 2004). “La liberación emocional por parte de los hombres podría contribuir no solo a desafiar la masculinidad patriarcal sino también las relaciones tradicionales de género” (Armengol, 2022, p. 156), por lo que toda representación que ayude a ese desafío y proceso de apropiación de la vida emocional desde la masculinidad parece ser un esfuerzo justificado.

Este trabajo plantea el esfuerzo desde una ficción que representa los desafíos que se enfrenta un hombre con la salud mental por su masculinidad y las transformaciones que se favorecen en su *performance* de lo masculino desde lo que se denominará momentos de transformación, que son cuestionamientos, expansiones, soportes o herramientas que tienen su origen en el contexto terapéutico; esta representación, en ese sentido, aboga por una formulación flexible de la masculinidad basada en testimonios, notas clínicas, entrevistas y experiencias distintas, pintando una imagen de lo común y lo particular de los desafíos que tienen las masculinidades y los hombres para la construcción, preservación y en ocasiones el rescate de la salud mental.

Objetivos

Analizar las transformaciones a lo largo de procesos psicoterapéuticos voluntarios en hombres cis como operadores de su performatividad y operandos de ideas de masculinidad presentes en su vida.

Objetivos Particulares

- Definir las dinámicas de la performatividad en las que se observa la manifestación de lo masculino dentro del espacio terapéutico y la posición de lo masculino en el relato.
- Identificar eventos de transformación que puedan surgir en común o en lo individual que sirvan de referencia para la transformación de la performatividad de lo masculino en los participantes
- Estudiar posibles recurrencias existentes entre los hombres previo a un proceso previo (hechos, eventos, situaciones, conflictos, etc.) que facilitan el acercamiento de y mantenimiento de un proceso terapéutico voluntario.
- Analizar la incidencia de visiones de masculinidad a lo largo del proceso terapéutico en la performatividad de lo masculino desde la óptica de pacientes y terapeutas.

Marco teórico

Género y Masculinidades.

Género.

El género es una construcción relacional (Butler, 2007; Connell, 2003, 2005a; Guttman & Viveros Vigoya, 2005; Holter, 2005; Olavarría, 2020; Viveros Vigoya, 2020), es decir, se define por cómo interactuamos entre personas de una misma categoría de género entre sí y con gente de otro género a la par que establece condiciones/limitaciones en estas acciones. En este sentido se define el género como performativo – concepto de Butler que se expandirá más adelante – pues es una actuación de la idea de lo que significa ser “hombre o mujer” a ojos de las estructuras tradicionales. Una obra seminal en este tipo de exploración fue *El segundo sexo*, de Simone de Beauvoir al declarar que “no se nace mujer, se llega a serlo” (de Beauvoir, 2023, p. 387), por lo que hay una modelación y una transformación de las personas para llegar a ser “mujer”, en este caso; hay reglas que seguir y conductas que mantener. Autores posteriores desarrollan este planteamiento al aterrizarlo en el género en su totalidad como una construcción histórica y constante, una escenificación en todo momento de lo que significa ser un género: una configuración cultural del cuerpo (Butler, 2021), un concepto de delimitación social y oposición cultural (Connell, 2003), una categoría sociocultural asentada en un cuerpo histórico (Lagarde y de los Ríos, 2018).

Todos estos desgloses desde el ámbito académico desarrollan la tesis central de Simone de Beauvoir: el género es una construcción cultural que atraviesa la manera en que se viven y comprenden los cuerpos; las expectativas y normas sociales funge la doble función de moldeamiento de los cuerpos y comprensión de estos. El género es parte de la identidad que pretende ser comprendida por los demás con quienes se topa uno, “ningún destino biológico, psíquico, económico, define la imagen que reviste en el seno de la sociedad la hembra humana” (de Beauvoir,

2023, p. 387). Hoy expandimos esta noción al considerar al proceso de generización que pretende definir y moldear a todos los sujetos en una u otra categoría, es un proceso de práctica social en un orden de género específico (Connell, 2003); cada categoría de género implica una historia social, expectativas y asignaciones de quehacer desde lo social a los individuos.

Estudios de Género: Estructuras Sociales y Naturaleza Política

En el orden de género de la mayoría de las sociedades actuales se establece la dualidad hombre/mujer, pero esta división implica una cimentación en una sexualidad naturalizada, una epistemología de la diferencia sexual (Preciado, 2020). Las definiciones tradicionales de masculinidad y feminidad, recurren a un esencialismo genital para justificar las categorías creadas a su alrededor (Bourdieu, 2013), dando una lectura cultural a los cuerpos (Fausto-Sterling, 2006; Lagarde y de los Ríos, 2018); las visiones tradicionales sobre los géneros justifican la diferencia social en un reducido grupo de manifestaciones fenotípicas, lo que se denomina “sexo biológico”.

Históricamente, este orden ha generado críticas y reflexiones históricas desde los feminismos sobre lo que significa ser mujer, Simone de Beauvoir es el ejemplo más directo; en el contexto mexicano, la teórica feminista Marcela Lagarde plantea que la estructura de género tiene como resultado “el control de los cuerpos de las mujeres y de los hombres y, específicamente, el dominio de las mujeres a través del control expropiatorio de sus cuerpos y sus creaciones” (Lagarde, 2018, p. 68). Este análisis de la estructura patriarcal y la opresión de las mujeres desde algunas teóricas feministas marcan el carácter político de los estudios de género (Núñez Noriega, 2016), sin embargo, iguala al orden de género con patriarcado, planteando a los hombres como poseedores del poder intrínsecamente, “los hombres son vistos como más importantes [...] comparados con las mujeres” (Holter, 2005, p. 18), sosteniendo entonces la visión patriarcal de orden

de género. Holter, al hacer esta crítica, no niega la existencia de dinámicas de poder que favorecen a los hombres, pero sí especifica que más que una unidad, “las nociones de una jerarquía directa de género, dominación masculina y estructuras de género equitativas e inequitativas pueden ser vistas como interconectadas” (Holter, 2005, p. 18), diferentes elementos que constituyen una estructura social que explica la existencia de inequidades de género y jerarquías para hacer una crítica completa y justa de una estructura patriarcal.

Diferenciar la estructura social del orden de género es central para atender las necesidades específicas que generan y sostienen las inequidades de género en un orden patriarcal. Vuelve a poner en el centro de la discusión la generización de tanto hombres como mujeres – siendo la generización el proceso de socialización por el cual los sujetos son masculinizados o feminizados (Butler, 2007; Connell, 2003; Connell et al., 2005; Holter, 2005) –, al reconocer la construcción relacional del género se permiten otras posibilidades de estructurarse y esta condición de posibilidad reafirma la naturaleza política del género (Butler, 2007; Connell, 2003). El ejercicio de reconstrucción del género implica la movilización hacia la práctica colectiva, a las fuentes estructurales, pues el género es un proyecto de género, una política de género con prácticas específicas (Connell, 2003). Siendo entonces que el género es una construcción política, los estudios de género tienen un carácter inherentemente político en el conocimiento de las relaciones de género, lo cual no solo es una característica, es una ventaja epistemológica (Connell, 2003), pues da a pie a observar la realidad formada por supuestos teóricos y a cuestionar estos fundamentos, como es el asumir la realidad social como genérica (*gendered*) en lugar de neutral (Holter, 2005).

Considerando esta ventaja epistémica, los estudios de género también implican una lucha con base en la justicia social al tomar consciencia de las inequidades que existen en el orden de

género presente (Connell, 2003; Holter, 2005), esto lleva a los estudios de hombres y masculinidades que, más que estudiar a los sujetos por sí mismos de manera aislada, se estudian “las dinámicas socioculturales y de poder (androcéntricas y/o heterosexistas) que pretenden la inscripción del género ‘hombre’ o ‘masculino’” (Núñez Noriega, 2016, p. 11). Los hombres y las dinámicas que los constituyen se vuelven tema de interés pues son los propios hombres, como población, los que se vuelven agentes de imposición de modelos patriarcales (Connell, 2003; Guttman & Viveros Vigoya, 2005; Holter, 2005; Viveros Vigoya, 2020); es este uno de los puntos centrales de los estudios de hombres y masculinidades.

Estudio de Hombres y Masculinidades

La masculinidad tiene varias características dinámicas. La Organización Panamericana de la Salud [OPS] rescata la multiplicidad de cualidades al definir la masculinidad como un “conjunto complejo de atributos, valores, funciones y conductas que se suponen esenciales al hombre en una cultura determinada” (OPS, 2019, p. 1), cada contexto histórico y geográfico le dará su especificación (Connell, 2003; Guttman & Viveros Vigoya, 2005; G. Núñez Noriega, 2016; Olavarría, 2020). Con todo esto, hablar de la ‘masculinidad’ como una experiencia monolítica es absurdo, pero es importante reconocer su contextualización, los márgenes que le permiten y dan posibilidad de ser. Siendo un género, la masculinidad es una categoría histórica, una forma cultural de configurar el cuerpo dentro de un marco cultural bajo el cual se ha decidido dividir la naturaleza humana en dos mitades, una denominada ‘femenina’ y la otra ‘masculina’ (Connell, 2003). La única realidad humana constante en todas las experiencias es la diversidad y esta diversidad natural de las experiencias humanas y sus condiciones nos lleva a hablar de masculinidades como una pluralidad (Connell et al., 2005).

Consecuente con esto, la definición de ‘masculinidad’ está en constante desafío y transformación. Según la época en la que se vive, la localidad y la cultura, la caracterización de qué es aquello que se denomina ‘masculino’ cambiará, a veces radicalmente; en palabras de Núñez Noriega, es “una ficción cultural [...] que ha producido y produce una serie de efectos sobre los cuerpos, las subjetividades, las prácticas, las cosas y las relaciones” (2016, p. 13), su participación trasciende la ficción y llega a las realidades sociales y concretas. Los elementos históricos y económicos también tendrán su impacto, así como las condiciones de la realidad cotidiana de las personas (Connell, 2003; Connell et al., 2005), por lo que toda definición de masculinidad – y las expectativas ligadas – será sumamente específica, lo que lleva a que toda experiencia de masculinidad también llegue a tener particularidades muy específicas pues son las creencias y decretos sobre la masculinidad y feminidad los que “hace que cierta realidad social se ponga en acción” (Connell, 2003, p. 322). Es por esto que en la literatura se habla de masculinidades, en plural, y no como una condición monolítica que iguala a todos los sujetos (Christofidou, 2021; Connell, 2003; Guttman & Viveros Vigoya, 2005; Núñez Noriega, 2016).

Masculinidades y Patriarcado

Juntando los elementos de una estructura patriarcal (Connell, 2003; Holter, 2005; Lagarde, 2018) y la existencia de múltiples formas de experimentar la masculinidad (Christofidou, 2021; Connell, 2003; Guttman & Viveros Vigoya, 2005; Núñez Noriega, 2016; Olavarría, 2020), sale a tema las teorizaciones de masculinidades que ejercen su poder dentro de estructuras patriarcales.

Si abordamos una visión de qué implicaría una “masculinidad patriarcal” se puede seguir la línea de bell hooks, quien señaló en su libro *La voluntad de cambiar* (2004) la diferencia en dinámicas de poder patriarcal según la raza: demarcó la intersección de raza, clase económica y

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

género en su contexto estadounidense; aborda las dificultades que los hombres estadounidenses tienen en su formación, cómo se ven insensibilizados para convertirse en hombres y cómo son solo aquellos con ciertos privilegios de clase, de educación o de raza, los que tienen mayor posibilidad de romper la norma para pasar de ser una “masculinidad patriarcal” a una “masculinidad feminista”; siendo que “la crisis que enfrentan los hombres no es la crisis de masculinidad, sino la crisis de masculinidad patriarcal” (hooks, 2004, p. 41), los hombres que viven un cuidado educado de padres presentes para “ofrecer enseñanzas para contrarrestar la pedagogía patriarcal de lo que es considerado ‘normal’” (p. 47), enseñanzas que les permiten conocer y expandir su mundo emocional, son afortunados y privilegiados por el hecho de no caer en la ‘cultura patriarcal’ al tener “santuario donde los niños pueden aprender a ser quienes son en singularidad, sin ser obligados a conformarse a visiones masculinas patriarcales” (p.58).

La línea de bell hooks maneja un binarismo en las masculinidades, mientras que Connell maneja una pluralidad de masculinidades que son descritas frente a una noción de poder: su obtención, subordinación, marginación u oposición. Esta aparente contradicción surge de una diferencia fundamental entre los trabajos de Connell y hooks, mientras el primero busca una discusión teórica para fundamentar análisis y posterior toma de decisiones, el segundo es un trabajo pensado para la reflexión de la práctica personal y comunitaria¹. Esto, sin embargo, no implica una contradicción entre los supuestos teóricos de Connell y hooks; ambas autoras hacen un análisis de las dinámicas de género dentro de la estructura patriarcal donde hay un posicionamiento base, a favor o en contra, y desde donde se pueden formar experiencias diversas de masculinidad.

¹ Esta diferencia es más evidente al leer la obra de hooks en el inglés original, donde es notorio que la gramática sigue una estructura más personal e informal. La autora es vocal en su deseo de aterrizar sus reflexiones teóricas sobre interseccionalidad en la vida cotidiana y la lleva a hacer trabajos accesibles y simplificados para ampliar el público receptor y no quedarse en la academia. Este desafío a los usos y costumbres de la academia también es notorio por el uso de su nombre autorial, bell hooks, siempre es en minúsculas.

La masculinidad sigue siendo diversa, pero su interacción con la estructura de poder, en esencia, se comprende como facilitadora o como opositora; hooks aterriza esta interacción al simplificar la visión de dos masculinidades distintas: una patriarcal y una feminista.

Por un lado la masculinidad patriarcal es violenta, exige una ‘automutilación emocional’, deshumaniza a los sujetos para que induzcan daño a las personas a su alrededor para mantener el control y orden patriarcal de la cultura; “el patriarcado, como sistema, ha negado a los hombres el acceso a un total bienestar emocional” (p. 40). Su contraposición, la masculinidad feminista es aquella que permite un crecimiento integral de la vida emocional, espiritual y amorosa, los lleva a “amar la justicia y libertad de maneras que alientan y afirman la vida” (p. 104). Esta contraposición de dos estilos de masculinidad de hooks reafirma la dimensión política del género, así como su transformación, y plantea dos líneas generales de acción: “la masculinidad patriarcal insiste que los verdaderos hombres prueban su masculinidad idealizando la soledad y desconexión; la masculinidad feminista le dice a los hombres que ellos se convierten en verdaderos hombres a través del acto de conectar con otros, construyendo comunidad” (p. 112).

La masculinidad hegemónica de Connell es similar a la visión de hooks sobre la masculinidad patriarcal: “la masculinidad hegemónica era entendida como un patrón de práctica que permitía continuar a la dominación de hombres sobre mujeres” (Connell & Messerschmidt, 2005, p. 832). Lo interesante de esta teorización es la inclusión de la propiedad de transformación de la masculinidad hegemónica para sobrevivir y adaptarse a distintos entornos, lo que la lleva a tener modelos jerárquicos de poder a distintas escalas: local, regional y global. Esto lleva a la masculinidad hegemónica a ser contradictoria para adaptarse, pero nunca a perder su poder, pues no representa un “tipo específico de hombre, sino una manera en que los hombres se posicionan a sí

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

mismos en prácticas discursivas” (Connell & Messerschmidt, 2005); la masculinidad se construye desde la dialéctica, las interacciones que la conforman “no corresponden a la casualidad unidireccional del modelo de socialización” (Connell, 2003, p. 62), por lo que el patriarcado y la dinámica de hegemonía de ciertos tipos de masculinidad es un proceso que se autosostiene y reestructura solo, lo cual lleva a diversas expresiones de masculinidad e incluso distintos órdenes de género. Sin embargo, Connell desarrolla más adelante el componente de la globalización con la masculinidad hegemónica, planteando que en el orden mundial existe un modelo hegemónico desde el imperialismo y capitalismo estadounidense debido a su influencia económica, cultural, militar y política (Connell, 2005a), esto además de las dinámicas regionales, locales y comunitarias de cada experiencia masculina.

Además de esto, en la estructura de hegemonía que plantea Connell existen 4 tipos principales de masculinidades: hegemónica, cómplice, subordinada y marginada, cada una de estas coexistiendo en un sistema patriarcal que los pone sobre las mujeres y lo femenino (al menos aquello que se considera más femenino). Esta es parte de la hegemonía, aún en la contradicción de permitir la disidencia pues “tales divergencias pueden hacer que la política de género involucrada [la política patriarcal] sea difícil de ver” (p. 290), esto es porque “la hegemonía no significa control total” (p. 62), en sí misma están los elementos que fracturan y deslegitimizan el orden patriarcal. La masculinidad hegemónica, la cómplice y la subordinada son aquellas que defienden el orden patriarcal, que es tan fácil como mantener la rutina de las instituciones constituidas por el patriarcado, “no requiere de una política de la masculinidad explícita” (p. 286); la diferencia radica en qué tan cercana están al modelo hegemónico, siendo la subordinada más lejana, pero manteniendo su compromiso con el orden patriarcal al no desafiarlo. La masculinidad cómplice

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

es aquella que está debajo en la jerarquía social con respecto a la hegemónica, pero aún tiene poder cultural y sigue suscrita en la dinámica patriarcal al no desafiar ni transgredir el orden de género². La masculinidad marginada se refiere a aquella que transgrede el orden de género patriarcal de alguna manera, es un posicionamiento en contra de la hegemonía³. Estos términos buscan describir el lugar de las masculinidades en el orden social, “configuraciones de la práctica generadas en situaciones particulares y en una estructura de relaciones mutable” (pp. 122-123), de hecho, es posible que en un contexto dado un hombre personifique una masculinidad hegemónica y en otro el mismo hombre personifica una masculinidad marginada.

Entonces, en el patriarcado la masculinidad se socializa por imposición, igual que la feminidad (Bourdieu, 2013) pues es desde la interacción intra-género donde se estandariza un tipo de expresión, un tipo de masculinidad; esta se vuelve la norma y se rechaza la divergencia de esta (Connell, 2003). La relación inter-genérica reafirma la imposición al sostener la estructura de inequidad entre los géneros (Connell, 2003; Holter, 2005; Lagarde, 2018). Esto es una característica de las culturas patriarcales (Holter, 2005; hooks, 2004) y lo que vuelve a la identidad masculina una aliada histórica del patriarcado y de la dominación masculina que se ha estudiado

² Para mayor clarificación puede recurrirse a una analogía contemporánea: la masculinidad hegemónica es el ideal de lo que se desea ser desde lo social, podemos tomar el ejemplo de las figuras de superhéroes de primer orden en las películas modernas, los protagonistas como Capitán América o Iron Man. La masculinidad cómplice, aún cuando no la alcanza por completo sigue teniendo sus ‘dividendos del patriarcado’, siguiendo la visión planteada, puede corresponder a héroes secundarios que carecen del nivel de popularidad, pero siguen obteniendo su cuota de reconocimiento como Ant-man, Hawkeye, Nick Fury. Finalmente, la masculinidad subordinada no alcanza a disfrutar del mismo reconocimiento o poder frente a otras masculinidades, pero sigue suscrita en el orden de género patriarcal, no desafía las expectativas, pudiera verse como un extra de las películas; un personaje sin relevancia que no cuestiona los eventos ni decisiones sea porque no tiene la influencia para hacerlo ni el deseo de involucrarse en la confrontación.

³ Es tentador seguir con la misma analogía de superhéroes con la masculinidad marginada, que por definición parece encajar con un antagonista, si bien con la característica de desafiar las normas sociales, no de suplantarse al protagonista. Estas analogías buscan dar ejemplos que sirvan como indicadores más que modelos específicos, pero en este caso es más complicado. Lo más parecido a una representación de masculinidad marginada sería un grupo heterogéneo que se organizara dentro de la sociedad para rechazar los superhéroes y formar maneras alternativas de atención a crisis y prevención del crimen de manera comunitaria, lo cual sería muy poco emocionante de ver en una producción de cine.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

y teorizado (Holter, 2005); aún cuando no todos los hombres encajan por completo en el modelo hegemónico – hecho imposible en realidad – todos los hombres, como población, disfrutaban de los dividendos del patriarcado (Connell, 2003); esto, sin embargo, es parte de la explicación de cómo se desafía la hegemonía y la estructura de inequidad de género. Siendo que el poder en el orden de género patriarcal nace de una práctica del género, no podemos hablar de una manera única de practicar el poder (Connell, 2003), cada contexto moldeará estas dinámicas de poder y es importante recordar que los sujetos masculinizados no solo son atravesados por el género para conformar su identidad.

La Transformación de la Masculinidad

Connell admite que la transformación de la masculinidad, al menos de parte de los hombres, es una empresa desesperanzada si solo se considera la visión del género. Nos advierte que “el interés general de los hombres en el patriarcado es formidable” (Connell, 2003, p. 325), pero es la misma maquinaria cultural que se ha constituido y naturalizado la que genera “fisuras debido a las complejidades de la construcción social de la masculinidad” (p. 326). El hecho de que la hegemonía no sea una cualidad estática, posibilita el encuentro de las vulneraciones que genera “fuera de la política de género pura, en las intersecciones de ésta con otras estructuras” (p. 319), la solidaridad de un proyecto de justicia social puede florecer en otras situaciones y se expande a la dinámica de poder patriarcal; todo esfuerzo debe “incluir la diversidad de las masculinidades y las intersecciones del género con la raza, la clase y la nacionalidad; de lo contrario caerá en un campo estéril, localizado entre la celebración y la negación de la masculinidad” (p. 322). Es la comunión, el encuentro con otros en luchas y formación de solidaridad y alianzas plurales desde estas luchas, lo que a nivel social transformará la visión de qué es la masculinidad

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

para sacarla de la dinámica patriarcal; esta condición también aplica para la transformación a nivel individual de la masculinidad.

La transformación de la masculinidad en una persona significa la pérdida de elementos de la personalidad, “significa perder la estructura de la personalidad, lo cual puede ser realmente aterrador” (p. 191) y nunca existe una garantía del resultado, ni siquiera del proceso mismo. La transformación de la masculinidad implica un riesgo al nivel individual, pero da la posibilidad de distanciarse de la estructura patriarcal. En la teoría sociológica de las masculinidades de Connell la llegada a esta transformación queda condicionada de una interacción de grupos sociales, ¿esto significa que si no se interactúa con los grupos de tal o cual característica, se conservará una visión patriarcal del género y la masculinidad? O por el contrario, ¿el cambio de una visión patriarcal a una más igualitaria depende únicamente de la interacción específica con ciertos grupos o figuras ya “reformadas? ¿existe algún elemento o grupo de elementos de las personas individuales que pudiera ser también un facilitador para este cambio de visión? Las teorías que fundamentan la reflexión hasta ahora plantean una posibilidad a la transformación desde la interacción y según una visión tanto colectiva como subjetiva de bienestar, pero los mecanismos de transformación en el sujeto siguen abstractos. Corresponde incorporar una visión de la subjetividad compatible que de sentido a estos cambios.

Performatividad: Viabilidad y Habitabilidad.

La idea de performatividad puede entenderse desde el verbo en inglés “*to perform*”, que su traducción más clara es interpretar, encarnar un personaje para un público, la construcción de una ficción reconocible donde el cuerpo es escenario de fabricación para ser observada por otros. Judith Butler (2007) toma esta idea y hace una “consideración del género como una actuación que performativamente conforma la apariencia de su propia fijeza interior” (p. 158). Implica la

reproducción de modelos de conducta que se observan en el mundo social, en cada encarnación performativa de los géneros se ve una recreación mutada, ligera o profundamente alterada, pero siempre con referencias externas que la contextualizan; estas referencias son las que determinan lo que es aceptable, la normalización es un criterio clave para la performatividad, pues esta reproducción e interpretación tienen el objetivo de ser reconocidos como personas, criterio que más adelante Butler (2021) denominaría viabilidad – la consideración de una performatividad como suficiente para ser aceptada como digna, ganando el criterio de humanidad – y que se encuentra en constante negociación con la habitabilidad – el criterio individual de una persona donde se considera lo satisfactoria o tolerable que es una performatividad de manera individual –. Uniendo los tres conceptos queda una formulación muy cargada: la performatividad es el proceso por el cual se obtiene la viabilidad, sopesando los sacrificios en habitabilidad.

Concepto Base: Performatividad

Tal como en el teatro, la performatividad del género tiene un elemento de interpretación que abre la posibilidad a transformar los modelos dados en algo diferente, incluso en parodias transgresoras del “original” observado; es la encarnación que le da una persona a esta identidad de género que se construye desde afuera y en cada momento se reconstruye desde la persona individual y sus interacciones, se refina en sus distintas interrelaciones cercanas y lejanas. El personaje encarnado por cada uno, siguiendo la analogía del teatro, tiene elementos de sus actores que la audiencia no conoce a plena vista, que incluso quien actúa no necesariamente es plenamente consciente; tendrá paralelismos con otros personajes, será el contraste de unos y el complemento de otros; será la primera visión para un miembro del público mientras que otro ha visto mil versiones distintas y tendrá su opinión sobre esta encarnación. Fuera de la analogía, el *per-*

formance del género tendrá estos tintes, el trasfondo histórico-cultural está en la base de la encarnación, misma que será moldeada por las experiencias personales; representará un posicionamiento de las personas generizadas, socializadas según un género, frente a su mundo y el mundo a su vez responderá a este *performance*.

El 'ser' depende de un hacer y este 'hacer' depende del mundo social en donde esté uno pues el mundo marca los límites de lo posible, es por esto que el género es una acción en relación con los demás (Butler, 2007). Nos identifica, cada género corresponde a la idea de una forma particular de actuar, responder y construirse en el mundo social según cada contexto específico, "aparece como una precondition para producir y sostener una humanidad que se pueda descifrar" (Butler, 2021, p. 27). La performatividad es la acción del sujeto situada en un contexto específico donde tiene capacidad de tomar de todos los elementos presentes en la colectividad que le permitan expresar su vivencia como humana, su interpretación particular. Aquí empieza a verse una estructura capaz de atender las distintas tipologías de masculinidad tal como Connell y hooks plantean: los mundos sociales específicos en donde se experimenta con la masculinidad dará las pautas de su condición de humanidad, condición que podrá estar a la par o enfrentada con mundos sociales más amplios o con mayor dominación social.

Si la performatividad del género es una constante improvisación en y desde lo colectivo que debe lograr alcanzar la inteligibilidad de la persona para los otros, se reafirma que el género se reproduce por la repetición de lo que vemos, de los modelos que se nos presentan y que tienen una validación social, estructural, institucional y cultural. La diversidad como una posibilidad real en un *performance* particular se da dentro del juego entre la norma y su desafío dentro de sus límites para expandirlos; en la disrupción de las normas preexistentes, la parodia nace desde lo

establecido para desafiar exactamente lo establecido (Butler, 2007). Un ejemplo claro es la apropiación de cualidades de un género en otro como mecanismo de crítica de las mismas imposiciones, una situación que demuestra el proceso de naturalización y de ahí se abre a su transformación. Serán las construcciones que limitan la performatividad desde donde las personas individuales se capacitarán para la desmitificación, el desmonte de imposiciones y la transformación de categorías de inteligibilidad de lo humano, todo por medio de la repetición. Esta es la cualidad política de la performatividad como desafío e interrogación de los estándares de normatividad, estándares que terminan por marcar qué tipo de *performance* concede a la persona su condición de viabilidad. Las normativas de performatividad del género marcan límites de lo que conservará su cualidad política de humanidad; la interrogación y desafío de estas normas de performatividad de lo masculino así como lo femenino permite la expansión de la humanidad, una posición política que dice ‘el hacer esto no me quita mi masculinidad’ y ‘mi feminidad no desaparece si hago esto otro’. El desafío a las normas es una posición política de humanización.

Viabilidad

La relevancia del hacer performativo yace en que es la antesala para la condición de humanidad, la viabilidad del ser. Quienes no cumplen con la expectativa del hacer, entonces, pierden la posibilidad de ser – pierden su viabilidad – y esto se refleja en un trato diferenciado, discriminación, marginación, deshumanización y atentados contra la vida y dignidad a nivel social, estructural e individual: “el reconocimiento se convierte en una sede del poder mediante la cual se produce lo humano de forma diferencial” (Butler, 2021, p. 14). Las normas sociales de inteligibilidad condicionan la humanidad a cumplir los estándares de género y sus estereotipos, siendo que el “hacer” condiciona el “ser”, también este “hacer” considera y moldea los cuerpos según la

normativa social, las reglas de cuál es el cuerpo que hace el género y cómo lo hace, incluso llevando a la mutilación de cuerpos para encajar en las corporeidades consideradas viables. “Es a través del cuerpo que el género y la sexualidad se exponen a otros, que se implican en los procesos sociales, que son inscritos por las normas culturales y aprehendidos en sus significados sociales” (p. 39), esta inscripción cultural de los cuerpos implica una discusión pues “denota la contestación a una serie de normas que rigen quién será considerado como un sujeto viable” (p. 50). Sin la comprensión de humanidad que significa el género – el *performance* del género –, se pierde el reconocimiento de identidad al no cumplir las normas de inteligibilidad; si no es comprensible, no es viable y por lo tanto no es humano.

El cuerpo y su expresión debe corresponderse a las expectativas para ser humano y una de las variables de correspondencia es el género normativo – heterosexista, patriarcal y binario –, “las normas sociales que constituyen nuestra existencia conllevan deseos que no se originan en nuestra individualidad” (p. 14). Presentar modelos alternativos como trágicos, marginarlos, eliminarlos, enjuiciarlos o plantearlos como blanco de ataques son acciones que pondrán en evidencia su inviabilidad; es esto a lo que Butler se refiere la normatividad de la sexualidad y del género, la creación de estándares a los que las personas deben apegarse para ser reconocidas como humanas, muchas veces a costa de la propia comodidad de las personas con el *performance*, la condición subjetiva de habitabilidad de esa corporización.

Habitabilidad

Butler (2021) no aborda la habitabilidad como un concepto en su obra, lo maneja como un criterio de valor subjetivo para la persona que incluyen el reconocimiento, autonomía, florecimiento como persona, autodeterminación y estabilidad, por mencionar algunos elementos. En fragmentos de su obra, en reflexiones sobre las personas intersexuales y personas trans reflexiona

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

sobre los criterios de viabilidad – los términos desde la sociedad para considerar como humanas a las personas – y agrega declaraciones tales que sugieren la noción de una vivencia habitable como subjetiva por completo: “una concepción normativa del género puede deshacer a la propia persona al socavar su capacidad de continuar *habitando*⁴ una vida llevadera” (p. 13); “yo puedo sentir que sin ciertos rasgos reconocibles no puedo vivir. Pero también puedo sentir que los términos por los que soy reconocida convierten mi vida en *inhabitable*” (pp. 16-17). Otras citas relevantes desarrollan más este concepto:

“Una vida *habitable* requiere varios grados de estabilidad. De la misma manera que una vida para la cual no existen categorías de reconocimiento no es una vida habitable, tampoco es una opción aceptable una vida para la cual dichas categorías constituyen una restricción no llevadera” (p. 23)

“La crítica de las normas de género debe situarse en el contexto de las vidas tal como se viven y debe guiarse por la cuestión de qué maximiza las posibilidades de una vida habitable, qué minimiza la posibilidad de una vida insoportable, o, incluso, de la muerte social o literal” (p. 23).

Particularmente en esta última cita queda un contraste claro entre lo habitable y lo insoportable; el apego a las normas de género – criterio de viabilidad – es de importancia para la habitabilidad, pero son dos conceptos distintos.

La habitabilidad es un criterio subjetivo que hace la vida llevadera – empujando incluso a ser placentera – desde lo individual hacia lo social. Se refiere a una dimensión, en parte, física donde los cuerpos son “ocasiones para [el] florecimiento como personas” (p.18) y en parte psico-

⁴ Las cursivas son con propósito de señalar el concepto, no son originales de la obra de Butler (2021),

lógico-emocional, pues es la sensación de reconocimiento y comodidad por lo que uno puede determinar que se puede o no se puede vivir. Es por esto por lo que tiene un encuentro en lo social: “la autonomía se convierte en un concepto plausible únicamente en el contexto de un mundo social que apoya y posibilita la capacidad de agencia” (p. 21), y es este mismo criterio personal de habitabilidad lo que dota de agencia individual, “ligada a la crítica social y la transformación social” (p. 21).

Sin esta noción de un criterio subjetivo que moviliza a las personas, que transforma los *performance* desde la necesidad de alcanzar el sentido de habitabilidad, no habría nada detrás del juego paródico de la performatividad en relación a la formulación de una nueva expresión. La habitabilidad explica este punto de tremendo interés al ponerlo en el centro de la psique individual y la influencia que tiene el mundo social sobre ella.

Terapia y Salud Mental.

Salud como Cuidado de Sí

La salud, como bienestar, es un objetivo social. La OMS (1948) define la salud como un estado de bienestar en función de la realidad relacional de las personas. No es solo una responsabilidad de los individuos, a la comunidad y a los distintos niveles del gobierno les corresponde establecer las condiciones necesarias para el desarrollo del bienestar y atender factores de riesgo para los sujetos inmersos en los mundos sociales y físicos específicos. La Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2015) señala que “el logro de la salud requiere la concertación de una multiplicidad de condiciones y factores, dado que coexisten diversos mecanismos sociales que generan los procesos de salud y enfermedad” (p. 3). El bienestar requiere del sostén de la comunidad en donde se encuentran las personas, la naturaleza social del humano vuelve obsoleto cualquier modelo que pretenda responsabilizar a los individuos de sí mismos ignorando los factores

sociohistóricos que moldean las realidades vividas.

La salud como bienestar implica apertura a la diversidad humana y sus esquemas de relación social como es el aspecto del género, pero no se ve limitado a este, es tan solo una de las variables sociales que históricamente ha afectado y sigue afectando el ejercicio y alcance de la salud, como es la etnia y racialización, relaciones de poder o económicas, edad, educación, capacidades físicas (Hankivsky, 2012; White et al., 2023). La interseccionalidad, nos dicen estos autores, es clave en la comprensión de las injusticias en el área de la salud, como en muchas otras, de ahí que es pertinente analizar el impacto social e histórico de las categorizaciones sociales en la salud, pero esto no justificará la fundamentación de la salud en estas variables, sino su interrelación. El interés de una visión interseccional de la salud es como las distintas dimensiones tienen un juego en las vidas particulares de las personas para comprender la relación de dinámicas de poder: “acercamientos basados en la experiencia de personas ordinarias como contraste fuerte a acercamientos tradicionales de arriba hacia abajo son increíblemente prometedores para ayudar a investigadores a atender y responder los muchos desafíos metodológicos de la investigación interseccional” (Bowleg, 2008, p. 323). Si tomamos la variable de género es para observar cómo se relaciona con la clase, la educación, la geografía, la diversidad corporal y neurobiológica; para notar las múltiples manifestaciones de esta categoría para complejizar su comprensión y atender de manera más específica las necesidades de esta identidad en su trasfondo social.

Es cuando vemos la interacción multifacética de estas variables cuando se vuelve pertinente hablar de la acción de los individuos; nos referimos entonces a las prácticas del cuidado de sí al entender el entorno donde los sujetos están insertados. El cuidado de sí, como fundamento de la salud, entra como construcción social y luego se convierte en práctica personal. Las personas individuales tendrán ejercicio de libertad siempre y cuando la misma sociedad lo permita, es

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

decir, que esté en sus límites, según lo que plantea Foucault (1994) al hablar sobre el cuidado de sí: “un ejercicio de sí sobre sí por el cual se intenta elaborarse, transformarse y acceder a un cierto modo de ser” (p. 709); una práctica del devenir personal que, sin embargo, sigue dependiendo de una sociedad pues implica a las relaciones de poder con prácticas de libertad específicas, de lo que es posible y lo que no es posible hacer en práctica. Pero también Foucault señala que la práctica de cuidado de sí es un ejercicio de reflexión, “porque ¿qué es la ética si no la práctica de la libertad, la práctica de reflexionar de la libertad” (p. 711), y de autoconocimiento porque “no se puede cuidar de sí sin conocerse” (p. 713). El cuidado de sí mismo implica la reflexión situada en su mundo relacional, su momento histórico-cultural y la constante valoración de los recursos y las posibilidades reales a su alcance que sirven de modelos de qué significa el cuidado, qué significa la salud. Si bien para todas las personas existe la posibilidad de transformar su práctica de cuidado de sí en construcción de salud, esta posibilidad será más próxima a su ejercicio según tengan posibilidad de realizar el ejercicio de reflexión en primer lugar; las dinámicas sociales regularán, facilitarán o restringirán esta reflexión.

La socialización situacional de las personas será la responsable de estas dinámicas sociales de regulación que dictarán qué constituye la salud y el cuidado de sí, el cómo y para quiénes está disponible cuáles opciones. Siguiendo los planteamientos de Foucault (2009) si estudiar la locura significó estudiarla “como experiencia dentro de nuestra cultura [...] como un punto a partir del cual se constituía una serie de saberes más o menos heterogéneos, y cuyas formas de desarrollo había que analizar” (p. 19) el estudio de la salud y las prácticas que llevan a esta implica analizar la experiencia cultural de qué significa la salud y su práctica. Este análisis se deberá centrar en “desplazar el eje de la historia del conocimiento hacia el análisis de los saberes,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

las prácticas discursivas que organizan y constituyen el elemento matricial de esos saberes, y estudiar dichas prácticas como formas reguladas de veridicción” (p. 20), esto es, cómo se construye la verdad sobre la salud y se impone una visión única sobre su práctica a través de los discursos de esa verdad. Si la salud es un tema individual según la verdad socializada se hará el énfasis en la responsabilidad personal de la alimentación, ejercicio, sueño y demás variantes que entran en juego; en caso de que haya enfermedad entonces la culpa recaerá totalmente en la persona individual por “no practicar su salud” de manera adecuada, la enfermedad se convierte en un castigo por la irresponsabilidad personal; este es el análisis que Foucault ya hizo en obras anteriores y se retoma: “pasar de la cuestión de sujeto al análisis de las formas de subjetivación, y analizar esas formas de subjetivación a través de las técnicas/tecnologías de la relación consigo mismo” (p. 21). Las personas son socializadas e interiorizan las prácticas según normas sociales, estas normas se ven atravesadas y sostienen las dinámicas sociales existentes, entonces las personas a su vez son socializadoras de las prácticas y sostienen la tradición.

Salud y Género

Siendo que el cuidado de sí se socializa y depende de las construcciones socioculturales, hay un impacto de las categorías de género en la salud dictada por cómo se percibe una persona a sí misma y qué lugar esperan las demás personas que se asuma en el orden social (Butler, 2007, 2021). Recordando que lo social tiene un gran impacto en el desarrollo de la salud y la salud mental (OMS, 1948, 2022) también es pertinente señalar la prevalencia de patrones según el género en conductas específicas como las conductas de riesgo, consumo de sustancias, suicidio o establecer relaciones violentas con parejas (Affleck et al., 2018; Ferrer-Perez et al., 2016; Geldschläger & Ginés Canales, 2013; Mac an Ghail & Haywood, 2012). Estas situaciones son reflejo del lugar que se le da a los individuos según en género en la sociedad así como los recursos que

se les permiten; también es en esto donde las condiciones sociales impactan en la posibilidad de un desarrollo de bienestar, es la razón por la que la OMS (2002) reconoce la violencia como un problema de salud pública, y al visualizar las prácticas de violencia socializadas según el género se ha llegado a conceptualizar la violencia de género como una vertiente de interés.

En el caso de México es notable que en las últimas décadas se han realizado varias investigaciones teorizando y sistematizando metodologías para medir, atender y reducir la violencia basada en el género en la vida de las mujeres. Un logro en lo jurídico fue la publicación de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia el primero de febrero de 2007 y todavía en vigencia; con esto se constata la pertinencia y necesidad de analizar el impacto de las categorías sociales de género en la vida diaria de las personas y lo complejo que se vuelve la construcción del bienestar desde lo individual si no existen las condiciones sociales y estructurales. La violencia es uno de los impactos más evidentes y devastadores que existen debido al género y afecta desproporcionadamente a las mujeres (ONU MUJERES, s.f.), este hecho no está peleado en el análisis del impacto que tiene en los hombres y el desarrollo de su salud, de hecho, lo complementará si se retoma la violencia sobre uno mismo como prerrequisito para la violencia hacia los demás y este es un elemento fundamental de las estructuras patriarcales (hooks, 2004), de lo que enseña que significa ser hombre y las prácticas para sostener esto, para cuidar esta idea.

Si el cuidado de sí es una práctica socializada que va de la mano con la performatividad situacional de los sujetos, las maneras en que los hombres van a realizar los cuidados de sí en su salud (mental, física, social, relacional, emocional) dependerá de los recursos sociales al alcance y aquellos histórico personales que fueron permitidos sin que perdieran su humanidad a ojos de sus relaciones cercanas.

Salud Mental y Hombres como Sujetos Generizados

La salud mental es parte del continuo relacional persona-comunidad. En su informe sobre salud mental del 2022, la ONU (WHO, 2022) plantea la salud mental como un derecho humano básico que impacta en la persona y su comunidad constantemente, aún cuando no se piensa en ello. Plantea la salud mental como un fluctuante continuum según situaciones y estresores presentes que van de lo individual/biológico, pasa por lo familiar o comunitario y llega lo estructural, refiriéndose a marcos socioculturales más extensos que condicionan la vida cotidiana. Esta realidad compleja requiere una acción organizada desde varios sectores y fuerzas sociales, pero debe ser profunda y dirigida a las raíces sociohistóricas, la OPS (2015) dice al respecto que “la acción intersectorial puede ser eficaz para mejorar la salud en general, pero ineficaz para reducir las inequidades, si es que no se considera en su diseño el abordaje de las causas estructurales” (p. 4). En el rubro de la salud mental esto aplica, es necesario analizar las bases sociales que la vulneran para un actuar eficaz, siendo una de suma importancia el proceso de generización, como lo es la masculinización.

Las masculinidades que se adhieren de manera inflexible a normas de una masculinidad hegemónica o tradicional está más ligada a malestar psicológico y emocional, así como a conductas de riesgo como aislamiento, intento suicida o consumo de sustancias (Bryde Christensen et al., 2023; Herreen et al., 2022; Mac An Ghail y Haywood, 2012); como se sugiere, no es algo absoluto para todas las manifestaciones de masculinidad, pues aquellas abiertas a modelos de masculinidad alternativos o con conductas que desafían nociones tradicionales de masculinidad demuestran estar ligadas a un mayor sentido de bienestar en varias áreas (Andreasson et al., 2023; Eggenberger et al., 2022; Herron et al., 2020; hooks, 2004; Sharp et al., 2022). Esto solo es

señal del complejo proceso de socialización que pone a los hombres en una encrucijada de interseccionalidades que jugarán a su favor o su contra según el lugar donde nacen, su familia, su estrato económico, su etnicidad, la educación que reciben, la época y la edad que tienen (Choi et al., 2023; McGraw et al., 2021; Parent et al., 2018; Seidler et al., 2020), por mencionar algunas circunstancias que quedan fuera del control de las personas y que, sin embargo, impactarán en sus prácticas de cuidado de sí en salud mental por el hecho de ser varones.

El impacto social de la internalización de los mandatos de género se observa, entonces, en aquellas masculinidades que son violentadas por no encajar con lo esperado; son performatividades que no se permiten y son perseguidas por no apearse a lo normativo (Butler, 2021). La internalización de estas normas en lo individual también está sujeto a estudio, son el foco principal de varios estudios sobre la salud mental de los hombres, sobre su interacción entre ellos, con las mujeres y hacia sí mismos. El cómo se comprenden en tanto hombres, es decir, qué significa ‘ser hombre’, dictará cómo se realiza el cuidado de sí y cómo vincularse con los demás, así como qué implica cuidarse y vincularse (Figueroa Perea, 2015). Se tejen redes de significados que darán sentido a las acciones que por un lado pueden atentar contra el autocuidado (como el consumo de sustancias) en virtud del cuidado de sí (como un ‘hombre que no se raja’). Este cuidado de sí viene desde la posibilidad externa y la reflexión, bien puede ser que, al toparse con la inhabitabilidad de un performance de lo masculino, la reflexión y autoexploración propias del cuidado de sí entren en juego para la transformación de los significados por otros; esta práctica de reflexión por sí misma ya tiene consideraciones culturales como un acto femenino (Carmona Gallego, 2023) y sirve bien como elemento desafiante para la desnaturalización de la masculinidad como sinónimo de automutilación emocional (hooks, 2004; Real, 2002).

La Terapia como Alternativa de la Salud Mental

El proceso de sensibilización se involucra en la práctica del cuidado de sí. Siendo que la categorización social de género y su socialización separa a la masculinidad de una vida emocional plena⁵ (Connell, 2003; Guttman & Viveros Vigoya, 2005; hooks, 2004), esto obliga a quienes se encarguen del trabajo sobre salud mental a capacitarse en lo que Carmona Gallego (2023) denomina la ética feminista de cuidado, que no es más que el reconocimiento de los modos de relación entre géneros en el cuidado, reivindicación que se volvió necesaria para los contextos actuales. Es en este punto que la práctica de los terapeutas entra como un ejercicio que, al ser gobernado por códigos de ética propios y requiriendo una exploración genuina de su actuar como eje central de la intervención (Szmulewicz, 2013), están en una posición privilegiada para explorar la vulnerabilidad y favorecer cambios en beneficio de los sujetos individuales y hasta con una visión más amplia, hacia la sociedad, esta es, de hecho, su responsabilidad como profesionales de la salud mental (Federación nacional de Colegios, 2018; Sociedad Mexicana de Psicología, 2012).

Estado de la Cuestión: Procesos Terapéuticos como Espacio de Juego Performativo y Ampliación del Sentido de Masculinidad.

El presente estado de la cuestión explora estudios⁶ que se enfocan en experiencias masculinas de transformación dentro de contextos de atención a la salud mental; en algunos sentidos

⁵ Esta condición que describen los estudios críticos de los hombres y las masculinidades tiene una implicación que vale la pena reconocer: es posible e incluso común toparse que este distanciamiento de una vida emocional para algunas masculinidades es lo deseable y lo 'correcto'. Las masculinidades patriarcales o hegemónicas se caracterizan por reconocer y apreciar este distanciamiento como un acto loable y cualidad imperativa de la masculinidad, por lo que no verían ningún problema en esta descripción y actuarán en lo individual y colectivo para defender esta visión de una masculinidad 'estoica', por mantener su propia política de lo masculino (Connell, 2003). Es importante marcar que la crítica no busca imponer masculinidades que tengan un contacto constante con sus emociones y siempre las expresen abiertamente en sociedad, por el contrario, es una crítica al hecho de que no se permite la expresión emocional y existe una imposición de la dureza; se busca que las expresiones de género sean una elección libre y personal justo porque se observa que en la actualidad no es así.

⁶ Para la recopilación de estudios se realizó una búsqueda en Google Académico, ScienceDirect y Sage Journal usando palabras clave en combinación en tres idiomas diferentes (español, inglés y francés). Se usaron dos términos en inclusión (AND) que se pueden comprender en las categorías de masculinidades y Salud mental.

parecida a la revisión de Olavarría (2020) de los estudios entre 1995 y 2015, donde desde los discursos y testimonios “está presente lo que se denomina el ‘modelo tradicional’ de la masculinidad, de ser hombre; que se contrapone al "moderno" o ‘actual’” (p. 67), en los estudios se ve una transición de modelos de masculinidad; son varios modelos y llegan a distintos destinos por diferentes medios, en realidad es imposible establecer una definición única de lo “masculino” que permita hacer un análisis significativo entre tanta diversidad de experiencias. El concepto de masculinidad es dinámico y cambia según el contexto donde se encuentre (Christofidou, 2021) siguiendo las construcciones culturales que impacta todas las prácticas, desde lo corporal hasta las relaciones (G. Núñez Noriega, 2016).

Estos lineamientos de cómo ser, cómo construir y actuar el género – el masculino en este caso – es lo que confiere al género su naturaleza pues es una forma de hacer y actuar constantemente deliberada para un modelo cultural pre-existente (Connell, 2003). Es por esto que en esta recopilación se comprende desde el lente de la performatividad de Butler – comprender al género como una actividad “más allá de uno mismo, en una socialidad que no tiene un solo autor” (Butler, 2021, p. 14) – pues este concepto engloba un juego y exploración en el sentido y vivencia del género que empuja a la apertura de nuevas formas viables de vida, de humanidad permitida desde el mundo social. En este sentido, se hace un análisis de, en primer lugar, las performatividades iniciales y después los eventos precipitantes, intervenciones o condiciones de expansión de habitabilidad (Butler, 2021) en lo individual hacia su viabilidad en el mundo social, la condición básica de existencia (Butler, 2007). Todas las posibles transformaciones que se den en las masculinidades de los estudios se comprenden como parte del juego y exploración innatos en la performatividad del género, por lo que se analizan los mecanismos, no los resultados.

También cabe destacar, se plantea como procesos terapéuticos en lugar de un escenario

específico (terapia individual, terapia grupal, grupos de apoyo, intervención comunitaria, etc.) por la amplitud de los estudios revisados, pero todos cumplen las funciones de 1) brindar atención focalizada a las necesidades emocionales, 2) interrogar la naturaleza relacional del género y 3) ofrecer un soporte para reformular la identidad. Estos elementos son importantes pues desmontar las nociones personales detrás de la masculinidad es un proceso que deja a los sujetos vulnerables, “se trata de una especie de vértigo dependiente del género” (Connell, 2003, p. 191) y es necesario un acompañamiento, una práctica colectiva donde es posible aludir directamente las fuentes estructurales, sobre todo reconociendo que el distanciamiento de estructuras sociales como el patriarcado implican, muchas veces, actuaciones en contra de los intereses propios de los hombres (Connell, 2003). El trabajo con las masculinidades, su reformulación, la construcción de comunidad, la justicia social y la salud mental de los propios hombres van de la mano (Gough et al., 2016; White et al., 2023).

Los Artículos: La Investigación en Salud Mental y Masculinidad/es

El trabajo con hombres y masculinidades vario en muchos sentidos dentro de los artículos. Por las situaciones, enfoques, las poblaciones, localizaciones, culturas, razones de iniciar un proceso, incluso si fue un proceso voluntario, estilos de intervención, etc. Vale la pena desglosar algunos de los elementos en común para una discusión profunda.

Trabajo Clínico y Perspectiva de Género: Reconociendo el Impacto. En algunos de los artículos se abordó una mirada crítica al trabajo de los profesionales de la salud y la atención que se da, desmontando cualquier noción de una objetividad profesional que se pudiera tener al trabajar solo con “otro paciente más”.

En Bacigalupe et al. (2022) se plantea con mucha claridad los sesgos entre profesionales: “a los hombres, sin embargo, los criterios de buena salud mental (independencia, autonomía o

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

racionalidad) les protegerían frente a un exceso de etiquetaje psiquiátrico” (p. 6), los estereotipos de género existentes para estos profesionales implicó un sesgo en su práctica clínica: por un lado la mayor probabilidad de ser etiquetadas psiquiátricamente de mujeres y por otro la expectativa de una experiencia monolítica en los hombres como el sinónimo de “salud”. De buenas a primeras esta información parece indicar una protección a los hombres por seguir un modelo de género esperado para ellos, pero no es la información completa, el mismo estudio señala la necesidad de explorar las intersecciones que se involucran para un análisis de los diversos ejes de desigualdad.

Esta imagen compleja se dibuja más con Affleck et al., (2018), quienes señalan que los mismos hombres desestiman su sintomatología o la desconocen a tal nivel que los síntomas no se reportan a profesionales de la salud mental; esto coincide con resultados de Seidler et al. (2020), donde una de las principales barreras para acceder a servicios de salud mental son las ideas que sostienen los hombres sobre sí mismos y sobre cómo resolver sus problemas; también encuentra soporte en los resultados de Bryde et al. (2023), quienes señalan que es parte de la socialización de los hombres el no expresarse y parte del trabajo en terapia – de los terapeutas – es comprender esto para no castigar a los pacientes hombres que no cumplan la expectativa de expresión emocional; por otro lado, esta realidad también lleva a los terapeutas a buscar otras maneras de iniciar esa apertura emocional ante hombres que no tienen las herramientas ni la práctica, como es el uso de metáforas afines a las temáticas de los hombres (Genuchi et al., 2016).

Es a partir del reconocimiento de la socialización particular de los hombres – y entre distintos tipos de hombres – que los hallazgos de Beel et al. (2020) toman más relevancia y los profesionales de la salud deben asumir una responsabilidad al trabajar con hombres de asegurar un espacio seguro, actuar con respeto bien informado en masculinidades y aumentar la conciencia y motivación del paciente.

La imagen compleja del trabajo con hombres y masculinidades pone en manos de los profesionales la tarea de informarse, actualizarse y criticar su propio trabajo constantemente. En este sentido, Smith et al. (2018) nos señalan que “lo que es claro es que pocas herramientas miden cuidadosamente los síntomas que los hombres suelen experimentar y que es menos probable que los hombres busquen tratamientos o revelen sus problemas” (p. 84). Esta crítica llega para señalar los sesgos que puede haber en la prevalencia de diagnósticos específicos y la falta de explicaciones que se les ha dado en investigación, asumiendo como justificación suficiente la diferencia genérica, “pero los académicos deben primero examinar los problemas de hombres explícitamente para probar esta hipótesis” (p.84). Esta crítica también encuentra apoyo en la investigación de Eggenberger et al. (2022) donde se señala que los hombres que se identifican como heterosexuales y apego a ideologías tradicionales a la masculinidad son todavía menos propensos a buscar atención a su salud mental y a externalizar sintomatologías depresivas enmascarándolas con abuso de sustancias, enojo y conductas de riesgo. Es necesario considerar esta sintomatología en la detección de depresión en hombres.

El impacto que tienen los profesionales de la salud en su atención con hombres, en cualquier nivel, no puede sobre estimarse. El tener la suficiente información sobre las necesidades específicas y problemas particulares de los hombres demuestra que tener resultados positivo con los pacientes/usuarios de servicios reduciendo el impacto de síntomas patológicos en el bienestar a través de tan solo información oportuna y puntual (Black et al., 2023). Además de esto, la experiencia específica de profesionales trabajando con hombres señala la importancia de generar un espacio seguro, libre de juicios y que propicie el crecimiento participante de los integrantes, esto como responsabilidad central de quienes faciliten o dirijan grupos de trabajo con hombres (Ste-

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

wart et al., 2023). Lo mínimo que corresponde a los profesionales del sector salud que resulta beneficioso es conocimiento de a dónde derivar el trabajo especializado, como puede ser la violencia de género, y contar con protocolos adecuados, de lo contrario estos profesionales obstaculizan y se vuelven puntos de desconfianza en el sistema de salud en atención para los hombres y sus problemas (Geldschläger y Ginés Canales, 2013)

Cambios Vitales como Incitadores. Es usual que los hombres lleguen a buscar apoyo profesional cuando se sienten insuficientes ante situaciones específicas o hay un quebrantamiento con la vida social normalizada. Los cambios repentinos o los propios de la etapa vital son un ejemplo de estos quebrantamientos que pueden llevar a los hombres a buscar atención a su salud mental al saber que su repertorio actual, sus herramientas dentro de su masculinidad, no son suficientes para el desafío actual. Un ejemplo de lo complicada que se vuelve la paternidad está retratado en el trabajo de Madsen (2009), donde se analizan dos aspectos particulares con respecto a la transición a padres: la misma experiencia de la paternidad y la depresión vinculada a dicha nueva etapa. Se nota, por ejemplo, una “marcada diferencia las imágenes de los hombres de un ‘buen padre’ y sus propios ideales por un lado y sus percepciones de sus propios padres, por el otro” (p. 18), el artículo nota cómo en las experiencias personales se repiten visiones sociales, contrastantes entre generaciones, y el deseo de los padres primerizos por ofrecer una alternativa que ellos encuentran más adecuada para ejercer su paternidad. Este cambio en el nivel de involucramiento también ha generado la detección de malestares psicológicos en los hombres vinculados con la paternidad, los hombres “describen las circunstancias alrededor del inicio de sus dificultades emocionales como una secuencia o situación en la cual su rol o posición pareció particularmente frágil, vulnerable o contradictoria [...], a estos padres le es particularmente difícil averiguar qué necesitan y quieren hacer con el niño. Para algunos, esto los lleva a sentir que la madre

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

y el niño les excluyen o que son impotentes ante las necesidades del niño, por ejemplo, cuando llora” (p. 27); entonces, la transición a esta etapa representa tal desafío, las habilidades son insuficientes a un nivel tan extendido, que se reconoce una depresión vinculada con la paternidad específica para hombres. Es una etapa de la vida personal de aquellos que son padres donde “hay contrastes culturales y psicológicos entre masculinidades tradicionales y modernas” (p. 28). La paternidad es un ejemplo claro de estas transiciones vitales, pero no es la única situación que se ha estudiado.

Las relaciones de pareja también son un tema central de estudios y representan alteraciones en el ciclo vital de quienes se involucran; en la literatura se ha observado este impacto particularmente con las rupturas y sus efectos en los hombres. Se observa, por ejemplo, en el estudio de Oliffe et al. (2022) una necesidad el trabajo con hombres por desarrollar intervenciones “hechas a la medida” para atender deficiencias en recursos para transicionar de separaciones amorosas, centrándose en “esfuerzos por transformar masculinidades desadaptativas haciendo que los hombres reconozcan cómo sus historias de separación reflejan convenciones culturales que se vinculan a discursos de género y poder” (p. 10); en este estudio son proporcionalmente pocos los hombres que tienen herramientas de introspección que les permiten actuar con autenticidad para alcanzar una responsabilidad y crecimiento personales. Este primer estudio se nutre de otro donde se perfila que el inicio de la búsqueda de salud mental para muchos hombres son, justamente, las rupturas amorosas (Oliffe, Kelly, Montaner, Seidler, Kealy, et al., 2022); este trabajo señala bien que la búsqueda por desarrollar y mantener la salud mental es un ejercicio que involucra actividades en solitario y actividades comunitarias informales, donde los hombres se vinculan con redes cercanas. Es con un tercer artículo, Oliffe et al. (2022), que se empieza a trazar una imagen completa desde inicio de un relación, donde se reconoce que la búsqueda de la salud

mental entre hombres empieza después de una crisis, por eso hasta que se da una separación; el problema está, nos dicen los autores, en que las habilidades de construcción y mantenimiento de mejores relaciones no son tan atractivas como proyectos normativos de masculinidad.

Es necesario mencionar que mucho del trabajo que existe actualmente sobre hombres en terapia o intervenciones de salud mental es en respuesta a violencia ejercida por ellos, un esfuerzo de corrección y reintegración social a visiones de masculinidad que actualmente ya no encajan con el marco cultural. Se nota que los violentadores son una población muy reacia a trabajar (Geldschläger y Ginés Canales, 2013), sobre todo si existe alguna psicopatología, pero los expertos en intervención se muestran optimistas en los cambios que se van dando (Ferrer-Perez et al., 2016), claro que de esto depende que haya un trabajo real con los hombres que ejercen violencia, “la simple detección de hombres que puedan estar ejerciendo violencia en su familia no es suficiente” (Geldschläger & Ginés Canales, 2013, p. 95), es prioridad llevar a la responsabilización de los actos para tan solo iniciar un proceso de cambio, que se defina la raíz de las motivaciones para ejercer violencia y buscar el cambio desde ahí sin soltar la responsabilización. En los casos donde se trabaja con violentadores, también se ha teorizado sobre la violencia como una defensa ante la vulnerabilidad, por lo que los procesos terapéuticos se enfocan en desarrollar esa posición de vulnerabilidad, en reconceptualizar y repolitizar la vida emocional de la masculinidad como “herramientas para el cambio social y, especialmente, para transformar la relación de la masculinidad con la violencia” (de Stéfano Barbero, 2022, p. 185).

También se ha visto que el trabajo terapéutico interviene con aquellos hombres que sufren de violencia. Arriola (2016) señala que la incorporación de la violencia como una práctica normalizada en hombres también los vuelve susceptibles a ser victimizados en relaciones de pareja cuando no alcanzan expectativas impuestas sobre ellos en estas relaciones. Reconocerse como

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

víctimas, sin embargo, es un enorme desafío en su identidad masculina y se señala que hace falta desarrollar “marcos epistemológicos que permiten dar cuenta de la violencia vivida por el hombre, [así como considerar] el papel de la mujer en el ejercicio del poder dentro de la pareja” (Arriola, 2016, p. 1174). El autor señala que los modelos dominantes de masculinidad son los que sostienen la naturalización de esta violencia y su desafío, la construcción de otras narrativas de masculinidad tienen “un largo camino por recorrer el cual permita brindar alternativas concretas en una promoción integral de la vida de pareja libre de violencia” (Arriola, 2016, p. 1173). Aunado a esto Landers (2002) sugiere que las estructuras patriarcales privilegian tanto como dañan a los hombres siendo que “el cuerpo de los chicos tiende a ser tratado diferente comparado con el cuerpo de las chicas, no son tocados o sostenidos, esperando que sean duros y autosuficientes” (p. 22); plantea la extensión social de este trato violento sobre el cuerpo masculino con instituciones tales como el ejército o las prisiones o en acciones tan íntimas como es el uso de sustancias para entumecerse a sí mismos. Landers plantea que “los hombres son sujetos de varias formas de victimización desde que nacen” (p. 23) y que “ser una víctima pudiera eventualmente confundir a los hombres hasta el punto donde se vuelve difícil el resistir tomar un rol de perpetrador” (p. 23); la propuesta de este autor para atender la violencia de los hombres – pues plantea que son agentes que son violentados y esto los lleva a “creer que el rol de perpetrador será menos doloroso que el rol de víctima” (p. 23) – es con una terapia que “genere cambio no solo con individuos, sino con relaciones de poder entre individuos. Terminar los desbalances entre y dentro los géneros y, por extensión, la violencia requerida para afirmar estos desbalances requeriría la oferta de prácticas que los desafía en lugar de mantenerlos” (p. 23). Las terapias y todas intervenciones en este sentido deben desafiar las nociones sociales que violentan y generan violencia desde la práctica de la masculinidad.

Terapia: Percepciones, Prejuicios y Experiencias. La terapia se presenta como una estrategia de trabajo para facilitar las transformaciones en el trabajo con hombres, se apoya y depende de una presentación informativa y atractiva para convertirse en una opción al menos visible para las masculinidades. La ignorancia sobre la terapia, además de fomentar el apego a estándares tradicionales de masculinidad (Bacigalupe et al., 2022), alimenta nociones patriarcales contraproducentes para la terapia: que los hombres no deben expresar sus emociones y siempre ‘estar en control’ (Cepeda Hernández, 2019; Gough & Novikova, 2020; Sharp et al., 2022). Aunado a esto, Seidler et al. (2020) mencionan la necesidad de un acercamiento multifacético y con un diseño más atractivo. Es necesaria la promoción de la salud mental desde el contexto social cercano, que sea llamativo y pertinente para los distintos círculos donde los hombres se mueven, esto significa que los distintos modelos de intervención se adapten a las realidades complejas y dinámicas en las que existen y se desarrollan las masculinidades.

La terapia, en sus distintas presentaciones, ha demostrado ser un espacio de transformación y desafío para las ideas de masculinidad, tanto para pacientes como para los propios terapeutas. El proceso de terapia para los pacientes puede aprovecharse como un espacio para la comprensión, en primer lugar, de la construcción social de la masculinidad hegemónica y las dificultades que esta implica para la expresión emocional, las decadencias de una imposición social para el individuo y su comunidad, y en un segundo lugar la participación de los hombres mismos en la formación de nuevos modelos de masculinidad “que conlleve la reestructuración social y personal de la masculinidad” (Cepeda Hernández, 2019, p. 281), transformación que se genera desde estrategias de enseñanzas prácticas y teórico-filosóficas que desafían la visión hegemónica, aún cuando en un inicio no sea la intención de los hombres que participan en estas terapias.

Goldner y Ruderman (2020) tienen resultados similares en el trabajo con hombres desde la arte-terapia; el meterse en una actividad como el arte y asistir a terapia ya es un quebrantamiento por sí mismo de muchas nociones tradicionales de masculinidad que se adhieren a un modelo de estoicismo y dureza emocional, un quebrantamiento que genera conflictos en el trabajo entre hombres, sobre todo cuando los mismos terapeutas son hombres. Este quebrantamiento puede ser un punto de la misma intervención, señalando los estereotipos que les afectan por igual, sirviendo como un facilitador la “relativamente igualitaria y mutua relación con su terapeuta” (p. 13).

Las transformaciones también abordan visiones sociales que se vinculan con la masculinidad por la naturaleza relacional de esta, como es la prevención de violencia de género desde el cuestionamiento de construcciones sociales que la sostienen, como pudiera ser el amor romántico – comprendido como amor cautivo – desde los mandatos de género (Ferrer Pérez & Bosch Fiol, 2013). Transformar las condiciones que facilitan la violencia implica comprenderlas, interrogarlas y presentar alternativas para la prevención de dinámicas peligrosas desde los distintos niveles sociales; el trabajo terapéutico y todo trabajo adyacente a la salud mental se debe incluir en este proceso de interrogación hacia la transformación desde el involucramiento de los hombres singulares hacia el mundo social (Landers, 2002).

Claro que, para llegar a estos espacios de transformación, primero es necesario que se considere el trabajo en salud mental como una opción para los hombres, lo cual tiene grandes obstáculos en muchas culturas. Los resultados de Harding y Fox (2014), por ejemplo, señalan la importancia que los hombres dan a sentirse “normales” en su grupo de pares con respecto a la salud mental y desafíos que viven. Si entre sus pares la atención a la salud mental es algo normalizado, como la incorporación de temas de salud mental en la visión social por medio de figuras

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

públicas, para los hombres en individual es algo permitido buscar su propio bienestar psicológico. La carencia de validación se vincula con la revictimización, pues al negar la vulneración en salud mental se fomentan estereotipos sociales violentos hacia los hombres – tal como también señala Arriola (2016) –. Sin importar la cantidad de intervenciones y tipos de terapia que haya al alcance, la estigmatización social será un factor perjudicial a la salud mental de los hombres.

Una manera de combatir el estigma social es a partir de la educación acerca de la salud mental. Lee et al (2020) señalan que las intervenciones especialmente pensadas para hombres son especialmente necesarias pues la educación sobre salud mental es el indicador más fuerte de cuidados de salud mental en toda la población, pero “los hombres tienen significativamente más actitudes negativas que las mujeres”, refiriéndose por actitudes de salud mental a “una forma de considerar y tratar a las personas con enfermedad mental” (p. 282). Sin embargo, no es el único factor; la soltería, un pobre apoyo social percibido y una alta sintomatología depresiva también están ligados con actitudes negativas hacia la salud mental de parte de los hombres; “la noción de masculinidad pudiera explicar las diferencias encontradas pues esta ha sido atribuida a diferencias de género en salud mental y búsqueda de ayuda” (p. 288), el estoicismo, la resiliencia y la autoexigencia, como características asumidas de la masculinidad pone en riesgo el bienestar de los hombres pues “las creencias subyacentes de ideales masculinos y roles de género plausiblemente explican porqué el matrimonio y el apoyo social afectan positivamente las actitudes hacia la salud mental de hombres más que en mujeres” (p. 288). Estos resultados coinciden con Clark et al. (2020), quienes señalan que, con respecto a la consciencia sobre salud mental acerca de ansiedad (*anxiety mental health literacy*), la consciencia sobre salud mental se correlaciona de manera positiva con una alineación a normas masculinas baja o promedio, así como con actitudes hacia la búsqueda de ayuda formal e informal y con la intención de buscar ayuda de la familia.

La educación sobre salud mental, entonces, ayuda a la reducción de estigma social y al acercamiento con redes de apoyo cercanas, lo cual puede normalizar la búsqueda formal de atención a la salud mental (Harding & Fox, 2014).

También es responsabilidad de quienes trabajen directamente con hombres atender esta estigmatización para facilitar el trabajo. Recordando a Stewart et al. (2023), el trabajo con hombres no se detiene en la interrogación de mandatos de género ni en dar información para la toma de consciencia; la seguridad necesaria para trabajar requiere ‘encontrarlos en sus términos’ a la par que se determina la extensión de los límites para trabajar para poder llevar a los hombres hacia un “reconocimiento de, y un compromiso participativo con, privilegios de género inherentes” (Stewart et al., 2023, p. 60) para que las intervenciones no terminen por favorecer los mismos esquemas jerárquicos de género. Esto pone en los facilitadores la responsabilidad de desarrollar las habilidades suficientes de “un compromiso crítico, identificando la necesidad de un ambiente y estrategias envolventes que cultiven el crecimiento” (p. 61). Esta doble responsabilidad pone a los facilitadores, a quienes trabajen con hombres, como modelos y guías, por lo que es central que mantengan un marco epistemológico de práctica crítica, autorreflexiva y de responsabilidad, nos dicen Stewart et al. en concordancia a otros estudios hechos con profesionales de la salud mental de los hombres. En Beel et al. (2020) se toparon con principios similares entre terapeutas “*male-friendly*” sin importar el género, formación, modalidad de trabajo o marco teórico; su práctica se centra en una empatía genuina para formar conexiones respetuosas e informadas, “expandiendo la consciencia de los hombres, atendiendo temas relativamente desenfanzados entre hombres y motivándoles para comprometerse con los objetivos del tratamiento” (p. 114). Recalcan la importancia de generar un espacio seguro por “la propia reticencia de los hombres con los

procesos de autorrevelación y porque esta población es particularmente vulnerable a la insensibilidad de terapeutas y prejuicios” (p. 115).

Comunidad y Sociedad, Efectos del Entorno. Algo importante a reconocer es que no es la masculinidad por sí misma la que demuestra ser peligrosa o dañina, sino dominio cultural de un modelo de masculinidad donde se encuentran los hombres – y que estos o bien interiorizan o bien son juzgados en comparación – lo que ha demostrado ser una gran influencia en el malestar de los hombres. Hablando desde la interiorización de modelos, Herren et al. (2022) reconocen que la inflexibilidad psicológica tiene una fuerte correlación con el apego a normas tradicionales de masculinidad y depresión; esto tiene sentido al entender que para que un modelo de masculinidad hegemónica mantenga su posición requiere de una fijación a nivel societal de qué significa ser hombre, y aún para aquellos que se acerquen más a este modelo, la inflexibilidad que implica y la separación entre realidad y expectativa puede ser un factor muy grande en la depresión. Esto es parte del impacto de una estructura social, por qué un modelo hegemónico es un reto para la salud mental de los hombres pues implica o un constante esfuerzo por mantenerlo, la confrontación con no alcanzarlo o las exigencias sociales impuestas sobre los mismos hombres (Valkonen & Hänninen, 2013); esto es especialmente perjudicial para aquellos hombres que por sus condiciones de interseccionalidad, como alguna discapacidad, tienen menores oportunidades sociales al ser distantes al modelo hegemónico (King et al., 2019).

Hay una doble influencia en este sentido que afecta la salud mental de los hombres e interviene en sus esfuerzos por alcanzar la salud mental. Seidler et al. (2020) señalan en su estudio que “asociaciones significativas fueron encontradas entre varias barreras percibidas y si los hombres pretendían buscar tratamiento” (p. 4), denotando barreras estructurales a nivel societal y ac-

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

titudinales a nivel personal, siendo que aquellas ideas más ligadas a ideas rígidas de masculinidad – con el ítem específico de ‘yo debo solucionar mis propios problemas’ – tienen el doble de probabilidades de no querer tratamientos. Pero el mismo estudio señala que estas percepciones y la reticencia a buscar terapia están ligadas a una educación (*literacy*) limitada sobre lo que implica el trabajo en terapia, por lo que los autores – en concordancia con Lee et al. (2020) – sugieren que “los hombres que no quieren tratamiento tienen significativamente más probabilidades de ocultar su malestar y dudar de si un psicoterapeuta pudiera entender o de si sería capaz de atender sus problemas” (p. 4), por lo que destacan que “las campañas de salud pública deben continuar desmitificando la búsqueda de ayuda y los procesos terapéuticos a la par que de-estigmatizan la revelación emocional (*emotional disclosure*)” (p. 4), un llamado idéntico al que hacen Harding y Fox (2014) sobre la incorporación de figuras públicas en el llamado a la salud mental para normalizar los temas y volverlos temas de discusión cotidiana en los distintos círculos cercanos de los hombres.

Las experiencias cercanas, familia, amistades, los círculos sociales directos son los principales agentes de moldeamiento para las normas de género que posibilitan o prohíben ciertas prácticas para la masculinidad; estos cambios se pueden ver a lo largo del tiempo y en diferentes estratos sociales en un mismo momento. Observando cambios en el tiempo, Madsen (2009) reconoce cambios en las conductas vinculadas a la paternidad entre la década de 1970 y 2009, cuando se realizó el artículo; menciona cómo los padres cambiaron la orientación de su inclusión en el proceso de parto y actividades de crianza, siendo en un principio su labor de “pareja” con la madre, con un creciente cambio hacia una vinculación directa de la relación padre-hijo. En una misma sociedad también se ven estas diferencias, son las condiciones socioeconómicas, ideolo-

gías sobre el género, normas sociales y condición social los más grandes facilitadores o inhibidores de la búsqueda de salud mental para hombres (Gough & Novikova, 2020; Seidler et al., 2020); las condiciones específicas de una población deben de ser estudiadas a profundidad para asegurar una intervención a la medida según su necesidades, es la construcción específica de las masculinidades la que hablará de sus vulneraciones y posibilidades de transformación.

Estas condiciones específicas se vuelven temas ineludibles en el trabajo con hombres. Goldner y Ruderman (2020) lo señalan, siendo que una preocupación central de los hombres adolescentes es “su habilidad de alcanzar normas tradicionales de masculinidad como el foco central del tratamiento y el esfuerzo de los chicos durante terapia para convertirse en ‘verdaderos hombres’” (p. 13); este esfuerzo e insistencia nace de una cultura específica que pone exigencias y condiciones mínimas de cómo ser para ser validados en una cultura particular, en este caso la cultura militarística de Israel. Para estos chicos, toparse con otro hombre en un contexto “femenino” – como lo es la terapia y el ejercicio del arte en el contexto israelita – es una oportunidad de desafiar sus nociones de posibilidad para ser hombres. Sin embargo, se menciona en este mismo artículo que, “aunque la terapia constituye un espacio en donde los adolescentes pueden interrogar y examinar [sus nociones de masculinidad e identidad], esta examinación es aparentemente limitada” (p. 24) debido a los tabúes culturales que también engloba a los terapeutas, también los limita.

Las relaciones cercanas darán pie a diversas construcciones, pueden ser particularmente beneficiosas las relaciones de pares flexibles y que ofrecen acercamientos cuidadosos a la vulnerabilidad son beneficiosas para el estado de bienestar subjetivo (Harding & Fox, 2014). Acercamientos sensibles entre pares, expresiones diversas de lo que puede significar ser “hombre” sin humillaciones, protección social confiable, precedentes sociales de apoyo ante las crisis, todos

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

estos son ejemplos (si bien no una lista exhaustiva) de cómo se puede transformar desde lo colectivo y lo individual las ideas que rigen las normas de la masculinidad, tal como lo señalan en Herron et al. (2020); no es necesaria una intervención terapéutica formalmente, si en una comunidad existe la posibilidad de construir redes de confianza entre los miembros el cuidado de la salud mental queda cubierto por la misma comunidad.

La acción de cuidar la salud mental es compleja y tiene varios niveles, en este sentido vale la pena rescatar un extracto del trabajo de Gough y Novikova (2020): “la búsqueda de ayuda no es una decisión personal de ocasión única; más bien se comprende mejor como una dinámica de interacción entre individuos, seres queridos y servicios de salud mental disponibles dentro de parámetros sociales más amplios” (p. 25). Las dinámicas sociales enmarcan las condiciones en las que se puede acceder a la salud mental y qué implica la salud mental para las masculinidades y qué condiciones/contextos conducen a distintas masculinidades buscar cuidar de su salud mental con los recursos disponibles y de manera reiterada a lo largo de su vida; la salud mental no es un logro de caso único, es una construcción constante. De manera emblemática para comprender esta dinámica longitudinal que se ve influenciada por dinámicas alrededor de la vida de los hombres se puede observar el estudio de Clark et al. (2020). Encontraron que en jóvenes con un mayor desapego a las normas hegemónicas de género hay una correlación positiva entre un mayor conocimiento sobre cuidados de salud mental relacionados con ansiedad y con una actitud positiva hacia la búsqueda de ayuda profesional en el tema; los participantes reflejaban una actitud positiva con acciones de búsqueda de ayuda de parte de familiares, recursos de internet y contactar con profesionales de la salud mental; había una construcción en la historia personal de los adolescentes que dibuja un acercamiento en acción a un proceso terapéutico. Es importante investigar las dinámicas sociales que están vinculadas con estas historias personales que permiten

un acercamiento al cuidado de sí mismos atípico para los mandatos del género masculino.

Artículos Teóricos, Llamados a la Acción. Los puntos hasta ahora discutidos concuerdan con la propuesta de White et al. (2023) en pro de una ampliación del concepto de salud en hombres, incluyentes en lo social para la diversidad de identidades y extensiva. En su artículo discuten en favor de una visión ambiental y comunitaria de la salud de los hombres que reconozca de manera explícita las determinantes varias que resulten en vulneración de la salud en lo físico, psicológico, social, comunitario y ambiental; hablan de la necesidad de comprender y apoyar las masculinidades no como una unidad corporal repetida en todos, reconociendo la diversidad de hombres cis y hombres trans, a la par que estos avances no deberán excluir, sino incluir a toda persona que pueda verse beneficiada por políticas de salud comunitaria. Este soporte contextual es elemental para expandir las prácticas de cuidado que permitan mantener una identificación con la masculinidad y no sean perjudiciales a las personas individuales ni a la sociedad. En resumen, plantean que “la ausencia de una definición operativa de salud de hombres es problemático, deja a la gente y organizaciones que trabajan en el campo o que intentan entender las necesidades de los hombres sin guía ni indicación al alcance globalmente reconocida” (2023, p. e7). Hablando de salud mental en específico White y Tod (2022) hacen un llamado de atención al creciente número de hombres que viven en aislamiento y señalan que estos son “mayormente invisibles en términos de políticas y, sin embargo, son muy vulnerables a las dificultades en salud mental” (p. 4), además de la insistencia en insuficiente conocimiento del personal en sector salud para reconocer los malestares emocionales y desafíos que ellos viven; es un fenómeno multifacético, “una cuestión del entero ciclo vital que impacta en todos los aspectos de la sociedad como paternidad, escolaridad, lugar de trabajo, ocio y vivienda” (p. 6).

La salud de los hombres es una urgencia, no un tema de moda. Etienne (2018) señala que

“la forma en que los hombres aprenden a verse a sí mismos y a proyectar su imagen suele ser un componente inseparable de las causas que explican la muerte prematura atribuible al estrés y a hábitos poco saludables” (p. 1); estos aprendizajes deben reconocerse para atenderse pues es en buena medida la socialización la que moderará la búsqueda de ayuda de parte de los hombres (Addis & Mahalik, 2003), será particularmente menor la probabilidad de búsqueda de ayuda en problemas que perciba como anormales, centrales a su identidad, si sus grupos cercanos sostienen ideales de autosuficiencia o si perciben riesgo de ser rechazados por ser distinto. “La dificultad de los hombres en acceder a los servicios de salud se atribuye al desencuentro entre servicios disponibles y roles masculinos tradicionales” (p. 12), por lo que el llamado es adecuar los servicios, la visión de los profesionales, para encajar con las necesidades de los hombres, pues actualmente no son capaces de reconocer estos problemas, mucho menos atenderlos como se necesita.

Discusión

La amplitud de los artículos revisados da la responsabilidad de reconciliar sus visiones en un marco teórico sin quitar las aportaciones que tienen, es por esto que en esta revisión se considera el planteamiento filosófico de la performatividad, viabilidad y habitabilidad de Butler (2007, 2021) como eje central para conectar los mecanismos de transformación y la conexión entre la acción individual y social de lo masculino/las masculinidades, considerando el análisis sociológico de Connell (2003, 2005a) y las ampliaciones que hace Holter (2005).

En el primer apartado se enfatiza la experiencia del trabajo clínico y la visión hacia quienes ejercen en esta área para el trabajo con hombres y masculinidades, planteando que hay sesgos en la visión de la masculinidad que afecta directamente en el ejercicio profesional (Affleck et al., 2018; Bacigalupe et al., 2022; Bryde Christensen et al., 2023; Eggenberger et al., 2022), la performatividad de lo masculino limita la dimensión de viabilidad por normas de masculinidad,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

es decir, lo que se concibe desde lo social como una posibilidad real y sana para quienes se asumen desde lo masculino. El modelo que se sostiene imposibilita comprender necesidades de quienes se alinean con lo masculino (para sí mismos y quienes les observan) y son los y las terapeutas que buscan expandir el repertorio de la performatividad, con sus paradojas y juegos internos, los que pueden llegar a tener suficiente simpatía – quienes ven expandida la viabilidad de performatividad – y animar en la búsqueda nuevas estrategias de crecimiento y exploración para encontrar nuevas formas más habitables (Beel et al., 2020; Black et al., 2023; Bryde Christensen et al., 2023; Genuchi et al., 2016; Smith et al., 2018; Stewart et al., 2023). Esto implica un desafío a las normas de orden de género dominante en muchas culturas modernas, siguiendo la noción de una masculinidad hegemónica a escala global (Connell, 2005a), aun considerando las debidas adaptaciones específicas, los desafíos son muy similares en el trabajo con hombres y masculinidades. Son aquellas visiones de una masculinidad más flexibles, desafiantes de modelos hegemónicos, las que demuestran y posibilitan la flexibilidad y expansión de lo que se considera válido para incluir otras experiencias más habitables que dan pie a cuestionamientos del mismo modelo. Es la paradoja de poder jugar con la performatividad la que demuestra su artificialidad y la expande (Butler, 2007).

La expansión de la viabilidad en la performatividad de lo masculino es un hecho estudiado y bien documentado, observando los cambios generacionales que existen en las sociedades modernas vemos cómo la idea de qué es ser hombre o lo masculino se reforman según las necesidades de las sociedades, según la consciencia de condiciones de habitabilidad de los individuos. Las nuevas generaciones observan bien esta transformación al compararse con sus padres y abuelos (Madsen, 2009), apropiando para su propia performatividad elementos que consideran apropiados, como ejemplifica una paternidad participativa; aunque la experiencia propia deja un

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

modelaje de una crianza que sigue un orden de género estricto, la crítica y contraste es básica en la formación de una performatividad (Butler, 2007), y como el orden de género es algo diferente a una estructura de dominación – no implica necesariamente poder - también es susceptible a cambios (Holter, 2005). Estos cambios se pueden dar a partir de momentos de crisis que la misma estructura propicia (Connell, 2003), como es el caso de estructuras de género que siguen un orden patriarcal (Holter, 2005). Es necesario reconocer, sin embargo, que estos cambios no son rápidos, ni uniformes ni holísticos en las sociedades, es la naturaleza de un modelo de dominación social, busca mantenerse invisible (Connell, 2003; Holter, 2005), pero sigue ejerciendo presiones y malestares, la búsqueda de habitabilidad en los individuos es lo que empuja a estas reformas cuando los marcos culturales de la viabilidad del *performance* son insuficientes. El mismo orden de género patriarcal, en su constante transformación para mantenerse, no nos habla de una crisis de la masculinidad, sino de una “crisis⁷ de un orden de género como un todo, y de sus tendencias hacia la crisis” (Connell, 2003, p. 126).

Estas tendencias a la crisis son la lucha que permite la performatividad del género cuando la viabilidad del género es inhabitable; los individuos luchan contra las deficiencias y decadencias de los modelos de género. Las deficiencias se observan, muy notoriamente, en las relaciones interpersonales: parejas, amigos, familia, instituciones (Madsen, 2009; Oliffe, Kelly, Montaner, Kealy, et al., 2022; Oliffe, Kelly, Montaner, Seidler, Kealy, et al., 2022; Oliffe, Kelly, Montaner, Seidler, Ogradniczuk, et al., 2022); son estas relaciones cercanas también las que darán pie al

⁷ Connell usa el término teórico de crisis refiriéndose al mecanismo por el cual un sistema se destruye o restaura. La crisis es un fenómeno que ocurre entonces en cualquier sistema social por su propio diseño, no es un hecho extraordinario, si bien alguna situación puede acelerar su aparición. En este sentido también habla de la tendencia hacia las crisis, refiriéndose al tipo de crisis que cierto sistema induce con más frecuencia que a otras. Es, por lo tanto, que un sistema de orden social basado en la dominación desde el género induce a crisis con mayor tendencia desde las construcciones de género – sea el dominante o el dominado -.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

juego performativo, pero el distanciarse de los modelos conocidos es intimidante y en la interacción también hay resistencias, la imposición surge cuando la viabilidad de una performatividad sigue sin ser flexible, generando rechazo y violencia (Ferrer-Perez et al., 2016; Geldschläger & Ginés Canales, 2013). Es con una consciencia de propia inconformidad, de lo inhabitable de una performatividad limitada, como se ha encontrado posibilidad de cambio (Arriola, 2016; de Stefano Barbero, 2022; Landers, 2002). No es el único camino y sería insuficiente mantenerlo a un nivel sujeto; la expansión de viabilidad es una empresa de interés social, siguiendo el hecho de que el estudio de masculinidades es una empresa teórico política hacia la justicia social (Connell, 2003).

Asumir la responsabilidad social está implícito con la visión de performatividad del género: es algo que creamos y podemos moldear, si la estructura social de qué es el género conduce a malestar o la inhabitabilidad, corresponde atender y reformar las estructuras que sostienen la inflexibilidad. Al menos los resultados de los artículos coinciden con el hecho que una visión, desde lo social, de mayor flexibilidad genera mayor bienestar a las personas (Cepeda Hernández, 2019; Clark et al., 2020; Gough & Novikova, 2020; Herreen et al., 2022; King et al., 2019; Seidler et al., 2020; Sharp et al., 2022; Valkonen & Hänninen, 2013), no obligando a todos a tener una performatividad desafiante por sí misma, sino ampliando la viabilidad de la diversidad para dar pie a un soporte comunitario más efectivo (Arriola, 2016; Cepeda Hernández, 2019; Ferrer Pérez & Bosch Fiol, 2013; Goldner & Ruderman, 2020; Harding & Fox, 2014; Herron et al., 2020; Landers, 2002), todavía más en el caso de intervenciones en el área de salud en general y salud mental (Beel et al., 2020; Clark et al., 2020; Gough & Novikova, 2020; Harding & Fox, 2014; Herron et al., 2020; Lee et al., 2020; Madsen, 2009; Seidler et al., 2020; Stewart et al., 2023).

Esta visión de los mecanismos de la performatividad en un modelo de dominación en el orden de género desde una masculinidad hegemónica y las necesidades de su replanteamiento – así como las áreas prioritarias en temas de atención a la salud mental e intervención desde la salud mental a nivel individual y social – son justamente las que desde inicios del siglo XXI y hasta la actualidad presentan expertos en el tema de masculinidades (Addis & Mahalik, 2003; Etienne, 2018; White et al., 2023; White & Tod, 2022).

Conclusión

El análisis sociológico de las masculinidades de Connell señala que el trabajo a un nivel individual es insuficiente para atender las estructuras sociales, pero carece de una alternativa o mecanismo que pueda unificar la transformación individual con una movilización más grande; la evidencia de los artículos revisados coincide en la necesidad de una intervención a mayor escala que el simple trabajo individual o comunitario, pero suele hacer este señalamiento en ausencia de alternativas para encaminar la intervención a algo más colectivo. Sin duda, la terapia no es suficiente para una transformación social, tan cierto como que un cambio de paradigma depende del reencuadre consciente de los miembros de la sociedad; como lo plantea Connell, es una práctica ontofórmica – es decir, que la práctica misma es la creadora de la realidad, que luego informa la práctica – que depende de todos los niveles de la sociedad: “la importancia de la educación para la política de la masculinidad se deriva de la ontoformatividad de las prácticas de género, del hecho de que nuestros decretos respecto a lo que es masculinidad y feminidad hacen que cierta realidad social se ponga en acción” (Connell, 2003, p. 322)

Este análisis está incompleto pues aborda la masculinidad como un fenómeno, no como un mecanismo, es decir, lo ve como algo que *es*, no como algo que *hace*. No es ontoformidad de

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

las prácticas de género, es la ontoformidad del género, su realidad performativa la que dará explicación a sus mecanismos de transformación y dará sustento a la acción de justicia social que plantea como central para los estudios de masculinidades. Los conceptos de performatividad del género (Butler, 2007), viabilidad y habitabilidad (Butler, 2021) son una manera de conectar la acción a nivel individual hacia lo social y dar sentido al trabajo con los hombres y masculinidades hacia la transformación y desmantelación de estructuras de orden de género inequitativas y patriarcales (Holter, 2005). Lo que queda por delante es trazar protocolos o estrategias de cómo llegar a este involucramiento del cambio social, esta búsqueda de justicia social, desde la performatividad de lo masculino.

Planteamiento del problema

En México existe un riesgo real sobre la vida de las personas: su calidad, viabilidad, dignidad y posibilidad están condicionadas a cumplir expectativas que otorguen la condición mínima de humanidad. Una de estas condicionantes para la vida es encajar en roles de género comprensibles, con el permiso de vivir, y como consecuencia de no apegarse a sus normas se experimenta la marginación, el rechazo, la eliminación de la vida pública, la humillación, el asesinato, el aislamiento. En el contexto mexicano, la masculinidad tiene connotaciones patriarcales (Guttman y Viveros Vigoya, 2005, 2005; Lagarde, 2018; G. Núñez Noriega, 2017; G. N. Núñez Noriega, 2017), la violencia se encuentra de manera cotidiana en las relaciones sociales como una base de muchas vivencias de masculinidades. El interés que se le da en México a los temas de género puede reconocerse con iniciativas como la Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (Cámara de diputados del H. congreso de la unión, 2007), un logro de la lucha feminista en el país que también tiene significado para los estudios de género de hombres y masculinidades pues son luchas vinculadas históricamente (Núñez Noriega,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

2016). El trabajo con hombres y masculinidades no ha logrado el mismo interés social, por lo que el bienestar de los hombres y la violencia ligada a la masculinidad patriarcal (Connell, 2003, 2005a; hooks, 2004) siguen sin recibir una atención plena, conservando el factor de riesgo asociado a algunas nociones tradicionales de masculinidad en la región (Guttman & Viveros Vigoya, 2005; Lagarde, 2018; G. Núñez Noriega, 2017; Olavarría, 2020; Viveros-Vigoya, 2016).

Las nociones tradicionales de masculinidad en México serán variadas, correspondiendo con la definición de masculinidad que se ha manejado en este trabajo. Hay presentaciones de masculinidad, sin embargo, que sí tienen mayor autoridad según la interacción histórica y global a la que México ha sido y es sujeto como país (Connell, 2005a); es en este sentido que se teoriza y se hablará de la masculinidad hegemónica, siguiendo la propuesta de Connell y correspondiendo a su expansión posterior (Connell & Messerschmidt, 2005). La existencia de un modelo hegemónico de masculinidad implica una imposición, en cómo debe ser expresada y qué sí es válido, impacta en la vida de las personas, llegando en ocasiones a humillarlas o cortarlas por no encajar con las normas, con no ser “suficientemente hombre” (Connell, 2003, 2005a; Guttman & Viveros Vigoya, 2005). Las expresiones que divergen del modelo hegemónico no son expresiones válidas de humanidad, no son viables (Butler, 2021); la imposición hegemónica, además, presiona por demostraciones violentas que perjudican en lo social y en lo personal a los hombres que asumen las normas tradicionales (Connell, 2005a; hooks, 2004; Núñez Noriega, 2017; Núñez Noriega, 2017). La transformación de estas normas, ampliar la posibilidad de expresiones desafiando el orden hegemónico patriarcal, requiere de un minucioso análisis de los contextos específicos y la atención a sus problemas particulares (Connell, 2003), no es posible asumir que la solución es una ‘nueva masculinidad’ para todos cuando nos referimos a la reivindicación de características presentes en todos los hombres en un contexto social e histórico

específico, con necesidades precisas y particulares a sus vivencias y regiones de desarrollo (Gough & Novikova, 2020).

La crítica, entonces, debe ser específica y contextualizada a un espacio, un momento y una población particular. El análisis y contrapropuesta, de igual manera, deben de ser dentro de lo vivido con la expectativa de maximizar las posibilidades en la realidad local; la diversidad de expresiones de masculinidad se limita por la viabilidad de expresiones de género y afectando la habitabilidad. La performatividad, en su naturaleza reproductiva y transformativa (Butler, 2007), da la posibilidad de transformación de lo masculino en pro de lo habitable desde aquellas expresiones marginales que desafían los modelos hegemónicos (Connell, 2003) para dar paso a la diversidad y la flexibilidad, minimizando los malestares asociados a la marginación. Las vidas habitables, en este caso sin que sea excluyente, las masculinidades diversas requieren de normas legislativas y sociales que les permitan vivir, que les sostengan y sirvan de soporte, misma protección que deberá ampliarse a todos quienes puedan ser beneficiarios se identifiquen o no, se les reconozca o no como hombres (White et al., 2023). Este es el foco de los estudios de género, “debe situarse en el contexto de las vidas tal como se viven y debe guiarse por la cuestión de qué maximiza las posibilidades de una vida habitable, qué minimiza la posibilidad de una vida insoportable o, incluso, de la muerte social o literal” (Butler, 2021, p. 23). ¿Cómo es posible hacer de la diversidad como una posibilidad de vida para los hombres?

Implicaciones de la Normatividad de Género: La Imposición de lo Masculino

“Las restricciones tácitas que crean el ‘sexo’ culturalmente inteligible deben concebirse como estructuras políticas generativas más que como fundamentos naturalizados” (Butler, 2007, p.

285)

La normatividad de género es la comprensión social de una persona al encajar con las

reglas de cómo moverse, vestirse, hablar y relacionarse, cómo encarna las reglas de lo normalizado; el fracaso de esto significa la pérdida de la comprensión y humanidad (Butler, 2007). Es el mismo sentido que tiene la masculinidad hegemónica (Connell, 2003), la construcción de una idea de qué es lo que debe de ser en una sociedad, el privilegio de aquellos individuos que se acercan más y el castigo de quienes están distantes; en este modelo lo normativo sigue estándares de herencia patriarcal (Connell, 2003; Guttman & Viveros Vigoya, 2005; Holter, 2005; Olavarría, 2020), estos estándares tradicionales sobre lo masculino suelen ir ligados a una constante desconexión de la vida emocional y amorosa (hooks, 2004) es inevitable que reiteradamente los hombres fracasen en sus esfuerzos por 'ser hombre' y los inserte en un constante 'optimismo cruel' (Allan, 2017) donde, desde lo social y su interiorización, se espera que sean más: más rudos, más asertivos, más trabajadores, más sacrificados, más duros, más violentos, más sexuales, más cerrados, más resilientes, más estoicos, más serios, más fuertes, más vigorosos, más valientes, más exitosos, más adinerados. Estas son algunas de las expectativas sociales con el rol masculino tradicional, habrá variación a niveles locales y regionales así como se mantendrán patrones globales de lo que implica la masculinidad, sosteniéndose al otorgar menores privilegios a todos los cómplices que, sin estar en la cima, siguen sosteniendo la estructura y tienen su lugar arriba de otros en la jerarquía (Connell, 2003).

Este es un proceso largo de socialización, un modelamiento social constante para los niños, adolescentes y adultos sobre qué deben de aspirar a hacer para ser hombres, es una negociación constante sobre qué es válido en las corrientes culturales que se encuentran todos conforme se forman como personas (Connell, 2005). En este proceso de negociación habrá rasgos personales que los niños, chicos y hombres no estarán dispuestos a abandonar a la par que aprenden, sienten, que algunos de estos rasgos los privarían de ser reconocidos como hombres

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

entre sus iguales y tan solo algunos aprenden a vivir una doble vida si tienen espacios donde se les reconoce en su plenitud (hooks, 2004; Real, 2002): entre iguales son una performatividad social y en sus relaciones seguras (familia, parejas, confidentes, etc.) son performatividades más habitables, una experiencia emocional más acorde a la realidad humana. Estos son los términos que restringen la vida, lo que vale la pena criticar para abrir la posibilidad a la diversidad de vidas. La insuficiencia para cumplir con estas demandas sociales, y por extensión perder su reconocimiento como seres válidos y viables, ha sido detectada en investigaciones sobre las conductas antisociales de hombres en el contexto latinoamericano, pues al ser vulnerados buscan reafirmarse en lo que pueden, siendo la violencia una opción para lo masculino (de Stéfano Barbero, 2022; G. Núñez Noriega, 2017).

La apertura a la diversidad causa muchas resistencias en lo social, es una acción política que afectará la vida privada y pública, pero también lo es la construcción normativa de los roles de género y su naturalización. El género es una construcción cultural y su conformación es un acto político que solo se ha naturalizado por los actos repetidos a lo largo de la historia cultural, “lo que consideramos una esencia interna del género se construye a través de un conjunto sostenido de actos [...] es algo que anticipamos y producimos a través de ciertos actos corporales, en un extremo, un efecto alucinatorio de gestos naturalizados” (Butler, 2007, p. 17). El género y sus restricciones son acciones políticas – implica intereses y líneas de educación, institucionalización y conformación a la vida social (Connell, 2003) – reconocer esto desde el principio da mayor peso y crueldad (Allan, 2017) a los impactos en la vida, el bienestar y la dignidad que viven las personas simplemente debido al género que se les asigna al nacer y en el que se les socializa.

Esta generación de políticas sobre cómo encarnar lo permitido, como performar la

humanidad, apoya la definición de la masculinidad como una categoría histórica que genera esquemas más o menos estables para comprender a la sociedad y el lugar de las personas en ella, también explica el alcance temporal de los modelos de masculinidad hegemónica, donde se cede un poco para no perder la dominación. Toca ver cómo el moldeamiento social, la imposición política de cómo performar la masculinidad, afecta la vida de las personas que la encarnan y quienes se relacionan con ellas, es decir, toda la sociedad.

Considerando lo postulado anterior, se puede usar la herramienta de los estudios críticos de hombres y masculinidades para dar sentido a datos estadísticos con diferencias notables entre las poblaciones de hombres y mujeres en México. Este ejercicio carece del alcance y el objetivo de proveer una explicación causal, más bien es un esfuerzo por comprender las dinámicas que yacen detrás de los datos; describir la relación de datos con el proceso de socialización de masculinidad, comprendiendo esta última como una variable reflejo de una red de interacciones compleja. La performatividad de lo masculino en el contexto de México es objeto de análisis para comprender las relaciones que existen en un contexto patriarcal y violento (Guttman & Viveros Vigoya, 2005; Lagarde, 2018; Núñez Noriega, 2017; Viveros-Vigoya, 2016) y analizar el impacto de esta visión hegemónica de masculinidad sobre la vida y bienestar de los mismos hombres (Connell, 2003, 2005b, 2005a; hooks, 2004) en este contexto específico.

Datos: Impacto de la Socialización de la Masculinidad

Desde la estadística se empiezan a ver diferencias que, cuando menos, son de suficiente interés para considerar la visión de que existen ciertas relaciones entre la socialización de los hombres y lo masculino con riesgos en lo personal y lo social. Cabe señalar que los datos oficiales se sirven de la división estadística por sexos, es decir, se refiere a hombres y mujeres como si todos fueran cis género, lo que invisibiliza a identidades trans, intersex y no binaria;

otorgando el beneficio de la duda esto puede ser por la aparente insignificancia estadística a causa de la falta de reconocimiento que genera una recopilación histórica muy pobre. Sin embargo, a falta de datos complementarios, se manejan las cifras oficiales.

Principales Victimarios. A nivel nacional, para 2022 los hombres tenían una tasa 7% mayor que las mujeres (INEGI, 2023a); en Aguascalientes existe una consistencia desde 2015 en observar que los delitos frente a víctimas solo con cometidos de hombres entre el 82.9% en 2015 y el 77.4% en 2022 (INEGI, 2023b).

- Los asesinatos a mujeres están asociados con frecuencia a la violencia de pareja. Si bien hay razones para dudar que en 2022 solo 25.6% de los homicidios de mujeres fueron reconocidos como feminicidios, esta cifra es consistente con que “desde 2015, casi uno de cada cinco homicidios de mujeres ocurrió en el hogar” (Instituto para la Economía y la Paz, 2024, p. 33)

Principales víctimas. Los hombres son una población con una prevalencia 9% mayor de victimización que las mujeres a excepción de los delitos sexuales, donde las mujeres son 11 veces más victimizadas que los hombres (INEGI, 2023b).

- **Homicidios** – los hombres son la principal víctima de homicidio, “representando constantemente casi nueve de cada diez víctimas” (Instituto para la Economía y la Paz, 2024, p. 33).

Mortalidad. Para 2019 tanto en hombres como mujeres las 3 principales causas de muerte son enfermedades prevenibles, sin embargo, hay un enorme salto en los números entre mujeres y hombres en las siguientes categorías de mortalidad en hombres, quienes tienen una mayor probabilidad en varias causas de defunción comparando con las mujeres, tal como se

describe en la tabla 1:

Tabla 1				
<i>Principales causas de muerte en México en 2019 por género</i>				
Causa de muerte	Total	Hombres	Mujeres	Probabilidades de defunción de hombres comparado con mujeres
Enfermedades del corazón	156 0257	83 259	72 769	114.41% - 1.14 veces más probable
Diabetes mellitus	104 352	51 710	52 642	98.22% - .02 menos probable
Tumores malignos	88 682	43 297	45 385	95.39% - .05 menos probable
Homicidios	40 571	32 531	3 844*	846.27% - 8.46 veces más probable
Enfermedades de hígado	33 488	29 692	10 879	272.92% - 2.72 veces más probable
Accidentes	33 488	25 758	7 730	333.22% - 3.33 veces más probable

Fuente: Mujeres y Hombres en México (INEGI & INMUJERES, 2023).

* Los datos de la tabla sobre principales causas de mortalidad fueron extraídos de Mujeres y Hombres en México 2021-2022, sin embargo, debido a que los homicidios no se encuentran entre las 10 principales causas de muerte para las mujeres no había cifra disponible. Se completó con información de Índice de Paz en

México 2024 (Instituto para la Economía y la Paz, 2024) y se ajustó la cuenta para este dato en específico

Es hasta las enfermedades cerebrovasculares que las cantidades se vuelven parecidas, si bien las razones de muerte varían más. En 2021 el COVID-19 se agrega entre las causas de muertes principales, pero todavía hay grandes diferencias en los datos según el género. La mayor tasa de defunciones de hombre se debe a homicidios y lesiones y tiene una estrecha relación con la delincuencia organizada. En la tabla 2 se expresan estos datos junto con la magnitud de diferencia de datos de defunción entre los géneros.

Tabla 2
Principales causas de muerte en México en 2021 por género

Causa de muerte	Total	Hombres	Mujeres	Probabilidades de defunción de hombres comparado con mujeres
COVID-19	184 764	145 115	39 652	365.97% - 3.64 veces más probable
Enfermedades del corazón	225 440	123 313	102 127	120.74% - 1.2 veces más probable
Diabetes mellitus	142 726	73 330	69 396	105.66% - 1.05 veces más probable
Tumores malignos	92 123	45 503	46 620	97.6% - .03 menos probable
Influenza y	54 593	33 101	21 492	154.01% - 1.54 veces más

neumonía				probable
Homicidios	35 029	31 263	3 766*	830.13% - 8.3 veces más probable
Enfermedades de hígado	36 684	30 524	6 160	495.51% - 4.95 veces más probable
Accidentes	34 573	26 787	7 786	344.04% - 3.44 veces más probable

Fuente: Mujeres y Hombres en México, (INEGI & INMUJERES, 2023).

* Los datos de la tabla sobre principales causas de mortalidad fueron extraídos de Mujeres y Hombres en México 2021-2022 (INEGI, 2023c), sin embargo, debido a que los homicidios no se encuentran entre las 10 principales causas de muerte para las mujeres no había cifra disponible. Se completó con información de Índice de Paz en México 2024 (Instituto para la Economía y la Paz, 2024) y se ajustó la cuenta para este dato en específico

Escolaridad. A mayor grado de estudio, menor logro académico de la población masculina y menor participación en la formación continua.

Cobertura en educación. Se observa la tendencia de disminución de la población masculina conforme avanzan los niveles de educación. Para el ciclo escolar de 2021 los porcentajes de cobertura y la relación de datos entre géneros se ven representados en la tabla 3:

Tabla 3				
<i>Porcentaje de población cubierta en los niveles de educación por género</i>				
Género /	Educación	Educación	Educación media	Educación superior

nivel educativo	primaria*		secundaria	superior			
Mujeres	101.9	95.9	Mujeres	83.8	Las mujeres	73.2	Las mujeres
Hombres	101.6	93.5	tienen 1.02 más probabilidades de estudiar este nivel	73.2	tienen 1.14 más probabilidades de estudiar este nivel	39.3	tienen 1.86 más probabilidades de estudiar este nivel
Fuente: Fuente: Mujeres y Hombres en México, (INEGI & INMUJERES, 2023)							
* Los datos superiores al 100% corresponden a los infantes que entran adelantados a la primaria o que quedan rezagados dentro del sistema educativo.							

Abandono Escolar. Los hombres son más propensos al abandono escolar en todas las etapas de la educación, pero la tendencia aumenta conforme se avanza en los niveles educativos.

Para 2020 las diferencias se ven así (INEGI & INMUJERES, 2023):

- Educación primaria – 0.6% de hombres frente a 0.4% de mujeres
- Educación secundaria – 3.5% de hombres frente a 2.3% de mujeres
- Educación media superior – 14.6% de hombres frente a 8.8% de mujeres

Empleo. La población masculina tiene una mayor participación en la economía formal. Para 2022 (INEGI & INMUJERES, 2023) el 75.8 de los hombres y el 43.6 de las mujeres mayores de 15 años tienen participación económica. Los hombres cubren jornadas laborales formales más largas, 31.8% de los trabajadores labora más de 48 horas a la semana, frente a 19.1% de las mujeres. Las desigualdades de empleo también se manifiestan en la tasa de

personas trabajadoras que no perciben ingresos, pero aquí la tendencia es a la inversa, las mujeres trabajadoras de este rubro son el 5.8% y los hombres el 2.7%; de igual manera se ve esta inversión con respecto al ingreso equivalente al salario mínimo entre trabajadores formales (el 54% de las mujeres y 38.7% perciben salario mínimo) y conforme aumenta la cantidad la brecha se acorta. La tendencia vuelve a ser mayor en hombres cuando se miran las percepciones no salariales (hombres 3.9%, mujeres 1.7%).

Labores Domésticas y Uso del Tiempo. Los hombres no dedican tiempo a las actividades de cuidado de hogar, en población de 12 años o más se observa lo siguiente en horas a la semana (INEGI, 2019):

- Trabajo doméstico – 30.8 mujeres y 11.6 hombres
- Trabajo de cuidados – 38 mujeres y 21 hombres
- Trabajo de cuidados pasivos⁸ - 69.8 mujeres y 41.8 hombres

Conductas de Riesgo. El consumo de alcohol y otras sustancias, el intento suicida, la criminalidad y las muertes por suicidio y accidentes son elementos que típicamente se agrupan y estudian para evidencias las conductas de riesgo (García del Castillo, 2012). Considerando que las muertes por accidente y la criminalidad ya fueron mencionados con anterioridad se omitirá su repetición, pero se enfatiza su relevancia como factor parte de las conductas de riesgo

Suicidio. Para 2020 a nivel nacional (INEGI, 2021), los hombres representaron una tasa de suicidio de 10.4 y las mujeres de 2.2 por cada 100 000 habitantes, estas cifras corresponden a 6 383 y 1 427 muertes respectivamente. Estas cifras varían más tomando en consideración la edad, siendo el grupo de edad entre 18 y 29 quienes mayores tasas de suicidio tienen, pero es en el grupo de mayores de 60 años donde hay mayor desproporción por género, como se expresa en

⁸ Se refiere a las tareas que se captan a partir de preguntas donde se sugiere la simultaneidad de dos tareas como “mientras hacía otra cosa, ¿los cuidó o estuvo al pendiente?”(INEGI, 2019).

la tabla 4.

Tabla 4								
<i>Tasa de suicidios por grupos de edad por cada 100 000 habitantes</i>								
Género / Edad	10 a 17		18 a 29		30 a 59		60 o más	
Mujeres	3.6	1.44	4.1	4.26 veces	2	6.7 veces	1.2	8.16 veces
Hombres	5.2	veces mayor en hombres	17.5	mayor en hombres	13.4	mayor en hombres	9.8	mayor en hombres
Fuente: Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2021)								

Aguascalientes, para 2020 (INEGI, 2021), fue el segundo estado con mayor tasa de suicidios por cada 100 000 habitantes con una tasa de 11.1 frente a la de 14 de Chihuahua; las tasas de suicidio en Aguascalientes según el género es 13.84 para hombres y 3.46 para mujeres.

Intento e Ideación Suicida. En contraste con el acto consumado de suicidio, la ideación suicida tiene una prevalencia relativamente equilibrada entre hombres y mujeres en la población de 10 años o más, las diferencias se ven en la tabla 5.

Tabla 5				
<i>Porcentaje de población en México con ideación suicida según la frecuencia y por género</i>				
Género	Siempre o muy	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez

	frecuente			
Mujeres	6%	7%	35%	51%
Hombres	4%	3%	34%	59%
Fuente: Valdez-Santiago et al., 2023				

Sin embargo, la población de mujeres se mantiene con mayor probabilidad de realizar un intento suicida en algún momento de su vida (tabla 6).

Tabla 6
Probabilidad de intento suicida por grupo de edad según el género

Género / edad	10 a 19	20 a 29	30 a 39	40 a 49	50 a 59	60 o más
Mujeres	6%	4%	2%	3%	2%	1%
Hombres	2%	2%	1%	1%	1%	1%
Fuente: Valdez-Santiago et al., 2023						

Como dato relevante en este sentido y como posible explicación se puede observar cómo en Aguascalientes (Hermosillo de la Torre et al., 2020) la tentativa suicida, donde las mujeres tienen mayor prevalencia, suele ser con métodos menos definitivos (intoxicación médica o instrumento cortante), mientras que la defunción por suicidio, donde hay más hombres en porcentaje, suele ser métodos más agresivos (ahorcamiento).

Consumo de Alcohol. En todas las edades se nota que existe una mayor tendencia en hombres por un consumo de alcohol y consumo excesivo del mismo (Tabla 7).

Tabla 7
Porcentaje de participantes que consumen alcohol

Grupo de edad	Género	Consumo menor	Consumo excesivo (a un año)	Consumo excesivo (a un mes)
Adolescentes 10 – 19	Hombres	22	15	6.1
	Mujeres	19.2	12.7	4.2
Adultos mayores a 20	Hombres	67.3	53.5	28.8
	Mujeres	44.6	28.4	10.1

Fuente: (Ramírez-Toscano et al., 2023)

Poder social. Gracias a recientes legislaciones, la división de poderes es más equitativa entre hombres y mujeres en la cámara de diputados y el senado, sin embargo, todavía está la tendencia dentro de instituciones gubernamentales a dar preferencia a varones. En los casos menos graves (INEGI & INMUJERES, 2023) la diferencia en la administración pública es del 11% (jefaturas departamentales), en otros llega a ser del 50% (titulares de unidad). Otro ejemplo es cómo en ciertas zonas del país hay una sobrerrepresentación de varones cuando la misma ley exige la paridad de género en alcaldías y presidencias municipales (Oaxaca tiene más del doble de regidores varones que mujeres).

Impacto de la Masculinidad Impuesta en el Bienestar Personal y Social

Estas estadísticas muestran las desproporciones en que se viven problemas sociales según el género. Tomando como ejemplo los homicidios, se observa que las dinámicas de crecimiento y disminución no son iguales, no hay correlación, esto pone en relieve las diferentes motivaciones detrás de los homicidios de hombres, de mujeres y los feminicidios (Instituto para la Economía y la Paz, 2024); si seguimos el ejemplo de empleo y uso del tiempo se pone en énfasis la observación feminista de la división del mundo entre público y privado para hombres y mujeres respectivamente como una imposición social (Connell, 2003; Guttman &

Viveros Vigoya, 2005; Olavarría, 2020) además de la creciente exigencia para las mujeres de una doble jornada laboral (una en las oficinas y otra en casa) y las mujeres con deseos de romper estos patrones exigen más a sus parejas hombres su involucramiento en las labores de la casa y la crianza, lo que suele servir de puerta para que los hombres mismos se den cuenta del proceso de deshumanización sobre sí mismos que implica la estructura social en la que viven (Connell, 2003; hooks, 2004). No es sorprendente que varios hombres al toparse con estas exigencias y al mismo tiempo la imposibilidad de cubrir las necesidades básicas propias y para sus familias recurran a esquemas antisociales como el narcotráfico como la única alternativa para cubrir su rol de “proveedores” o incluso como un tipo de venganza social en donde al ser vulnerados buscan reafirmarse en lo que pueden (de Stéfano Barbero, 2022; Núñez Noriega, 2016).

Los datos apoyan la noción de ciertas expectativas de lo que socialmente se solicita para los hombres y las mujeres, ¿Qué pasa cuando se transgreden estos límites? González Arriola (2016) examinó la experiencia de dos hombres que fueron violentados por la transgresión de estas normas culturales, por no encajar en el modelo hegemónico de masculinidad de sus respectivos contextos. El participante El narra, por ejemplo, cómo al interesarse por la cocina su abuela le decía ‘ándale mi mariconcito’, dándole un delantal, o cómo ocultaba que bordaba a su padre porque este le decía ‘que ya parecía mujer’. González Arriola se apoya de la postura de Connell y Butler al señalar que la masculinidad es una co-construcción y una resignificación constante en el cuerpo y la conducta donde la sociedad, cercana y lejana, castiga a quienes se salen de la norma o no encajan en los estándares, plantea que “la violencia a la que estaban expuestos los participantes es justificada en función de las supuestas características que debe cumplir según su género” (p. 1168).

Reconocer la vulneración que todas las personas viven por la división patriarcal y sus

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

restricciones en el orden de género está en el centro de una transformación social; reconocer la condición de género como mutable y, al mismo tiempo, ubicada una situación de violencia por el orden de género patriarcal está en el centro de buscar y apoyar la transformación de las ideas que se sostienen socialmente sobre el género.

Una vez reconocida la vulneración o encontrado el soporte cercano para realizar algo más habitable, las masculinidades se desenvuelven hacia relaciones más profundas y satisfactorias, lo cual se extiende a la construcción de una comunidad más cercana para las personas que la habitan; se evidencia cómo el cambio social nace de la transformación desde espacios de círculos más íntimos. Herron et al. (2020) hablan de cómo la apertura desde la comunidad es algo que buscan muchos hombres y lo desarrollan activamente aun cuando se sienten incómodos de exponerse totalmente; los hombres construyen relaciones para cubrir sus necesidades y parece estar esa construcción en la base de una comunidad más sensible. Esta investigación encuentra eco en los resultados de Harding y Fox (2014) que plantean que la seguridad para expresarse se genera cuando se da un sentido de normalidad al sufrimiento y confusiones que pueden toparse entre sus pares o con referente a alguna figura pública. Este deseo de conectar y comunicar contrapuesto al deseo de protegerse también se observa en Sharp et al. (2022) cuando los participantes describen cómo para alcanzar una apertura emocional entre hombres es usual recurrir a actividades intermediarias como mecanismo de protección que permita abrirse sin sentirse tan vulnerables por el riesgo percibido que implica ser un hombre y hablar de los malestares emocionales o psicológicos.

Se buscan y crean mecanismos para transformar las relaciones y las nociones fundamentales de identidad para ser más habitables; la masculinidad se cuestiona, se replantea, se performa y moldea constantemente con estas transformaciones. En la búsqueda de una

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

vivencia más habitable de la masculinidad se vuelve una necesidad los espacios que garanticen una exploración y soporte emocional en el proceso mismo de cuestionarse los fundamentos sobre los que uno se cimentó, proceso doloroso y del que nunca se sabe con antelación cómo resultará (Butler, 2021).

La Terapia como Agente Catalizador de la Transformación

Transformar la idea de lo que implica ‘ser un hombre’ tendrá impacto en el cuidado de sí; orientar las masculinidades a una visión más flexible, capaz de manejar la vulnerabilidad y de sensibilizarse a sus propios deseos de seguridad, protección y afecto debe ser una prioridad para mejorar la calidad de vida de la sociedad y de las personas individuales. De Stéfano Barbero (2022) señala la posición vulnerable como necesaria para generar el cambio y donde más se encontrará la resistencia. Es preciso apoyarse de los recursos ya presentes en los consultantes de terapia para llegar a un cambio profundo y significativo. Retomar la vulnerabilidad como herramienta para el cambio social y transformar la relación de la masculinidad con la violencia. Cepeda Hernández (2019) añade a esto la propuesta de trabajo en terapia sobre la “dificultad de expresión emocional, el proceso de reconstrucción y la transformación de la masculinidad” (p. 268) como ejes de acción.

La terapia como espacio de transformación amerita atención para expandir su visibilidad y ser un recurso real para más masculinidades. Es destacable el poco uso que le da la población masculina cis género al recurso de la terapia y debería ser un interés prioritario para los psicólogos clínicos investigar este fenómeno y atenderlo para mejorar la calidad de su ejercicio y aumentar el impacto que tiene lo clínico en lo social e institucional. Es necesario valorar los factores alrededor del cuidado de sí y del bienestar psicológico en hombres. Podemos plantear que el interés principal de los estudios de masculinidades es cómo llegar a una vivencia de

masculinidades menos sufrientes; al poner en foco el sentido de bienestar personal y los modos en que se vulnera a las personas se desafían los modelos hegemónicos y se abre la formación de nuevas configuraciones de vivencias válidas y posibles.



Método

Fábrica de Caso

La fábrica de caso es una metodología de investigación y teorización usada en el psicoanálisis para trabajar sobre hechos de interés presentes en la clínica. Se toma esta metodología desapegándola de la clínica psicoanalítica, por lo que no se busca teorizar con elementos propios del psicoanálisis, reconociendo sus orígenes.

En su artículo, Ávalos Pérez y Orozco Guzmán (2014) argumentan en favor de la fábrica de caso no como un producto final, sino como una elaboración para la discusión con otros expertos del área; iniciar o continuar una discusión para rectificar los elementos presentados, para la crítica constructiva de la puesta en escena de los elementos teóricos trabajados. Siendo una práctica propia del psicoanálisis, el método de fábrica de caso trabaja con “el precepto básico del inconsciente; una ligazón transferencial del investigador con lo estudiado, la particularidad del caso por caso y una inagotabilidad que impide decir todo sobre el mismo” (Avalos Pérez & Orozco Guzmán, 2014, p.14). La base fundamental de la fábrica del caso, al menos en su uso dentro de las teorías psicoanalíticas, va ligada con el ejercicio propio del psicoanálisis: “El fundamento del inconsciente se observa al considerar que los diferentes discursos utilizados en el proceso de fabricación están ligados de una manera en la que por sí mismos enuncian una verdad que se manifiesta” (p. 14); corresponde entonces hacer una diferenciación de elementos constituyentes de esta metodología para los alcances de este trabajo.

En la conclusión de su artículo, Avalos y Orozco dicen que “la fábrica de caso es una metodología que consiste en la reconstrucción de un caso clínico o acontecimiento de interés partiendo de los diversos elementos discursivos que la señalan, y por ende, de los

que forma parte” (p. 14); esto es la reconstrucción desde el discurso de las personas de interés para la fábrica. Agregan que el principio de este trabajo es “la reapertura y la reflexión de la teoría partiendo de las coincidencias, los puntos de encuentro, incongruencias y discontinuidades que va descubriendo su análisis” (pp. 14-15); esto es la comparación y contraste entre los relatos mismos y más tarde entre los planteamientos teóricos con la síntesis de los relatos encontrados en formato de ficción, la fábrica; el desarrollo de la discusión sobre su pertinencia en la realidad observada, así como la propuesta de nuevas visiones o la reivindicación de viejas visiones reformadas; la realidad es analizada por la teoría y es la teoría la que se discute. En lo referente a la presentación del caso mencionan dos elementos clave, siendo “la presentación formal del caso [...] evitando hacer mayores conjeturas teóricas previas; y la reflexión teórica que surge de este” (p. 15); la presentación es bastante directa, es poner en un primer momento la cuestión que se trabaja dentro de la fábrica, sus personajes, escenarios y contextos que serán tratados, es el lugar del que se parte para la discusión, la fábrica propiamente.

La fábrica de caso no implica interpretar a la persona, sino teorizar a partir de los hallazgos de un caso pues este “puede permitir ilustrar nociones conceptuales, o aún mejor, el poder teorizar a partir de lo encontrado en el caso, o bien el presentar una problemática clínica” (López, 2006, p. 27). Es toparse con una situación enigmática, que llama la atención por un acto o serie de actos para los que no hay una explicación teórica plena, es por lo mismo que la fábrica abona a una discusión más que generar interpretación: según los elementos que nos topamos, elementos varios y bien sustanciados hay que puntualizar el cómo podemos comprenderlos. Las nociones conceptuales serán el lente por el que se busca estructurar los eventos y darle un sentido para la discusión. La incógnita es la antesala a “una serie de redes significantes que compromete en la búsqueda de una serie de efectos de sentido que se puedan

producir” (p. 27), siendo el investigador en fábrica de caso el que agrupa y da sentido a las relaciones entre significados, se entiende que los significados no existen por sí solos y es la posterior fundamentación lo que sostendrá la producción. El caso lo compondrá entonces esta acción o patrón de acciones con las que un investigador se topa, sobre la que formula una interrogación a falta de una teoría sólida que lo explique, razón por la cual no hay una respuesta clara ni evidente; se requiere entonces analizar y teorizar sobre esta red de significantes, conocimientos específicos fundamentados en experiencia y teoría, que se encuentra uno al adentrarse profundamente en testimonios, documentos, historias, videografía, todo lo que haya disponible para cimentar el hallazgo.

En todo momento del establecimiento de esta ficción se juega el lente y las formulaciones de un autor o grupo de autores en servicio de la comprensión más profunda y compleja de la realidad discursiva y por lo mismo exigente de una formulación robusta, no es mera ocurrencia, “es así que en la fábrica del caso uno no puede anteponer nada, es preciso adentrarse en todos los documentos y testimonios disponibles para poder atreverse a hablar un poco [...] de una temática que el caso pueda ilustrar, pero siempre teorizando a partir del caso, y no a la inversa” (López, 2006, p. 28).

Desde una exposición previa al hallazgo, un interés casual incluso, se puede empezar a encontrar indicios de algún patrón; se debe profundizar en toda información disponible y solo entonces empezar a teorizar como ejercicio de la curiosidad que se esfuerza por formular un sentido, mas no un significado; es indagar cómo se presenta el patrón y no su razón.

Se podrán reconocer los patrones más nunca sus significados específicos, es ahí donde entra la teorización para concretar los elementos en juego como una conceptualización sujeta a crítica y discusión. Macías López (2006) advierte justamente de los riesgos de no hacer una

indagación profunda que llevan a “conclusiones apresuradas y deficientemente conceptualizadas” (p. 30). Los casos y conceptos en ellos ilustran incógnitas de las teorías, problemas dentro del ejercicio de la clínica y la discusión de estos.

La fábrica de caso, como método cualitativo, se encargará de iniciar una discusión teórica de los alcances de las teorías y modelos existentes en las ciencias sociales y humanidades desde la creación de una ficción que represente las carencias y límites de estos a la vez que establece un análisis teórico y propuesta. La ficción debe contar con elementos que la vuelven plausible al estar basada en el análisis de una colección de realidades narrativas⁹ del fenómeno en específico. Su objetivo es presentar un retrato realista, una evolución de patrones observados para discutir la pertinencia o limitaciones de las teorías a su alrededor; notar cómo la formulación de esta narrativa se ve limitada por las teorías que lo sostiene y contrastarlo con las múltiples realidades para generar teorizaciones diferentes; por supuesto estas formulaciones son propuestas para su crítica y discusión también. El producto final de este método es una ficción acompañada de una discusión teórica que busca cambiar o complejizar narrativas previas, discusión teórica informada por las realidades exploradas, interrogadas y analizadas.

Los pasos de este método narrativo de investigación son: 1) Exposición al campo de estudio, 2) muestreo teórico (fuentes documentales y testimoniales), 3) fabricación del caso y 4) discusión teórica sobre la formulación narrativa.

Diseño de Investigación

Exposición al Campo de Estudio

El trabajo nace de una inquietud desde el ejercicio clínico y la revisión de casos. Al trabajar de la mano con colegas y percatarse de ciertas constantes en los varones cis que tomaban

⁹ Por narrativas podemos considerar, pero no reducir la lista, a las siguientes construcciones de realidad narrativa: discursos, teorías, epistemologías, biografías, historias de vida, ficciones mediáticas, teologías, pedagogías, etc.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

el proceso terapéutico de manera voluntaria y se mantenían en este; cabe mencionar, de manera anecdótica, que una proporción equivalente de hombres cis que iniciaron un proceso lo abandonaban después de pocas sesiones (por lo general después de la primera sesión). Esto llevó a una inquietud sobre si existe alguna similitud entre los pacientes varones que permanecían y a la idea de que, más que una singularidad entre los pacientes, pudiera ser una singularidad en el trabajo (métodos, estilo de intervención, puntos de intervención, etc.) que daba pie al proceso de transformación dentro del contexto terapéutico con manifestación distinta para cada paciente, pero según a sus necesidades.

Esta curiosidad dio lugar a la revisión de antecedentes sobre el modelamiento del género, la performatividad y la formación de los modelos de masculinidad en la subjetividad.

Esta exposición previa al trabajo en clínica privada con consultantes¹⁰, específicamente con los hombres cis género, corresponde al inicio del trabajo de campo del que se basa la construcción de la fábrica de caso.

Muestreo Teórico.

Al igual que en la teoría fundamentada, el propósito del muestreo teórico es generar una base de conocimiento hasta llegar a un punto de saturación teórica, donde la información que sigue apareciendo es repetitiva o se considera que es suficiente para dar base a una construcción teórica (Requena et al., 2006). El campo del que se busca información, en el caso de la fábrica de caso, se amplía para considerar también elementos culturales, por lo que las fuentes de investigación son documentales, testimoniales y culturales/mediáticas.

Fuentes de Investigación Documental: Estudios Empíricos. Se realizó una primera

¹⁰ Los términos para referirse a quienes recurren a los profesionales de la salud mental cambian según la corriente teórica y por preferencia de cada profesionista. En lugar de intercambiar entre usuario, paciente, consultante, cliente u otra variación, se ha optado por usar de manera exclusiva “consultantes”.

investigación documental sobre investigaciones de hombres en terapia, predominantemente del mundo angloparlante, por lo que el contexto mexicano no fue bien representado y no cubre los intereses contextuales de esta investigación. Sin embargo, este acercamiento a la literatura fungió como primera comparación de algunos estudios existentes.

Fuentes de Investigación Testimonial: Trabajo de Campo en la Clínica

Dada la naturaleza de este estudio, el rescate de las experiencias clínicas, existe un obstáculo en razón de la confidencialidad. No es posible compartir los contenidos específicos de los consultantes ni datos particulares, pero el método da la alternativa de sustraer de la experiencia clínica elementos de interés intuitivo para generar una tentativa de explicación. En este caso, fue la recurrencia el elemento de interés a partir del que se genera la investigación: de los momentos y eventos de transformación, de intervenciones que generaron cambio y de las problemáticas señaladas por los consultantes. Estos elementos y su reaparición constituyen lo que intuitivamente formó la base de la investigación, las suposiciones iniciales.

Las suposiciones se formaron del rescate de los elementos de interés: desde la misma consulta, del testimonio de los consultantes en la privacidad de la terapia. Sin embargo, esto queda en resguardo, entonces del testimonio quedan las notas clínicas¹¹. Estos documentos surgen las múltiples experiencias con los consultantes desde un lente en particular del terapeuta¹² en una intervención igual de particular,

¹¹ En este caso, las notas clínicas son escritas después de la sesión, son las recolecciones del terapeuta que son registradas inmediatamente después de terminada la sesión en un formato de diseño propio que sirve para registrar la evolución de los pacientes dentro del proceso terapéutico.

¹² El terapeuta sigue la corriente gestáltica, desde la cual los criterios de salud se determinan por la flexibilidad, psicológica y conductual, el desarrollo de una práctica reflexiva y un sentido subjetivo de comodidad orientada hacia el crecimiento con el entorno social y físico como agentes activos en este crecimiento. Los puntos de interés en las notas clínicas, como las maneja el autor de esta tesis al menos, se centran entonces en este proceso de transformación: las rigideces de ideas o conductas, los factores del entorno que interrumpan o favorezcan la flexibilidad, las acciones intentadas para lograr su comodidad subjetiva, la evolución de relaciones significativas, los modos de relación con el entorno y su adaptabilidad.

Fuentes de Investigación Testimonial: Entrevista Semiestructurada a Profundidad con Consultantes.

Posterior a una primera fábrica de caso se realizó una entrevista con 6 consultantes escogidos por conveniencia, 3 propios del tesista y 3 con terapeutas externos, con la intención de expandir el material de análisis desde la óptica de usuarios y nutrir así la fábrica.

Para la participación en esta entrevista se requirió de la firma de un consentimiento informado como requisito para su participación, posterior a la firma se les extendió el aviso de privacidad y una primera versión de la fábrica de caso (Anexo 3) siguiendo la visión del consultante “Roberto”.

Para mantener el anonimato de los participantes se les asignó la codificación de C, por consultante, con el numero correspondiente al orden de su entrevista.

Las entrevistas se realizaron posterior a la lectura de la fábrica de caso, cuando fue posible, estas se realizaron de manera presencial, solo se dio el caso con el C6 que se realizó por videollamada. Se grabaron las entrevistas entre el C2 y C5, siendo que la información del C1 se dio en el contexto de una sesión de terapia y la entrevista con el C6 fue de manera virtual sin opción de grabación de llamada (*Whatsapp*). Posterior a cada entrevista se registraron los datos en una bitácora para el rescate de elementos que sirvieron para el desarrollo de la fábrica.

Lineamientos de la entrevista: preguntas y consideraciones

Las entrevistas fueron semiestructuradas donde se partió de tres preguntas principales y preguntas subsecuentes para profundizar en la respuesta: ¿te parece que la historia de Roberto es representativa de un proceso de terapia?, ¿existen elementos de la historia con las que te hayas identificado?, ¿existen elementos de la historia que te hayan parecido irreales?

Criterios de inclusión para Consultantes

- 1) Participación y permanencia voluntaria: los participantes eligieron de manera libre iniciar y permanecer en un proceso terapéutico.
- 2) Proceso personal: los participantes tomaron el proceso terapéutico para sí mismos, no como terapia de parejas, si bien el motivo inicial y tema de consulta no debe ser un asunto meramente personal.
- 3) Mayoría de edad.
- 4) Permanencia mínima en un proceso: los participantes deben tener una permanencia mínima en el proceso terapéutico de 3 meses.
- 5) Firma de “Consentimiento informado” (Anexo 1) y “Aviso de privacidad” (Anexo 2).

Criterios de Exclusión para Consultantes

- 1) Coerción en el proceso terapéutico: si el inicio del proceso terapéutico o la permanencia en este fue condicionado por una persona externa o si el proceso fue impuesto por algún agente externo al consultante, no será considerado para participar.

Consentimiento Informado y Aviso de Privacidad.

A todos los consultantes que participaron en la entrevista se les otorgó una copia digital de “Consentimiento informado” y “Aviso de privacidad” previo a la entrevista.

Análisis de información

El análisis de información se dio rescatando los puntos comunes que surgieron de las entrevistas sobre qué elementos surgían como representativos, si existía alguna identificación en la historia personal y si existía algún elemento que rompía con plausibilidad al ser irreal en la narración. También se consideraron observaciones de la estructura de la narración y la voz en la que se escribió la fábrica para la segunda versión.

Formación de categorías de análisis

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Como un primer resultado del muestreo teórico y como herramienta de análisis de la fábrica de caso, se establecieron categorías que rescatan los resultados de la investigación documental y testimonial. Estas categorías sirven como punto de análisis para vincular la ficción con los datos empíricos recabados y corroborar el cumplimiento de los objetivos.

Fabricación del Caso

Es la ficción, la narrativa de inicio a fin, que busca ser una representación de realidades sin ser por su propia cuenta una realidad empírica. Esta ficción amerita de una introducción que acerque a los lectores a su estructura y características como un trabajo de investigación para que se le juzgue en estos méritos (abarcando la teoría que fundamenta el análisis), pues la creación artística no va antes de la contribución académica que se pretende realizar con una fábrica de caso; es por esto por lo que la fábrica incluye una presentación marcando la pauta y las herramientas necesarias para interactuar con ella.

En este documento se ve la presentación de dos versiones siguiendo el proceso por el que se ha sometido a profundización y a validación; la versión presentada a Consultantes se puede visualizar en el Anexo 3 como parte de la evidencia del trabajo, pero no deberá considerarse como el producto final; en el apartado de Resultados se encuentra la versión final de la fábrica de caso que pretende ser el producto principal de esta tesis.

Consideraciones Éticas

El ejercicio de atención psicoterapéutica se rige por los códigos de ética de la SMP (Sociedad Mexicana de Psicología, 2012) así como de la FENAPSIME (Federación nacional de Colegios, 2018), ambas instituciones mexicanas con vigencia actual, por lo que las intervenciones terapéuticas se rigen por principios tales como autonomía, competencia, compromiso profesional y científico, confidencialidad, integridad, justicia y equidad, legalidad,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

respeto a los derechos humanos, responsabilidad, honestidad, calidad, comunicación, supervisión e investigación. Los casos y fueron y son atendidos por un terapeuta formado en psicoterapia Gestalt (con título en trámite para enero de 2024) y bajo la supervisión de una terapeuta certificada.

Para la fabricación del caso se solicitó previo al inicio de su escritura el permiso de los consultantes que sirven como referente práctico y su consentimiento será requerido en todas las etapas de construcción, este consentimiento se consigue a partir de la firma del “Consentimiento informado y Aviso de privacidad” así como la constante participación de ellos en la revisión de la fabricación de sus casos. No se trabajará con casos ni se publicarán sin el consentimiento del consultante.

Los casos elegidos para la fabricación están basados en procesos terminados o concurrentes con consultantes reales, por lo que toda la información que pudiera llevar a la identificación de estos incluyendo nombres, edades, ocupaciones, relaciones o fechas será modificada para mantener su privacidad sin que esto implique la pérdida de información relevante. Se procederá a modificar estos elementos sensibles a la identificación por análogos que cumplan un mismo propósito en la fábrica de caso y según el caso..

Para el análisis, la fabricación de caso, previo a su publicación, será reservada al comité tutorial y a la revisión de la supervisora de casos para garantizar la pertinencia y la valoración del ejercicio mismo práctica clínica que implicó, respetando los principios de los códigos de ética de la SMP y la FENAPSIME.

El principio por el cual se asume la publicación de esta información corresponde a los siguientes principios éticos:

Código Ético del Psicólogo (SMP, 2012)

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- Artículo 62. Si se va a ingresar información confidencial de receptores de servicios psicológicos a bases de datos o sistemas de registro, accesibles a terceras personas no autorizadas por el receptor de tales servicios como secretarías, técnicos de sistemas, invasores en la internet, etc., el psicólogo usará claves, pseudónimos, códigos y otras técnicas que eviten la inclusión de identificadores personales.
 - Artículo 68. En sus presentaciones científicas o profesionales y publicaciones, el psicólogo disfraza la información confidencial de personas u organizaciones de que tratan, de modo que otros no puedan identificarlas y que las discusiones resultantes no dañen a sujetos que pudiesen identificarse a sí mismos.
 - Artículo 121. EL psicólogo obtiene permiso y consentimiento de los pacientes, clientes, sujetos de investigación, estudiantes y supervisados para el registro o grabación electrónica de sesiones o entrevistas o si se requiere que revelen situaciones personales.
 - Artículo 134. El psicólogo discute la información confidencial obtenida en relaciones clínicas o de consultoría, o los datos de valoración relativa a pacientes y clientes, ya sea a individuos u organizaciones, estudiantes, sujetos o participantes en investigación, supervisados y empleados, únicamente para los propósitos apropiados de tipo científico o profesional, y sólo con las personas clara y adecuadamente relacionadas con dichos asuntos. El psicólogo muestra información confidencial sin consentimiento del individuo, sólo cuando le obligue la ley o cuando ésta lo permita para propósitos válidos tales como:
 - Proveer servicios profesionales necesarios al paciente o al cliente individual u organización.
 - Para obtener consultoría o asesoría profesional adecuada.
 - Para proteger al paciente, cliente u otros, de algún daño.

- Para obtener el pago de servicios, en cuyo caso, la información que muestre se limitará al mínimo necesario para lograr dicho propósito, o
- Actuar como psicólogo perito, auxiliar de la administración de la justicia, en cuyo caso proporciona todos los elementos técnicos, científicos y relativos a los resultados de evaluaciones psicológicas para formar la convicción de un juez.

Código de Ética (FENAPSIME, 2018)

- Principios éticos: 3 Compromiso profesional y científico. Los profesionales de la psicología contribuirán al desarrollo de conocimiento científico y técnico acerca del comportamiento y los procesos cognitivos del ser humano y a la comprensión que las personas poseen sobre sí mismas y sobre los demás, y utilizarán tal conocimiento para mejorar la condición de individuos, familias, grupos, comunidades y de la sociedad. Desarrollarán sus actividades dentro de la sociedad de acuerdo a las normas éticas, y estimularán el desarrollo de estructuras y políticas sociales que beneficien a todas las personas y pueblos.
- Principios éticos: 4 Confidencialidad. Los profesionales de la psicología tendrán como obligación básica la confidencialidad de la información obtenida a partir de la relación profesional. Solo revelarán la información con el consentimiento de las personas o del representante legal de las mismas, excepto en aquellas circunstancias particulares en que de no hacerlo llevaría a un evidente daño a las personas u a otros, o salvo orden judicial expresa.

La información obtenida en base a su relación laboral podrá ser utilizada en el trabajo educativo de tal forma que no sea posible la identificación de la persona, grupo o institución de que se trata.

Resultados

Bitácora de Campo Clínico

En la primera etapa del trabajo se enfocó en alcanzar una saturación teórica dentro la experiencia clínica, el eje de análisis fue la identificación de la performatividad de lo masculino para reconocer su transformación. En este sentido se inició una bitácora para aterrizar observaciones y reflexiones dentro de los procesos, sin señalamientos específicos a pacientes, y sobre la misma práctica del ejercicio del terapeuta en el periodo de agosto 2023 a mayo 2024. Como complemento en los casos de trabajar con pacientes con mayor antigüedad, se recurrió a los expedientes clínicos de los pacientes cuyo proceso inició antes de este periodo de señalado.

Los criterios para el análisis fue la sospecha a la práctica propia, relatos con dinámicas generizadas, prácticas en sesión que reformulan nociones tradicionales de género, relatos ligados a dinámicas propias de la masculinidad en el orden cultural dado.

A continuación, se señalan los puntos que se encontraron de interés para la investigación.

- El terapeuta como punto de reflexión de otras relaciones desde la confianza, pero sigue siendo una figura distante para los pacientes.
- Las emociones surgen rompiendo la imagen cotidiana de alegría o relajación.
- Los padres son un punto de apoyo y cuestionamiento muy importantes. La relación con el padre es distante o tensa, con la madre varía mucho.
- La autorrevelación del terapeuta en situaciones de resonancia son un punto de encuentro y vinculación para la alianza terapéutica.
- Se reconocen temas “importantes”, pero se mantiene una distancia, un desinterés en ellos, no se involucra.

- La paternidad es un punto de suma importancia e interés. Sea real o como proyecto, sirve como reflexión de acciones y relaciones hacia algo ‘mejor’.
 - Visión que compara al padre que tuvieron con el padre que ellos desean dar.
- “No lo sé” es una respuesta increíblemente recurrente ante preguntas sobre cómo se sienten o qué quieren. Pobre visión de un proyecto de vida.
- La pareja es una relación con mucho poder de regulación emocional: si la pareja está tranquila y no hay discusiones, todo está ‘bien’.
- La confrontación no es problema cuando se entienden los términos de respeto: no ataque, confrontación.
- Interrogaciones al terapeuta como modelo de confianza y figura de autoridad: “¿tú qué piensas?”.
- Deseo de comunidad, desconfianza de familia y otros amigos que no han demostrado que no se abren a la sensibilización.
- La pareja, teniendo mucha influencia, empuja al cuestionamiento.
- Recurrencia de una apariencia de “todo está bien”, no hay temas por hablar, desinterés superficial por trabajar, pero al presionar sale a la luz temas que generan malestar.
 - Minimización de problemas
- Comprensión de vulneraciones desde la interseccionalidad: etnia, raza, clase económica, posición legal, etc.

De este primer análisis se realizó la primera versión de la fábrica disponible en el Anexo 5, misma que se presentó a los consultantes para sus entrevistas. El propósito de esta primera

versión fue identificar los elementos que para los consultantes fueran más a fines a sus experiencias o situaciones en las que se identificaban con las acciones, pensamientos o sentimientos del protagonista.

Bitácora de Entrevistas a Consultantes

Los consultantes fueron elegidos a conveniencia entre aquellos propios del tesista y entre conocidos que cumplieran los criterios de inclusión; ninguno había tenido un acercamiento previo a la historia y las entrevistas fueron acordadas en cuanto se dio la lectura.

En la entrevista con C1 planteó desde el inicio una identificación que tuvo con el personaje de Roberto y se comparó con este, mencionando que se vio reflejado, que “él había vivido algo distinto, pero lo mismo” y que le hizo “sentir bien al pensar que era posible cambiar”. Especificó que no era una narración “igualita” a lo que él ha vivido en su proceso, pero la percibió real y cercana a su propia historia.

El C2 indicó que se identificó con algunos elementos de la historia y que la fábrica por sí misma le resonó a muchas personas en su círculo cercano en modos de relación y conductas. Señaló que él no asumía la masculinidad como un tema central en su proceso, pero sí coincidía y observa que surgen temas a lo largo del proceso que se ven relacionados a este tema, “la relación con los padres o incluso otras personas”, “de pronto, indirectamente, uno siempre lo está tocando”, dijo al reconocer la identificación parcial. Le pareció pertinente señalar los sentimientos alrededor de la terapia “el temor a lo que viene o la búsqueda de soluciones muy fáciles”.

Al hablar con el C3 empezó un matiz en las respuestas. Por un lado dijo que la historia es muy creíble de “una persona cualquiera”, “cuando lo leía había partes con las que me identificaba y otras no” por falta de familiaridad con los temas tocados. Se identificó con Roberto donde él tenía la idea “de poder solo, no pedir ayuda” y también de cosas que no se profundizan, pero le

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

agradaron, en especial “donde sale con su novia y paga todo”. Consideró con respecto al proceso, “suena lindo el proceso, me pareció demasiado lineal” y señaló que era incluso “el paciente ideal” en comparación con la realidad de lo que implica iniciar el trabajo en salud mental como hombre.

El caso del C4 señaló que consideraba que la historia sonaba a algo “que alguien hubiera escrito”, donde hubo un primer acercamiento a la psicología que le permitió identificarse. Señaló el rompimiento que tuvo Roberto con una pareja como un elemento con el que se identifique. Como comentario agregó que la historia le parecía que no se daba “un porqué de la terapia” o se iba a otros temas que no tenían que ver con el ir a terapia, “se va por las ramas” menciona.

El C5 se identificó con “bastantes de las situaciones” de la historia, “cuando menciona esto del estoicismo y querer resolver los problemas por uno mismo”, también señaló como pertinente la “figura paterna ausente” que presenta la historia, lo demás de “los problemas que lo motivaban a buscar terapia” no le resonaron en lo personal, agregando que él buscó la terapia “para mejorarme a mí mismo”. Un elemento realista que señaló es la falta “de amistades entre hombres, de ayudarnos”, el no “encontrar ayuda entre hombres” le pareció un tema relevante y que la volvía creíble. Mencionó su interés además por elementos de la presentación, la base teórica, señaló de manera específica “que los hombres que perseguimos alguna causa social eventualmente terminamos dándonos cuenta del patriarcado”.

Finalmente, el C6 mencionó que sí le parece una historia totalmente plausible para gente que conoce, si bien especificó que él no se identificaba en nada con el personaje de Roberto. Al preguntarle sobre qué tan reales eran los elementos dijo que sí lo eran “la presión social, el deseo de encajar, son cosas que nunca me afectaron, pero que sé que a otros sí”; lo que mencionó como irreal era la cantidad de actividades que realizaba Roberto, “no hay tanto tiempo en el día, y

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

todas esas cosas, batería, ejercicio, salir con amigos y actividades culturales, son muy demandantes, no hay tiempo para todo”. Al preguntarle si había algo más que agregar mencionó que ciertos elementos de la parte teórica sí le sonaban importantes, que le resonaban con su historia de vida en especial, pero que no vio en la historia escrita: “sé que no es lo de todos, pero para mí fue muy real eso, el no llorar, en no quejarse, aguantarse, ser macho ante todo, eso lo viví y te vuelve... vulnerable, no te permite quejarte o poner un alto cuando una mujer u otro hombre te lastiman”.

En consideración de estas retroalimentaciones se profundizó en los elementos que resonaron más: relaciones familiares, dificultades en noviazgo, soledad, autoexigencia en ser independiente, expectativas de dureza y cómo las vías de salida están ligadas al estrato económico, mejorar relaciones cercanas, orientación política o la búsqueda de una expresión emocional más libre.

También se eliminaron otros puntos que o fueron señalados de manera específica por los consultantes o se consideró no aportaban a la construcción de la ficción de manera suficiente: una cantidad irreal de actividades, lo “ideal” que resultaba el personaje para estar en terapia, los problemas estereotípicos con el alcohol con los que ninguno se identificó en lo personal.

Se optó cambiar planteamiento de la historia, pasar de “la historia de alguien en terapia” a los desafíos o situaciones que afectan la salud mental desde la masculinidad y cómo, en esta historia, la terapia puede ser un recurso de gran ayuda. De ahí que se expandió la extensión al volverse una narración de una vida donde, en retrospectiva y gracias a varios procesos, hace un recuento de lo que le ayudó y lo que le perjudicó en su construcción de salud mental.

El resultado es la fábrica de caso que se presenta más adelante.

Categorías de Análisis Teórico

La ficción que se presenta es, igual que toda representación, un vehículo para reconocer

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

las realidades posibles de las múltiples experiencias y abrir el panorama a su transformación; sin embargo, es necesario un marco de referencia interno. En el apartado de Estado de la Cuestión de este trabajo se establecieron cinco categorías de artículos revisados antes de hacer la vinculación entre estos desde el concepto de la performatividad. Estas categorías quedaron como 1) Trabajo Clínico y Perspectiva de Género; 2) Cambios Vitales como Indicadores; 3) Terapia; 4) Comunidad y Sociedad, Efectos del Entorno y 5) Artículos Teóricos, Llamados a la Acción. Estas categorías fueron retomadas como base y se consideraron los hallazgos de las entrevistas para diseñar 5 categorías desde los temas emergentes alrededor del objetivo de esta tesis, analizar las transformaciones a lo largo de procesos psicoterapéuticos voluntarios en hombres cis como operadores de su performatividad y operandos de ideas de masculinidad presentes en su vida.

Estas categorías se usaron como base de análisis y se expandieron en subcategorías para detectar los matices que agarran cada una de las influencias según las coincidencias y particularidades que surgían en la ficción en relación con la literatura e investigación testimonial. A continuación, se presentan las categorías resultantes, con subcategorías y las definiciones operativas para determinar la inclusión:

- 1) Perspectiva de Género: el impacto que tienen los distintos profesionistas que trabajan con hombres y masculinidades a partir de los conocimientos o ignorancia de la influencia de roles de género en sus experiencias y las necesidades de estos.
 - a) Influencias sociales: reconocimiento de las personas profesionistas de expectativas y condiciones sociales alrededor de la masculinidad que influyen en su conducta.
 - b) Empatía: disposición activa donde las personas profesionistas priorizan reconocer los recursos y necesidades frente a expectativas de lo que se debería hacer.

- c) Invisibilización: desconocimiento o invalidación de las expectativas sociales y condiciones alrededor de un sujeto que permite comprender sus conductas particulares con mayores matices.
 - d) Naturalización: atribución de ciertas conductas o actitudes a cierta condición de género de manera intrínseca.
- 2) Adaptaciones: cambios en conductas o actitudes alrededor de situaciones que surgen espontáneamente y que llevan a los hombres a replantearse estrategias previas en torno a la masculinidad (identidad, relaciones, recursos, posibilidades, percepciones y conductas) desde una insuficiencia percibida.
- a) Relaciones cercanas: cambios incentivados por una relación cercana.
 - b) Distracción: cambios como medida de evitación a un estado de malestar o un problema percibido.
 - c) Defensa: cambios reactivos ante una amenaza percibida.
 - d) Prevención: cambios incentivados en evitar una amenaza o malestar potencial.
 - e) Curiosidad: cambios exploratorios.
 - f) Desarrollo personal: cambios incentivados por mejorar las condiciones actuales observadas.
- 3) Terapia: conocimientos acerca del trabajo en psicoterapia y en salud mental, así como experiencias personales con profesionales de la salud mental que influyen de manera positiva en la visión del uso de la terapia como un recurso más en sus estrategias de trabajo personal.
- a) Análisis: comprensión del proceso terapéutico como un momento para explorar las conductas, pensamientos y actitudes para dar un sentido a lo que no se

- comprende.
- b) **Habilidades:** comprensión del proceso terapéutico como una interacción donde se le dota al paciente/consultante de herramientas o habilidades emocionales y sociales para la resolución de problemas.
 - c) **Vinculación:** comprensión del proceso terapéutico como una relación de apoyo que genera un estado de seguridad, donde no se le atacará y donde es bienvenido.
 - d) **Desilusión:** comprensión del proceso terapéutico como una pérdida de tiempo
- 4) **Comunidad y Sociedad:** nociones tradicionales en el contexto social cercano de los hombres que marcan pautas sobre qué implica la masculinidad, sus posibilidades, responsabilidades y la flexibilidad (o falta de esta) de estas normas. Estas nociones pueden expresarse también como creencias que las personas asumen sin cuestionarlas.
- a) **Apoyo:** conductas y acciones específicas que se realizan hacia los hombres para generar un sentido de soporte y pertenencia por personas del círculo social cercano. Principalmente se refiere al soporte emocional, pero puede incluir otras expresiones.
 - b) **Estereotipos de género:** perpetuación de las expectativas normativas de género por parte de personas del círculo social cercano. Estos son tanto hacia los estereotipos de hombres como los de mujeres.
 - c) **Violencia:** normalización de los actos de violencia para el género masculino, tanto ejercidos por ellos como hacia ellos, es decir, la expectativa social de que los hombres son violentos. Se consideran todos los tipos de violencia en esta categoría.

- d) Ausencia: normalización de las omisiones o desatenciones realizadas por figuras masculinas y hacia figuras masculinas como resultado de las expectativas de género hacia los hombres.
 - e) Reconocimiento: premiación de conductas y actitudes deseables dentro de las expectativas sociales para los hombres en sus círculos cercanos.
 - f) Castigo: censura de conductas y actitudes no deseables dentro de las expectativas sociales para los hombres en sus círculos cercanos.
- 5) Llamados a la Acción: acciones específicas que se realizan para cuestionar o expandir las posibilidades de lo que implica la masculinidad para un modelo presente, en otras palabras, desafía las prescripciones y proscripciones que existen sobre la masculinidad.
- a) Flexibilidad: acciones que expanden las posibilidades de masculinidad; esta expansión que desafía las expectativas normativas no rechaza la identificación con lo masculino, sino las limitantes que se le ponen socialmente.
 - b) Vulnerabilidad: acciones de sensibilización y expresión de malestares cuyo reconocimiento en los hombres está censurado por los estándares de masculinidad.
 - c) Autoconocimiento: acciones que interrogan creencias populares sobre la masculinidad en favor del desarrollo de una consciencia personal y de la autodeterminación de creencias.
 - d) Responsabilización: acciones que llaman la atención sobre conductas basadas en estereotipos de género y plantean una reorganización de creencias y conductas más favorable para las personas involucradas.

En la narración se indicará las instancias donde aparecen las categorías, siendo estas las construcciones teóricas que dan sentido a las interacciones como muestra de las transformaciones que vaya teniendo la performatividad, la relación con los círculos sociales, las instituciones y de la terapia en esta transformación constante. Cada instancia de uso de alguna categoría como indicador será señalada simplemente con su número correspondiente entre corchetes y cursivas [1a][2b, 3c], [4cd]... sin que se interrumpa la narración.

La Fábrica de Caso, Representación de un Proceso

Introducción

La ficción que se presenta en este trabajo busca ser demostración de un camino que puede tomar un proceso terapéutico para la transformación de expresión de género masculina en búsqueda de este sentido de bienestar desde la subjetividad. Claro que este camino plasma una experiencia que tiene varios supuestos básicos que atraviesan la interseccionalidad, no por ello es menos válido, sino que por los mismos supuestos se crea de la manera que lo hace. Es el retrato de un hombre cisgénero que cuenta con suficientes recursos económicos para contar con una educación superior sin requerir un trabajo; no tiene discapacidades físicas, cognitivas o socioemocionales; se encuentra en una comunidad donde impera un orden social estable, en una comunidad que habla la misma lengua que él, con una población que lo reconoce como un igual en términos étnicos y raciales, donde su orientación sexual no representa un quiebre con la tradición, donde las ideologías (política y religiosa principalmente) que lo crían no le generan malestar y le garantizan una armonía con su entorno; en las consideraciones particulares de la ciudad de Aguascalientes, capital del estado de Aguascalientes, con su infancia cubriendo la totalidad de la década de los 90's y su entrada al mundo de la adultes (al menos en términos legales) en el año 2006. Son muchas consideraciones que son reflejo de la población que generó

su historia, si bien no todos cumplen estas características.

En esta ficción se maneja principalmente la voz y la visión de Roberto, el personaje que recuenta varios cambios en su vida y su salud mental desde una visión retrospectiva: nos habla de su pasado con ojos del presente, por lo tanto, sesgado, mal recordando en ocasiones, corrigiendo en otras; justificando, explicando, olvidando y omitiendo elementos que no le resultaron importantes considerar ya sea por preferencias o por su percepción; Roberto es un narrador que no ofrece la certeza sobre quien es, pero aporta una visión de qué lo ha formado. Para completar un poco esta visión, aunadas a las narraciones de Roberto, se agregan notas clínicas de distintas personas cuyo trabajo incide en el crecimiento y transformaciones que vive Roberto; las visiones de los psicólogos aquí tampoco son una revelación objetiva, cumplen un análisis complementario y además se apegan a las herramientas de la autoría de esta ficción, por lo que tienen sus propios sesgos que otras profesiones pudieran cubrir a costo de otras limitantes para nutrir el análisis. La visión de las terapeutas y los terapeutas será un apoyo para reconciliar los recuerdos y revisiones con las lecturas complejas dentro los procesos psicoterapéuticos que se tiñen por las intervenciones sutiles, los fracasos en el trabajo, los sesgos de los propios profesionales, los avances significativos, los cambios de actitud, los límites y logros del trabajo terapéutico, la contraparte a las narraciones propias de Roberto, los cambios en sus modos de interacción y los supuestos bajo los que trabajan algunos terapeutas.

El lente de psicoterapeuta es una excusa para dar seguimiento a Roberto más allá de lo que recuenta el protagonista. El tema central es y sigue siendo ese, la conexión entre salud mental y performatividad, preguntarse si incide y hasta qué punto lo hace el contexto terapéutico, preguntarse por aquellos hombres que se pueden identificar con Roberto si es posible ayudarlos con esta historia o con aprendizajes de la misma y plantear a la labor de las, los y les

psicólogos, como preguntarnos si hay un sentido inflado de importancia en este trabajo o al contrario un abandono sistémico a quienes trabajan temas de salud mental; si hay una carencia en la responsabilidad y formación o las realidades encontradas superan las capacidades de las personas y ponen una sobre exigencia en ellas al ser “profesionistas”.

Es también dentro del interés de este trabajo averiguar si hay alguna opción intermedia, si hay un planteamiento que rompa con esta falsa polaridad o si hay un esquema que rompa con estas preguntas.

Esta lectura pretende y pide ser cuestionada en estos méritos para abonar a la discusión y encontrar a la brevedad respuestas a problemas que a muchas personas afectan, no solo a aquellas quienes están detrás de la historia de Roberto en sus coordenadas específicas.

Prefacio, Carta Abierta Después de Años de Terapia

Mucho gusto a quien esté leyendo esto, soy Roberto G. tengo 36 años, soy un ingeniero en sistemas, especialista en ciberseguridad y soy papá de una niña de 6 años. Actualmente estoy en relación con otra mujer, mi ex esposa y yo nos separamos después de 4 años de estar casados por varios problemas que tuvimos, hoy tratamos de tener una buena relación por nuestra hija, debo de ser sincero en que esta es la principal razón de porqué estoy escribiendo esto[2a].

Llevo cerca de 3 años en un proceso de terapia a la fecha, pero antes había tenido un par de visitas con otros psicólogos, durante varios años estaba de entrada por salida en distintas situaciones y por distintas razones, se convirtió en una manera de analizarme a mí y tomar mejores decisiones[3a]. En las últimas sesiones que he tenido hemos hablado sobre la vulnerabilidad y sobre los desafíos en mi salud mental que he tenido como hombre[1a]; decidí abrirme, intentar ser más vulnerable y publicar esta carta para otros que lo lean, a mí lo que me ayudó mucho era saber que no estaba mal, que no estaba solo o que mis experiencias no eran tan

distintas que la de otros[4a], pensaba que nadie comprendería lo que sentía y era muy desolador. Si puedo ahorrarle a alguien esa sensación, es algo en lo que quiero participar[5ab].

Hoy en día no sé si puedo hablar de alcanzar una “cura” en sí, sin duda he llegado a tener un mayor cuidado de mi salud mental y de mis relaciones después de años de fracasos y de odiarme a mí mismo por ser incapaz de amar, ya no me veo así la mayoría del tiempo y quiero ser cuidadoso en lo que comparto también[5c]. No todos estos temas están resueltos, parte de mi proceso ha sido reconocer incluso que algunos nunca los podré resolver y está bien, estoy aceptando estos cambios constantes, de ahí parte mi necesidad de compartir esto, otro esfuerzo por darle sentido a lo que me ha pasado, lo que he hecho y también nombrar lo que me han hecho.

Parte I Las bases invisibles

De mis primeros años no hay mucho que recuerde en específico, muchas cosas solo tienen sentido desde lo que sé hoy. Soy el hermano mayor y, hasta la universidad, siempre estuvimos en escuelas privadas. Mi hermano, Manny, y yo estuvimos en el mismo colegio, aunque por la diferencia de 5 años no interactuábamos mucho fuera de casa, sí me gustaba jugar con él y lo procuraba cuando pasaba cerca de su salón; mi mamá me había dicho que le echara un ojo y aunque no me lo pidió directamente, me hacía sentir que era mi responsabilidad que no le pasara nada. Aunque mis dos padres habían sido hermanos mayores y desde que nació Manny me expresaban que no esperaban que yo dejara de divertirme, que él no era mi responsabilidad y que ambos éramos hijos por igual, era notorio conforme él crecía que asumían que yo debía atenderlo más y más[4b], cuando menos porque yo había aprendido muchas cosas por las malas o por mi cuenta y no quería que él pasara por lo mismo.

A todo esto, es importante hablar de mis padres. Sé que muchos tuvieron padres peores,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

los míos no fueron ‘terribles’ y, como me dice mi terapeuta, algo hicieron bien porque Manny y yo seguimos vivos y les agradezco que no nos faltó ni comida ni educación, tampoco nos tenían en situaciones de mucho riesgo y cuando se enteraban de cosas más feas actuaban para cuidarnos, en su mayoría. Dicho lo anterior, también reconozco que no fueron perfectos y así como hay mucho de ellos que busco emular en mi paternidad, hay mucho más que evito justo por quienes fueron. Mi papá es un adicto al trabajo, tiene algo de alcohólico y un hombre bastante distante, su mayor expresión de cariño eran unas palmadas en la espalda con un “tú muy bien” y eso era cuando en verdad hacías algo sorprendente; de pequeños era más usual sentir sus manos en zapes o cachetadas cuando lo desobedecíamos o cuestionábamos lo que nos pedía y estaba de mal humor[4c]; lo quiero mucho y siempre lo he querido, pero no extrañaba su ausencia cuando se metía en el trabajo durante semanas o cuando él y sus amigos se quedaban hasta tarde en reuniones en la casa, aunque curiosamente nunca nos golpeaba en esos días que bebía. Mi mamá también nos cacheteaba o pellizcaba cuando se hartaba[4c], no era raro que lo negara y lo hiciera en secreto, pronto aprendimos que debíamos de fingir que nada de eso ocurría o nos amenazaba con una cachetada más fuerte. Además de eso, mi mamá se desvivía por mi papá, lo procuraba mucho y dejó su trabajo en oficina para hacer un emprendimiento desde casa para estar al pendiente de él; antes pensaba que eran celos o miedo a que la engañara, se angustiaba mucho cuando no sabía dónde estaba él, pero nunca se dio la infidelidad entre mis padres, mamá me compartió que antes de que yo naciera mi papá cayó en una depresión muy profunda y después de mi nacimiento había intentado suicidarse un día que mi mamá seguía en el trabajo y yo estaba en casa de una hermana de él. Mi papá jamás ha hablado de este tema[4d].

Nada de esto siquiera se me cruzaba por la mente cuando crecía, solo sabía que mi mamá era muy nerviosa con mi papá, que mi papá trabajaba para que no tuviéramos carencias y que no

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

había que interrumpirlo cuando estaba en su rato de tele, podíamos unirnos con él para pasar el rato sin importar lo violenta que fuera la película o el contenido sexual[4c]; recuerdo que de más pequeño me abrazaba cuando me sentaba con él, dejó de hacerlo cuando crecí, lo seguí haciendo con Manny mientras estaba pequeño también y le llegué a tener un resentimiento por lo mismo, cuando dejó de abrazarlo se me quitó y yo buscaba ser quien abrazara a mi hermanito[2a].

Cuando empecé a tener amigos en la adolescencia y veía a sus papás amables y algunos hasta cariñosos empecé a pensar que algo estaba mal en mi familia y no me gustaba que fueran a mi casa, no quería que supieran lo mal que estábamos y hablaran mal de nosotros[2d], aún si todos tenían problemas: el papá de un amigo estaba metido con el narco, más de uno tenían medios hermanos repartidos por la ciudad, no era raro quienes ni tenían papá; entre algunos otros la mamá estaba ausente porque le daba preferencia a los hijos de un segundo matrimonio, los humillaba frente a todos nosotros cuando íbamos o les decían que ellos fueron un error y nunca debieron nacer. Como dije, mis papás no fueron los peores, yo sentía que tenían problemas que nadie más podía entender y aunque nadie más viva exactamente lo mismo que yo sé que no soy el único con estas experiencias.

No me sentía particularmente solo en esos primeros años; había situaciones en casa, claro, pero estaba feliz: mi mamá era muy cariñosa y procuraba que no estuviéramos solos cuando ella no podía cuidarnos; mi papá, se preocupaba por pasar tiempo con nosotros y, sobre todo, procuraba a mi mamá y se esforzó por enseñarnos a hacerlo también, antes de irse a trabajar o cuando se quedaba en casa con sus pendientes a veces nos daba dinero y nos decía que le compráramos flores o un chocolate a mi mamá, además de algo para nosotros[4ab]. Veía que mis papás se amaban, solo no era consciente de esta complicada historia.

Fuera de casa las cosas en su mayoría eran menos dramáticas, pero todavía con sus

problemas; en ese entonces la idea del ‘bullying’ ni existía, solo eran “cosas de niños[4c]” y estaba presente en todos los grupos. Lo más común eran apodos improvisados estilo ‘cuatro ojos’, ‘come mocos’, ‘pelo de perro’, ‘cochino’; un sinfín de sobrenombres de parte de niños que solo sabían ser culeros entre sí. Los ataques hacia los que éramos más sensibles se sentían tan injustos porque, si de por sí decían algo que no nos gustara, no podíamos llorar, quejarnos y menos acusar con la maestra o era un ‘mariquita’ o ‘una niña’[4f]; conforme crecíamos subía de nivel y ahora eran cosas como ‘hambreado’, ‘cerdo’, ‘joto’, a mí siempre me tocó que se metieran con esto último conmigo y, por alguna razón, era siempre peor ser ‘el joto’ a ser ‘el hambreado’[4b]. Nada de esto era importante para los maestros, a veces cuando era mucho desmadre sí amenazaban con castigarnos a todo el grupo, pero nunca dejé de escuchar entre ellos que se dijeran “son cosas de niños”[1d]: no importaba si yo fuera un niño pequeño que lloraba a moco tendido o un niño más grande que luchaba por mantener la calma y decirles que pasó algo que no me gustó, si me iba bien me decía que “no era para tanto” y que “no pasaba nada”, o que “aguantara como hombrecito” o mucho peor cuando el profe respondió “¿y por eso andas llorando? Espérate a entrar a la secundaria, no vas a aguantar nada ahí jotito”[1c, 4f]. Le decía a mi mamá lo que pasaba y solo supo decirme que no les hiciera caso, me consolaba y quería ser cuidadosa, pero la verdad tampoco aportaba mucho más allá de decir “así son los niños”[4ab]. A fin de cuentas, aprendí que los niños éramos unos culeros, porque las niñas no se llevaban así, solo nosotros. Una vez pensé que sería mejor ser niña justo porque no se trataban tan feo, pero me fijé que casi no podían jugar como nosotros, que las regañaban más feo por hacer las mismas cosas que nosotros, me tocó ver que a una compañera la golpeaban por no jugar con sus muñecas e ir a jugar fútbol con nosotros; me gustaba ser niño, solo tenía que encontrar la manera que me dejaran en paz[2d].

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Como nadie hacia nada, llegó el momento en que me harté y busqué hacerme amigo de los que andaban de jodones con los demás[2c], traté de usar el humor para defenderme haciendo chistes sobre mí y sobre los demás, me esforcé por no hacer sentir demasiado mal a nadie, pero lo que más me importaba es que nadie me molestara. Me empecé a sentir solo con eso, no me daba cuenta en ese momento, solo quería que me dejaran en paz, ni siquiera era tan ágil como para hacer chistes como algunos del salón, solo quería pasar desapercibido; sé que no fue amistad, era como ser rehén, pero en ese momento no veía más allá de que fueran mis amigos de siempre y los adultos a mi alrededor solo me repetían que “son cosas de niños” y que “no tuviera la piel tan delicada”[4f, 1c]. No me encantaba, me resigné a que así eran los amigos, disfrutaba los ratos de juego y hacía de menos los momentos incómodos, que cada vez fueron más frecuentes.

Así fueron los primeros años y luego tocó entrar a la secundaria, donde tuve un primer acercamiento con una psicóloga. Fue raro empezar a ir con ella, no tuve alternativa y fue incomodo en un primer momento, pero fue mejorando poco a poco. Me atendió la psicóloga de la escuela porque un día que nos echamos la pinta de clases hubo un pleito afuera de la escuela entre unos chicos de mayor grado, nosotros fuimos a ver y por chismosos la secundaria asumió que tuvimos que ver. Si queríamos conservar carta de buena conducta sería a condición de ir a sesiones con la psicóloga de la escuela y solo con el visto bueno con ella; como era una exigencia de la escuela mandaron carta a nuestros padres, mi mamá escuchó mi versión y hasta eso no se enojó ni nada, recuerdo que dijo “creo que sería bueno que te viera la psicóloga”[4a].

Al inicio no sabía de qué hablar e íbamos hablando sobre mis notas, sobre mis amigos, los compañeros del salón, los maestros, cómo me llevaba con mis papás en casa y un poco de Manny. Recuerdo en particular una sesión que me preguntó por mis amigos, con los que me metí

en problemas: “De tus amigos a cada rato les meten reporte por mala conducta, de ti casi no me llegan quejas de parte de tus maestros y me da la impresión de que se llevan muy pesado, ¿qué te agrada de estar con ellos?”, nunca me había preguntado eso, era algo que mis papás si me mencionaban mucho y había sido ocasión de problemas con ellos. Una vez le respondí a mi mamá como escuché que uno de ellos hizo con una maestra y me gané una cachetada. Mis papás veían que no eran buenos chicos, pero ellos eran mis amigos, no es fácil romper con quienes has jugado toda la vida a esa edad.

Extracto de las notas clínicas de Lizeth Macías, psicóloga del colegio Sevilla

Roberto G. fue llevado a mi oficina por petición de la coordinadora junto con su grupo de amigos, fue la primera vez que él viene conmigo. Durante el rapport, Roberto hablaba con pronunciaciones más propias de un niño menor (chiqueado) y se quedaba de brazos cruzados sin hacer contacto visual, demostrando su inconformidad; usando el dibujo y hablando de lo que le desagrada de sus maestros al poco tiempo se empezó a abrir[1b], tenía mucho que quejarse. No tiene señales de retraso en su desarrollo emocional ni cognitivo. Recurre con facilidad a su actitud infantilizada sobre todo con las mujeres, aunque le desagrada la coordinadora porque “es muy grosera”, con compañeras de su edad interactúa poco y cuando se da un intercambio se ve cordial. Con los hombres y mujeres mayores es desafiante y entre compañeros varones es usual que su conducta escale en agresividad, Roberto no lleva la interacción a la violencia, pero tampoco solicita ayuda de maestros cuando sus compañeros sí se meten con él de manera más violenta – apodos, empujones, burlas grupales -. Dentro del grupo de compañeros tienen apodos para cada uno y parece que a Roberto no le gusta mucho el suyo, cuando le pregunté por él se molestó de nuevo y prefirió que lo llamara por su nombre.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Entre sus compañeros se ha vuelto un problema que desafían en especial a la coordinadora, que a pesar de tratarlos con respeto ellos la ven como “grosera” y “mala”; este desafío se extiende a otras maestras – a cualquier persona mayor en realidad – que les hable de manera directa, con asertividad desde la autoridad, incluso han llegado algunos padres de familia con la queja de que sus hijos les dicen que “las maestras son muy groseras”. Estas declaraciones son exageraciones, al acercarme para analizar las estrategias de las y los profesores no noté ninguna conducta violenta o grosera, sí noté una mayor aversión y resistencia a atender con algunas maestras en especial que eran más directas frente a las más dulces en su acercamiento.

Puesto en términos simples, solo les agrada que los tratemos con delicadeza, y aún esto no garantiza su cooperación, solo sirve como recurso para ganarse su aprobación. Como primer acercamiento no es buena idea confrontar, pero todos responden cuando se les señala su conducta como de “niños chiqueados” [1b, 5d], si bien después de generar confianza por medio del juego y rapport.

Se ha solicitado una reunión con sus padres, ambos trabajan durante el horario escolar, pero su madre confirma su asistencia para dentro de dos días, pasará por Roberto a la escuela y antes de la hora de salida vendrá conmigo.

- - - - -

Después de la reunión con la señora Beatriz, madre de Roberto G. puedo comprender un poco mejor qué influye en las conductas de Roberto, no existe una estabilidad en su contexto familiar; ambos padres dependen de redes de apoyo para la mayor parte de la crianza de los hijos a cambio de sostener un estrato económico más cómodo [1a].

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

La señora se mostró interesada y atenta a los comentarios, sus preguntas orientadas a comprender la situación, sin antagonizarme a mí o a la institución, conserva actitud conciliadora.

Al interrogar sobre métodos de disciplina usados en casa dice que se les retiran privilegios como permisos de jugar o la televisión y que “el castigo físico es algo vetado”, de las sesiones con Roberto no se reporta nada contrario y si bien no se veían cómodo de que su madre se enterara de la situación, no se mostró asustado.

Roberto parece que responde bien a los horarios y estructuras que tiene en casa, la señora Beatriz menciona que desde finales de quinto de primaria – cuando se incorporaron unos nuevos alumnos al grupo – crecieron los conflictos en casa hasta la actualidad que se ha vuelto más “irritable” y “grosero”, ella sugiere que tienen mucho que ver estos compañeros con quienes se junta, que lo molestan y le presionan a no hacer caso y rebelarse solo para “verse como el más cabrón, el que se las sabe todas”.

- - - - -

Después de haber hablado con la madre de Roberto y de otro de sus amigos del grupo, Jorge, parece que ambos tienen muchas quejas en común sobre los otros 3 compañeros, además entre ellos se llevan bien y ambas familias tienen una relación de cercanía que favorece una intervención sutil, sobre todo porque en su grupo de amistad se ha desarrollado una oposición a las autoridades escolares.

Se propuso que en los trabajos de grupo se mantuviera esa pareja y se agregara otro compañero que es mucho más tranquilo[5a] de nuevo ingreso, Heriberto, para ver cómo cambiaba la dinámica. El grupo con los otros tres estudiantes sigue siendo muy conflictivo, pero la amenaza de perder su carta de buena conducta fue suficiente para

que no se metieran con nadie aparte de entre ellos.

Eran unos niños muy desagradables, yo era un niño muy desagradable también, por no ser atacado opté por atacar a otros que nada tenían que ver. La psicóloga buscó que me alejara de ellos, pero me resistí y después de un par de semanas dejó de mencionarlo, no era tan fácil como dejar de hablarles, ella no estaba en el salón con ellos. Imagino que hablaron con los maestros y los papás de los demás (solo después de ese problema), porque no tardó mucho tiempo en que me alejaran de la mayoría de ellos, solo quedándome con uno de ese grupo, Jorge, y otro chico que era de nuevo ingreso, Beto. Hasta la fecha siguen siendo mis amigos. éramos tres niños tímidos que esperaban lo peor de los demás, yo en particular me esforzaba demasiado por caer bien a costa de los demás y al inicio más de una vez hice bromas a costa de Beto para ‘entrar en confianza’. Tardamos algunas semanas en hacernos amigos, en ese inter, entre que me terminaba de alejar de los demás y formábamos nuestro nuevo grupo, fue la primera vez que me sentí profundamente solo, sin conexión con nadie aún con gente a mi lado; disminuyó conforme agarramos confianza entre los tres, hoy entiendo que es una desconfianza profunda que me quedó de ser atacado por mis amigos[2d], de que me fallarían y que no debía esperar lo mejor de los demás; en ese par de semanas, entre ‘amigos’ que me humillaban, maestros que lo empeoraban, mi papá que apenas conocía y mi mamá sin saber cómo ayudarme, me sentía muy solo[4d].

Con los demás toda idea de amistar se rompió a partir de un día, más que nada porque se dedicaron a recordarme hasta que nos graduamos; estábamos en clase de música y el profe nos puso de dinámica canciones que conociéramos, por mis papás yo era muy fan de *The Cranberries* y el profe se emocionó con esta opción, para la clase siguiente nos trajo un arreglo sencillo de una canción y yo quise cantarla, me sabía unas partes más o menos y me gustaba

mucho, aunque ni supiera bien de qué iba la letra y menos pronunciarla. Todo iba bien hasta que el profe, después de un par de veces que la tocamos y yo la canté, puso la versión original para que los demás la conocieran bien. En cuanto trajo el disco me puse nervioso, recordé cómo me atacaban justo con que “era niña y que joto” y quien sabe cuanto, ya sabía que tan pronto supieran que la vocalista era morra iba a arder Roma; dicho y hecho, en cuanto lo oyeron se empezaron a burlar de mí, que “con razón me gusta cantar”, “que vieja tenía que ser” que “ya tenía dos novios” y no sé cuántas cosas más, yo me enojé mucho, pero me ganó el llanto y fue mucho peor[4f]. No supe nada más, salí corriendo al baño donde me quedé llorando un rato; más tarde fue el profe por mí, no dijo nada más que “ya, tranquilo, no es para tanto”, otra vez con su maldito ‘no es para tanto’. No dije nada y me llevó con la psicóloga, primero pensé que estaba en problemas por salirme de la clase, me preguntó y le dije que me había lastimado, no quería hablar del tema, siempre había sido un desperdicio hablar de lo mierda que me hacían sentir sin que se hiciera algo y esa fue la gota que derramó el vaso, ya no me interesaba caerles bien ni saber nada de ellos; no podía depender de nadie más para resolver, solo para distraerme un rato quizás[2b], pero fue cuando me empecé a sentir absolutamente solo.

Notas de Lizeth Macías

El alumno Roberto G. ya no está en riesgo y ha ganado conservar su carta de buena conducta de momento. Con el grupo de compañeros que más se junta parece haber mucho conflicto que le desagrada, pero no pide ayuda; se le encontró llorando después de una discusión con algunos de sus compañeros, parece que hubo una “broma” que escaló demasiado por lo que contó uno de los maestros, Roberto, por su cuenta, dijo que no pasó nada, que se lastimó cuando fue al baño. Intenté que me dijera qué ocurrió, pero insistió que solo se golpeó y que le dolió mucho, se le revisó y no se encontró ningún

moretón o herida. Él insistió con enojo que estaba bien y se cerró a hablar más conmigo; el maestro que estuvo presente no profundizó más allá de decir que fue una “broma entre chicos, algo normal, se le pasará” [1cd, 4c].

Después de esta situación se retomó el proyecto de escuela para padres [1a, 5d], se insistió a los padres de Arturo P., Miguel G. y Emilio B en asistir, siendo que sus hijos son los que han sido señalados en reiteradas ocasiones y siguen en riesgo académico, pero la dirección confirma que no hay manera de obligarlos o generar consecuencias si no asisten.

Roberto no ha querido hablar del incidente de su clase de música y, aunque en estas dos semanas ha cambiado su actitud en sesiones conmigo – más cerrado, no quiere hablar de sus amigos, ya no los defiende tanto y expresa desagrado sobre ellos –, se ve una mejoría desde que se generó ese acercamiento con Jorge y Heriberto a sus estados de ánimo y sus conductas en clase.

Después de lo ocurrido propuse un taller para los maestros de habilidades de intervención en crisis [5d], fue difícil lograr un consenso en cuestión de tiempos, pero la dirección cedió horarios de clase para el taller, en parte a petición de los padres de familia, siendo que no es la primera situación que se da. También empezó la escuela para padres en martes y jueves después de horario escolar y si bien hubo un poco de aforo, no vinieron los padres objetivo para el proyecto.

Lo que quedó de la secundaria me esforcé por resolver los problemas por mi propia cuenta, no quería volver a ir con la psicóloga, pues aun cuando me agradaba, pensaba que nada cambiaba al solo decirle los problemas [3d]. Mi estrategia fue evitar meterme en más

conflictos[2d] y funcionó porque no hubo más llamadas de atención, con que me alejara de otros chicos que se meten en problemas, todo iba a estar bien, mejor aún cuando no se fijaban en mí; algunos maestros me celebraron que tomé distancia de ellos, diciéndome que eran “mala influencia”, que yo era “buen chico” y que “no valía la pena juntarme con ellos”[4e].

Extracto de las notas de Lizeth Macías al cierre del curso

El grupo de 3ro al cierre del ciclo 2002 demostró ser un grupo con capacidad de adaptación. Entre ellos el mayor conflicto y atención la recibieron tres estudiantes que desde el primer año generaron conflictos (Arturo P., Miguel G. y Emilio B.), a lo largo de este último ciclo escolar se trabajó de la mano con maestros y padres de familia de estos tres estudiantes para reducir la incidencia de problemas, los padres se involucraron cuando Arturo y Miguel perdieron su carta de buena conducta.

El pequeño grupo siguió siendo conflictivo, pero dejaron de ser disruptivos con la clase y entre sus compañeros, solo entre ellos, por lo que no hubo más quejas del grupo o padres de familia, el resto de los compañeros no generaban conflictos ni había quejas de profesores, por lo que la escuela me solicitó enfocarme en otros grupos[1c].

Después de unos meses llegó la graduación y al entrar a la prepa adopté la estrategia de no recurrir a nadie, solo era tener cuidado con quienes se acercaban, ganarse su confianza para que no te hicieran pasar un mal rato[2e].

Esa soledad que sentí creció en desconfianza a todos los demás, solo me juntaba con Beto y Jorge porque los conocía de más tiempo y eso todavía era con cuidado; era una amistad donde nos distraíamos, jugábamos y hablábamos de lo que nos gustaba, no hablábamos de nuestros sentimientos[4d], tardé años en ser capaz de abrirme con alguno de ellos de manera profunda y para entonces ya se había roto nuestro grupo. Me estoy adelantando, pero creo que es importante

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

mencionarlo; conforme crecimos Jorge se volvió más distante con nosotros, se fijaba mucho en el dinero, en la apariencia, en quedar bien con los demás, en tener la novia más guapa para presumir y no le importó ignorarnos cuando vio una ‘mejor oportunidad’, ya no le dimos el ancho creo; cuando caímos en cuenta Beto y yo tuvimos una conversación larga y profunda[2a]. Jorge terminó buscándome de nuevo un tiempo después para un proyecto que tenía en mente, no le hice el feo y creo que tengo aún una buena relación con él; sé que no es lo mismo, ni siquiera le habla a Beto ya, pero en sí a mí no me ha hecho nada y la verdad es agradable saber que aún me aprecia.

La amistad con ellos fue lo que volvió la prepa de las mejores épocas de mi vida. Entramos juntos y nos la vivíamos juntos todo el tiempo posible, se nos llegaron a pegar algunas personas más, pero siempre éramos nosotros tres. Nuestros padres estaban felices de vernos en amistad así, éramos tranquilos, los tres teníamos en común eso y ayudó mucho a alejarnos de problemas; aprendimos a cuidarnos para favorecer estos permisos y mantener esa “buena influencia” que veían entre nosotros[2f, 4ae]: nunca fuimos de fumar ni de beber ni nada más fuerte, aunque algunos de nuestros compañeros sí estaban experimentando ya con eso y se metían presión para fumar, nunca fui de caer en ese vicio y hasta la fecha no lo entiendo. Lo que sí hacíamos era desvelarnos juntos hasta tarde, fue la única razón por la que nos quitaron el permiso de dormir juntos, pero igual era de todos los días estar juntos; un tiempo fue común que comiéramos todos en casa de Beto, vivía cerca de la escuela, ahí hacíamos la tarea y de ahí nos íbamos a casa de Jorge porque él tenía un Xbox.

Me distancié de mis papas en esta época, no hubo algún problema o situación en específico, solo no hubo algo que nos mantuviera juntos en esa época; ellos limitaban los permisos en fines de semana para que fueran ‘familiares’, pero en realidad cada quien estaba en

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

sus asuntos, a lo mucho nos llevaban a Manny y a mí a un lugar para jugar, me da la impresión que mis papás sabían que debían pasar tiempo con nosotros y no sabían cómo: mi mamá no sabía cómo tratarnos a veces, yo le empecé a hacer el feo a los juegos que ella conocía desde los 13 y Manny me imitó poco después; mi papá se ponía a jugar fut con nosotros, pero solo un par de minutos y luego se sentaba a descansar y estar con mi mamá. Iba creciendo y mis papás no sabían cómo tratarme, no creo que haya sido excusa para no hacer el esfuerzo por acompañarme, pero entiendo que sus propias crianzas fueron mucho más duras y no querían repetir esos errores[5d]; cometieron otros errores nuevos, cosa inevitable y sé que yo he cometido y cometeré otros errores como padre. El punto es que estaba creciendo y estaba formando mi lugar en el mundo.

Conforme agarraba confianza con Jorge y Beto, menos buscaba a mis padres; Manny me seguía y me buscaba siempre que estaba en casa, en ocasiones lo llevaba conmigo, no quería que se sintiera solo y los chicos lo trataban bien. Aún cuando estábamos en casa él y yo nos poníamos a ver videos o jugar en la computadora, antes que mi papá llegara y la ocupara; para entonces yo ya me había topado con la pornografía, lo que evitó que la consumiera mucho era que cuidaba que Manny no se la encontrara – además que mi mamá siempre estaba en casa y, aunque no nos cuidaba en eso, no había privacidad –, comprendía que no estaba bien para su edad[2a, 5d], cuando cumpliera sus 15 ya sería otra historia[4d], de momento era muy chico y solo usábamos la compu cuando estábamos juntos y para cosas muy específicas. Juntos nos hicimos muy fanáticos de youtube cuando se hizo popular, veíamos *Let's Plays* de algunos juegos, guías para juegos que queríamos, videos de bromas pesadas, películas pirateadas; era cuando youtube no era tan vigilado. Aprendimos algo de inglés de puro ver videos así a lo largo de los años, Dios sabe que las clases de la escuela eran pésimas, y la mayoría del contenido

popular estaba en inglés, eso ayudó también a distanciarnos de mis papás – ellos no hablaban nada de inglés – y, en cambio, ayudó a acercarnos más entre mis amigos y yo con Manny; muchos chistes locales era repetir frases en inglés de juegos o de videos entre nosotros, creo que mis papás esto contaba como practicar. Para ellos, esto era increíble, me permitían pasar todo ese tiempo con mis amigos[4e] porque no me metía en problemas, estaba aprendiendo inglés, pasaba tiempo con Manny y mantenía un promedio decente, estaban más tranquilos con nuestra crianza y lo vieron como una oportunidad para ellos; mi mamá retomó su trabajo después de 10 años y mi papá... bueno, mi papá siguió trabajando, pero se desentendió un poco más de nosotros para darnos libertad[4d].

También era una cuestión de la edad que cambiaron la manera de criarnos. Dejaron de golpearme desde que cumplí los 14, ya estaba tan alto como mi mamá y le detuve la mano un día que me quiso soltar una cachetada, ni recuerdo el contexto, solo recuerdo su cara de sorpresa y enojo, diciéndome “suéltame ya” y que me sentí muy emocionado de reconocer que ella no me podía hacer nada, que podía defenderme[2c]. Mi papá se asomó a la sala cuando la escuchó y vio la escena, solté a mi mamá en ese momento y mi papá solo dijo “parece que ya estás muy grande para eso, solo hazle caso a tu madre entonces” y se retiró; él aún me daba zapes, a él no le quería detener la mano, me preocupaba que decidiera darme un golpe de verdad[4c], aunque nunca pasó. Manny también vio cómo detuve a mi mamá y, aunque estaba muy chiquito, empezó a defenderse dándole manotazos a mi mamá de regreso, le daban cachetadas más fuertes, pero se enojaba y cuando creció empezó a golpear con puño a mi mamá cuando lo hacía enojar; como yo era quien solía estar más yo lo detenía y le decía que no podíamos golpearla y respondía “ella me golpea”, le decía que no importaba y que nosotros no debíamos golpearla[4b], nunca quise amenazarlo con que mi papá le iba a hacer algo, mi mamá se lo dejaba claro. Mamá también dejó

de golpear a Manny al poco tiempo, creo que esto fue parte de la razón por la que volvió a trabajar, me ha llegado a compartir que se sentía inútil en casa cuando nos hicimos más grandes.

De toda esa parte de la crianza, de cómo me formaron, de esos momentos de miedo y desconfianza hacia mi papá, del desprecio a mi mamá por ‘delatarme’ con él, de todas las veces que me decían “tu abuelo/tu abuela era mucho peor conmigo”, crecí con la idea de ‘no quiero ser como ellos cuando tenga hijos’; ahora sé que no es suficiente, es la misma lógica que ellos usaron, no querían causarnos el dolor que ellos vivieron. Crecí con mucho rencor a la idea de ser papá, aunque lo asumía y deseaba, tenía miedo a lastimar a mis hijos o que me vieran como yo llegué a ver a mi papá, o juntarme con una mujer que vieran como veía a veces a mi mamá. Me alejé de ellos sin tener una idea clara de cómo cuidarme a mí o a quienes me importan, veo el reflejo de esto en mi relación con Manny y cómo ha evolucionado: sé que lo protegí de muchas cosas y en otras lo abandoné a su suerte por no saber cómo estar con él, evitaba ‘ser como mis papás’ y le quise evitar el abandono que yo viví para dejarlo por su cuenta en otras cosas. Años más tarde Manny me recriminaba constantemente que yo ya no estaba para él, que no estuve para guiarlo como antes o que lo dejé solo cuando me necesitaba; le respondí, con mucho enojo “yo no soy tu papá, esa no era mi chamba” y él me gritó “eras todo lo que tenía, sí eras como mi papá, él nunca estaba y de pronto tú desapareciste también, dejándome solo”. Esa es una de varias discusiones que tuve con mi familia, hoy – creo - tenemos buena relación él y yo, igual con mis papás, aunque reconozco que no soy para nada igual de cercano comparado con esa época; mientras escribo solo caigo en cuenta en esas ausencias de cariño que teníamos, que solo nos volteaban a ver cuándo hacíamos algo mal o solucionar problemas[2c, 4ad], pocas veces nos guiaron en cómo prevenirlos, ni se diga en cómo tener una relación medianamente sana (sea de familia, de amigos o de pareja), solo conocíamos dos emociones: la felicidad al distraernos con

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

algo o el enojo explosivo, no había intermedio. Me era fácil abrazar a Manny cuando era pequeño, pero igual que mi papá hizo con nosotros, cuando creció lo fui dejando de abrazar y eventualmente él me lo dejó de pedir.

Estas dificultades para relacionarme también estaban fuera de casa. Aunque tenía amigos con los que me llevaba bien y sentía confianza, llegué a ellos con miedo a acercarme demasiado, a ser visto como demasiado sensible o que no me gustaran las cosas correctas y se burlaran de mí por eso[4f]. Tuve muchísima suerte que coincidíamos en gustos, pero los otros miedos me impidieron decirles un “te quiero” verdadero durante años o a abrazarlos; aún cuando internaron a la mamá de Beto por una operación – menor, pero fue impactante ver a la señora hospitalizada – y lo veía con lágrimas en los ojos, aguantándolas, quería abrazarlo y no pude más que agarrarlo del hombro y decirle “no te pongas así, todo va a estar bien, sé fuerte por ella, que no te vea así”; no quería decirle eso, pero era lo único que sabía decir, probablemente ni era necesario, los dos estábamos con él y con eso hubiera bastado. Ese es el punto, no sabíamos estar el uno con el otro ni a acercarnos; la amistad era jugar juntos, bromear juntos, ver películas juntos; la cercanía era ser cómplices en travesuras, saber la chica que nos gustaba y no compartir de más con otros. No éramos unos ineptos, solo torpes, y de vez en cuando le atinábamos a ser buenos amigos.

En esa complicidad se formó un apoyo incondicional y un resguardo frente a todas las amenazas de fuera[4a]; tal vez no sabíamos como expresarnos amor, pero sí sabíamos ser amables y piadosos entre nosotros, sabíamos nuestros puntos débiles y hasta donde podíamos llevar una broma para que estuviéramos a gusto; no nos dejábamos solos en los momentos pesados y dentro de nuestros limitados recursos nos acompañábamos cuando estábamos tristes o con problemas[4a, 5b], en la mayoría de esos estábamos en silencio juntos, sin hacer nada más que estar y la clásica palmada en la espalda; de uno de esos momentos de silencio surgió la idea

del grupo entre nosotros, estábamos los tres en el cuarto de Jorge escuchando a *Led Zepellin* – la música de su papá que nos dejaba escuchar –, estaba sonando *Going to California*, una canción tranquila después de toda la energía del álbum y los tres disfrutábamos en silencio. Desde lo que pasó en la clase de música me negué a cantar frente a otros, pero con ellos, en esos momentos, seguía la melodía y tarareaba[2e]; imitar los sonidos de guitarra o bajo era una cosa, pero seguir la melodía, la letra con murmullos y tarareando con los labios cerrados, era algo más íntimo que solo hacía con ellos, que sentía que solo ellos respetaban[5a]. En ese momento, cuando la canción terminó y quedamos en silencio, Jorge sugirió hacer un grupo entre nosotros; él practicaba guitarra desde la secundaria, tenía un bajo que ofreció prestarle a Beto y yo tenía un teclado – mis papás nos metieron a clases de piano desde pequeños a Manny y a mí, pero no me encantó –; era una idea que nos gustó mucho e iniciamos con mucho entusiasmo, el problema es nos estancábamos cuando tocaba ver la parte del vocalista.

Siempre me ha gustado cantar, en esos momentos solo lo hacía con Manny, pero no quería arriesgarme a ser visto de nuevo como menos masculino[2d, 4b], no quería que me humillaran y ellos tampoco se animaron, por lo mismo tampoco me agradaba mucho tocar el piano, sentía que seguía siendo un instrumento muy femenino, por lo que quise cambiar de rumbo y aprender la batería. Me parecía un instrumento muy rudo y pensé que así si cantaba al menos sería más difícil que me atacaran o tendría más con qué defenderme. El único detalle era conseguir una. Fue complicado convencer a mis papás de comprármela, pero como premio por mis buenas notas en el primer semestre estuvieron de acuerdo[4ae], conseguí una de segunda mano y me metieron a clases.

Me dio muchísima confianza cuando empecé con la batería y lo adoré, no me gustaba tanto como cantar, pero solo así me di la libertad de sentir más y en mi mente me veía genial[2ff],

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

sentía que automáticamente ganaba cualquier discusión solo por eso, sí se me subió un poco a la cabeza y llegué a decir que el piano y la guitarra “eran demasiado fáciles y cualquiera podía aprender eso”, que lo difícil era tener la condición física y ritmo para tocar batería[4b]; lo decía entre broma y para yo darme más ánimos para seguir ensayando – quería aferrarme a lo que me permitía cantar, no podía hacerlo sin eso – . Esa inseguridad que tenía de ser humillado o que me hicieran menos me llevó a encontrar algo en lo que era bueno, era una máscara que me agradaba, que me apropié, para estar más cómodo con lo que me gustaba. Todavía la batería la uso para examinar mis emociones, ya la transformé en una herramienta versátil y no solo un lugar donde golpear[5c], donde agotarme cuando no tengo palabras para lo que sentía, pero en ese momento justo para eso me sirvió.

Cuando empezamos con el grupo en forma nos volvimos más sectarios con los demás, no teníamos problemas con nadie, así como tampoco nos hicimos amigos de muchos. Empezábamos a fijarnos más en las chicas de nuestro salón para hacer amistades, eran un riesgo mucho menor[4b]; por supuesto también se dio que había quienes nos atraían, al menos en mi caso no buscaba novia activamente, entonces nunca formalicé nada, las cosas solo ocurrían. Nos la pasábamos bien, es a lo que quiero llegar, estaba contento o suficientemente distraído para no darme cuenta cuando había algo que no me agradaba.

Algo también que me influyó en esa época para el inicio de mi cuidado de mi salud mental fue la filosofía; un inicio muy desafortunado en retrospectiva porque lo usé de excusa para cultivar actitudes que me resultaron dañinas a la larga, sin embargo, fue lo que me ayudó a acercarme de nuevo a la ayuda profesional. Un día el profesor de filosofía vio como yo me quedé serio ante un intento de broma de uno de estos chicos y solo voltee con Jorge y Beto, lo ignoramos y el otro vato se molestó; el profe también era nuestro tutor y al inicio estaba muy

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

atento de cualquier cosas para hacer sus clases más dinámicas, tomó esta situación para la clase y nos habló de los estoicos y me gustó mucho, dijo algo estilo “un claro ejemplo es su compañero, ni responde ni se venga; lo que le hacen le escurre y no le deja mancha”, siguió con el tema y por supuesto que me sentí bien orgulloso de mí, otra arma al arsenal[2c, 5a]. Al volver a casa ese día investigué más. Sentí que encontré una mina de oro que me iba a ayudar a definirme desde entonces: la serenidad ante la adversidad y la mente fría y objetiva se volvieron mis pilares principales.

Creo que ese profe genuinamente quería ayudarme, se abrió a mis preguntas y a guiarme en un momento donde lo que más necesitaba era eso, alguien que me guiara en el mundo[4a]. También puedo decir con toda honestidad que hasta la fecha me sigue gustando la filosofía estoica y conservo muchos principios, pero no me ayudó lo que encontré ni cómo se me presentó como una receta milagrosa; me estaban vendiendo una identidad, una armadura inflexible que adopté como si fuera mi piel, sin reflexionar y sin profundizar. Estaba morro y quería que algo validara el hecho de que no deseaba responder con violencia y sentir que eso no me hacía menos hombre[2f, 4b, 5a] y llegó esta visión de templanza y dominio propio como base a una ‘vida digna de vivirse’ y me lo tragué; confundí la templanza con tragarme las emociones, el no tomarme personal los comentarios con crearme mejor, el ser diferente a quien me hirió con juzgarlos de tontos. Reconozco que mucho fue desde mi ignorancia, pero ese profe, al cual le tengo mucho cariño y agradecimiento, hizo lo mismo que muchos otros: dejarme a la deriva para tratar de averiguar qué funciona y qué no, aunque sé muy bien que yo no era su responsabilidad y no pretendo culparlo.

Al día siguiente del incidente de la clase, le pregunté más al profe sobre autores o libros que me recomendaba, me recibió bien cuando lo busqué y me pasó un artículo suyo que había

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

escrito para la carrera con un amigo suyo – un amigo que después yo conocería y se volvería parte importante de mi vida también –, “El estoicismo cotidiano”, donde hablaba de retar el cuerpo con ejercicio intenso, cultivar disciplina todos los días, arreglar el espacio de trabajo y relajación, alejarse del ocio, adoptar el hábito de la lectura, dominar los impulsos y las emociones, entender que cada uno se vale por sí mismo y que no me toca resolverle a los demás[4b].

Me metí mucho en la lectura y para mis papás eso estuvo excelente[4e], para este punto yo era el hijo ideal y toda su atención se centró en Manny [4d]; de vez en cuando sí se interesaban por mí, pero como nunca había un problema me dejaban que me metiera más y más en mi música y la lectura; coincidió además que mi hermano en esa época tuvo algunos problemas en la escuela, unos compañeros que se metían con él y se agarró a golpes con ellos, lo recuerdo bien porque le dije a Manny que estuvo bien que se defendiera, incluso le ayudé yendo un día por él para asustar a sus compañeros que lo molestaban[4b]. Bueno, con toda esa situación mis padres se enfocaron mucho en Manny, fue una temporada de mucho estrés en la casa y empecé a pasar más tiempo fuera de casa, mis papás no parecían tener mucho problema con esto; eran años de trabajo muy pesado para mi papá y mi mamá si no estaba atendiendo a Manny estaba con su propio trabajo.

El periodo de la prepa se resumió en cumplir tareas y pasar el rato con Beto y Jorge, aunque empecé varias actividades que años más tarde me serían esenciales para quien soy, sería falso pintar que en ese momento dedicaba mi tiempo más a ensayar que a jugar videojuegos o ver videos con mis amigos, o que me metí en la lectura durante horas – sé que muchos sí lo hacían, pero yo quería estar con mis amigos – estas actividades fueron mi refugio cuando volví a sentirme solo; los libros de los que me hice, como el de ‘Meditaciones’ de Marco Aurelio, me

empezaron a marcar más cuando entré a la universidad y la batería fue una práctica más constante hasta mi siguiente grupo, también durante la carrera, de momento ambos eran gustos casuales para pasar el tiempo y en buena medida hacerme sentir como el chico más interesante del salón[2f, 4b], no tenía muchas preocupaciones más allá de eso y gozaba mi día a día (al menos lo suficiente para ignorar los malestares de los que apenas era consciente). Dicho lo anterior, no todo fue tranquilo, había algunos compañeros que eran pesados – siempre hay unos chicos problema – y más de una vez me metieron en conversaciones incómodas tratando de provocar, sobre todo después que el profe me celebró en clases a costa de uno de ellos, pero nunca escaló, no les permití que me ganaran -. Esos días que estaban de insoportables era cuando más agradecía la batería, controlaba mis emociones hasta llegar a casa, me encerraba y le daba con todo, ni siquiera me preocupaba por sacar una canción, usaba las baquetas para sacar todo[2b] y de puro milagro los parches de la batería me aguantaron. Al inicio el tutor de grupo se quedaba cerca del salón para calmar a estos vatos cuando era demasiado desmadre para los otros profesores, les iba metiendo reportes y se fueron calmando poco a poco; de igual manera él cada vez estuvo acercándose menos y menos al grupo, eventualmente sus horas de tutorías eran clases libres.

Yo me había acercado al profe en varias ocasiones para preguntarle por más lecturas o saber si él había escrito algo más, siempre me recibió bien, aunque ni él ni yo teníamos mucho tiempo entre clases. Recuerdo que me daba gusto verlo y saludarlo, comentarle lo que había leído y saber si él había leído algo más, era la primera vez que tenía un tipo de amistad con alguien tan mayor (bueno, probablemente él tenía 24 cuando yo tenía 15, sé que no era recién egresado cuando yo entré a la prepa, ya tenía un poco de tiempo en la escuela, pero tampoco era tan mayor). Me da curiosidad pensar cómo me veía él, le perdí la pista al entrar a la universidad

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

y un día que quise buscarlo me enteré de que ya no estaba trabajando ahí. Aunque fue poco el contacto que tuve con él en realidad, le agradecí la atención que me prestó y cómo se interesó en apoyarme; fue una razón más por la que considero que la prepa fue la mejor época de mi vida: me la pasaba con amigos, me sentía libre, no me preocupaba por nada.

Todo este mundo que había construido se empezó a desmoronar al momento de entrar a la carrera, entré por mi cuenta en una universidad sin mis amigos de toda la vida. Aún me veía con Beto, aunque estuviera en otra universidad seguía en la misma ciudad, pero Jorge de plano se fue a otro estado y seguíamos en constante contacto el primer año, luego nos empezamos a distanciar.

Parte II Formándose en el Emerger

Estudié ingeniería en sistemas, tomé la decisión a partir de unos primos que conocí que estudiaban lo mismo, les iba bien económicamente y en mi mente eso era lo único que importaba[4b]. Esa era de las pocas cosas por las que se le reconocía a mi papá, no solo nos sostenía, teníamos una buena situación económica, cómoda; también era de las cosas que se esforzaba por enseñarnos, el valor del trabajo y la importancia de administrarse bien, cumplir con la responsabilidad, dedicarse de lleno al trabajo eran las cualidades que importaban para nosotros[4e]. Nos decía que trabajaba tanto para que nada nos faltara y para que él y mi mamá tuvieran algo con lo que retirarse, decía que él se sacrificaba para darnos y aunque pareciera que solo le dedicaba su tiempo a esto, nosotros éramos lo más importante. Mucho tiempo creí que saberlo era suficiente, le agradezco por ese sacrificio que sí hizo, sé que tuve un papá dedicado e increíble y ya soy afortunado por eso, pero no fue suficiente; no importa cuantas veces yo mismo me dijera que lo hizo por mí, me hizo falta tenerlo cerca y eso me hizo aferrarme a cada pequeño instante con él o a cada pequeña interacción con él. El esfuerzo y generar una buena cantidad de

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

dinero eran una visión central de lo que buscaba conseguir cuando tocó elegir una carrera justo por ese ejemplo que él nos dio, ahí reconozco desde hace años que mi papá era mi modelo a seguir[4b].

Le di todo ese peso a mi papá cuando mi mamá dedicó el mismo esfuerzo y más tiempo a nuestra crianza en los primeros años e igual conservó una carrera de contabilidad a la que regresó. No les he dado el mismo lugar por mucho tiempo, mucha gente a nuestro alrededor no lo hacían; sus amigos celebraban a mi papá por aportar a la casa y además dedicarse a ella con sus propias manos, no señalaban ni valoraban frente a nosotros el esfuerzo que hacía mi mamá, no con el mismo entusiasmo o invitándome a mí y a Manny a estar orgullosos, solo asentían cuando ella expresaba cansancio y decían “así es la crianza”, nada de reconocerla o decirnos que teníamos una mamá increíble[4bc]; teníamos que estar orgullosos de que mi papá hacía el esfuerzo de estar mientras mi mamá se partía el lomo de manera cotidiana y con suerte le dábamos las gracias. También sé que tuve una mamá increíble – aún con todas las fallas que mencioné antes –, pero la sentía segura, la atención de mi papá era algo por lo que tenía que competir; no importa cuantas veces él dijera que éramos lo más importante y lo hacía para nosotros, yo sabía que su tiempo se iba en el trabajo, no conmigo, no con Manny, mi mamá tenía suerte de tenerlo cerca al final del día, nosotros debíamos luchar por esos ratitos.

No cuestioné esta idea, compartía la noción de sacrificio de mi papá y cuando mi exesposa quedó embarazada[4cd], situación que ni planeamos ni nos preparamos para atender, asumí que debía sacrificarme para sostener esta nueva familia[2a, 4b]. Este modelo de ser padre del que me quejaba con ella, que tanto decía que no quería repetir y que yo quería dedicarme a criar con ella, que le prometí a mi hija cuando era bebé en mis brazos jamás repetiría, era mi única referencia y mi estándar al que caí cuando no tuve dónde apoyarme. Creo que es lo que

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

llevó a mi papá a atentar contra su vida cuando me tuvieron, sé que mi mamá tuvo otro embarazo antes de mí que no pasó del primer trimestre, pero la presión por no repetir los errores del pasado debió de ser terrible; nunca conocí a mi abuelo paterno y pienso hablar lo poco que sé de él más adelante, pero de momento diré que no puedo imaginarme tener ese ejemplo y temer por repetirlo, por ser igual o siquiera parecido. A mí me parecía intolerable la idea de ser como mi padre y, para mi pesar, lo emulé en más cosas de las que quisiera cuando me volví padre; quería a mi papá por esos momentos fugaces con él y los sigo recordando con mucho cariño, nos adaptamos a sus decisiones y su sacrificio se volvió el nuestro.

Si queríamos pasar tiempo con mi papá era a través de ayudarlo o pedirle que nos enseñara a hacer algún arreglo de casa o el coche[4d]; mi papá estudió ingeniería civil, también le encantaba todo lo de electricista o mecánico y siempre se metía por completo en su chamba, literalmente a veces, de cuerpo entero. Es alguien que le gusta trabajar con sus manos, con hambre de aprender más y codearse con quienes pudieran enseñarle, eso le sirvió para aprender de todos los oficios un poco. En su trabajo se juntaba por igual con albañiles, ingenieros y arquitectos, de estos últimos hizo amistades que le enseñaron y lo llegaron a incluir en otros proyectos profesionales y personales más ambiciosos, al punto que en su chamba tiene rango de arquitecto y lo tratan como igual, “solo le falta el papelito” dicen sus compañeros. Su trabajo me parecía muy exigente de tiempo, muy matado, entonces no me agradaba la idea y al mismo tiempo admiraba mucho a mi papá por hacer el trabajo en casa, meter sus manos y siempre querer solucionar las cosas por su cuenta[4b], ayudarlo en eso era como pasaba tiempo con él cuando estaba más pequeño y a veces aún de grande me acercaba con sus proyectos más manuales para aprender a arreglar y estar con él, era una de las excusas. La idea de una ingeniería me agradaba por todas estas cosas, mis primos solo me orientaron más hacia lo

moderno, hacia una zona con más crecimiento, con más dinero y con un trabajo menos demandante de tiempo.

También conservaba mi interés por la música y lo vi como una buena manera de alimentar ese gusto. Pensé que sería una buena combinación que me permitiría ser mi propio productor, no depender de nadie (nadie me podía traicionar si estaba por mi cuenta[2d]). En la universidad creció mi gusto y dedicación a la música y, aunque bajé mi promedio con respecto a la prepa, mantenía buen nivel porque en cada oportunidad realizaba proyectos personales en cada materia que me lo permitiera, lo que generaba simpatía con varios profesores, algunos de ellos se interesaban y ofrecían ayuda o consejo con los proyectos más ambiciosos[4ae, 5a].

Di todas esas vueltas para mantener una pasión: la ingeniería para cubrir la música y en la música la batería para cubrir el canto; no me arrepiento, me gusta resolver problemas prácticos, hice buenos contactos, también un par de amistades y era lo suficientemente bueno como para tener una carrera exitosa (escuché en algún momento que el mundo está gobernado por gente con promedio de 7 con buenos contactos y soy testigo de que es cierto, a nadie le ha interesado mi promedio de 8.2). El entrar a un nuevo grupo tuvo muchos retos, aunque también sirvió para permitirme explorar con más libertad ese sueño frustrado, era un inicio nuevo.

Con este paso a la universidad mis padres me cedieron el coche de la familia, un Jetta 2000, y ellos compraron uno nuevo para sus propios movimientos a condición de que yo lo mantuviera limpio y llevara a Manny a su escuela. Fue muy emocionante contar ya con un coche para mí mismo al cual sabía atender de manera muy sencilla, es el mismo que le cambiaba el aceite, los filtros, balatas y todo lo que pudiera con mi papá cuando hacía falta; lo conocía bien y también incluyó una mesada que al principio me pareció sumamente generosa, eran 2000 pesos, pero yo debía administrarme y pagar la gasolina de ahí, que eran entre 1000 y 1300 (si no me

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

equivoco esto fue en el 2006), además que los gastos de la universidad (a excepción de la mensualidad) yo los tenía que cubrir. Normalmente tenía 300 pesos libres cada mes que iba ahorrando poco a poco, más de una vez pregunté por la posibilidad de tener un trabajo y mi papá rechazaba que estudiara y trabajara, en cambio ofrecía que le ayudara en algún trabajo que tenía y me pagaba como asistente de taller; con este acuerdo quedé más libre de tiempo y al mes llegaba a completar los 1000 pesos para ahorrar, claro que a cambio me quedaba sin tiempo libre, no siempre estaba dispuesto a ese cambio. Estos apoyos siempre fueron a condición de mantener mi promedio arriba de ocho[4e], me ofrecieron más dinero si subía mi promedio a 9 o 9.5, pero la verdad me sentía cómodo con este acuerdo, no pensaba ser un matadito y conforme avanzaba la carrera era más complicado mantener el promedio.

La carrera no fue problema por sí misma, pero volvió el sentimiento de soledad que se asomó por primera vez en la secundaria. No conocía a nadie y no me era fácil confiar nadie; en las reuniones me encontraba riendo a chistes que no me agradaban o quedándome solo viendo el celular, me presionaba a convivir con mis compañeros y la mayoría me parecían unos cretinos de escucharlos, entonces salir con ellos pronto salió de mis opciones. En mi universidad había algunas personas que conocía de la prepa, algunas amigas y uno que otro chico que me agradaba, pero nadie en mi carrera, por lo que los primeros años casi no interactuaba con nadie del salón; por lo que me dicen dos amigos que hice más adelante yo llegaba a ser bastante agresivo, ignorándolos y siendo grosero cuando buscaban ser amables – les creo, sé ahora que yo estaba muy a la defensiva, esperando lo peor, pensaba “o jodes o te joden”[2d, 4c]–. Me costó bajar esas defensas, cuando la soledad era tan profunda que era más agradable la idea de arriesgarme a seguir sin nadie, y todavía el empezar a confiar fue después de meses de frialdad, no quería el mínimo riesgo; me la pasaba fuera del salón y mi vida giraba en torno a las personas a las que me

aferré, la principal fue Michelle y sus amigos, los hice mi grupo también, me inserté en la vida de ella en realidad[2a].

Michelle y yo nos conocíamos desde la prepa, una amistad no tan cercana, pero lo suficiente como para disfrutar su compañía, buscarla y sentirme bien recibido por ella. Estaba en la carrera de historia, pero como se encontraba algo cerca de mi salón a veces me saltaba clases para pasar tiempo con ella y sus amigos; nos hicimos más cercanos, ella siempre me pareció muy guapa y empecé a coquetearle, ella me correspondió y empezamos una relación. De las cosas que mi papá insistió en enseñarnos cuando crecíamos era ser caballerosos[4b] – de la manera más clásica que puedan pensar, hablar de usted a las mujeres y personas mayores, ceder el asiento en el camión o en salas de espera, abrirle la puerta a los demás, cosas así – y aunque no le hacía mucho caso cuando no estaba él presente, me esforcé por ser un caballero con Michelle, es decir, quería que ella se sintiera especial y que era el centro de mi atención desde que me interesé en ella, que yo estaba para ella cuando me necesitara y que yo quería adaptarme a lo que necesitara para mantenerla contenta[4b]. No le hablaba con formalidad tal cual, pero sí cuidaba todo de mi presentación y como me expresaba con ella, hacía el esfuerzo por darle flores o detalles cuando la buscaba; quería repetir la atención que mi papá le tenía a mi mamá de pasar tiempo con ella y darle regalos, eso significaba tener una relación para mí. La presenté con mis papás el mismo día que iniciamos diciendo que era mi novia (primera vez que lo hacía) y recuerdo que mi papá me preguntó si ya le había pedido permiso a sus padres y me puse helado un segundo, mi mamá lo regañó con un ligero golpe en el brazo y él buscó retractarse un momento, pero Michelle rio y se adelantó y me salvó el pellejo.

- Mis padres saben que desde hace tiempo me gusta Rober, han estado atentos desde que empezamos a vernos, él me acompañaba cuando me recogían; reconocieron que

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

es un buen chico y me habían dado su bendición si quería una relación con él, lo dejaron a mi decisión – pude respirar con lo que decía Michelle, me sentía afortunado.

Yo agregué que de inmediato iríamos a casa de ella para pedir permiso (más que nada para tranquilizar a mi papá, no era necesario pedir permiso, pero sí quería acompañar en el aviso en persona), los señores fueron muy amables y solo me pusieron reglas de salidas, horarios de llegada, que la escuela es primero y que esperaban más adelante tener una reunión con mis padres. Me parecían acuerdos perfectos para mí y mis humildes 300 pesos mensuales.

Fue mi primera relación seria y la quería tratar así desde el inicio, era lo que me traía más felicidad en ese momento y se convirtió en mi principal distracción cuando todo lo demás lo ignoraba por estar con ella; cuando alrededor solo había malestar, incomodidad o incluso dolor, me refugiaba en ella[2b, 4a]. Ambos teníamos como regla no descuidar los estudios, igual me saltaba clases para esperarla entre las suyas y luego me ponía al corriente en tareas, hubo materias más fáciles para esto que otras, entonces mejor nos quedábamos juntos después de clases, yo la llevaba a su casa o ella me acompañaba a recoger a Manny. Me quedaba con ella y con sus amigos, no quería apartarla, comprendía que eso no estaba bien y nunca fui de celos en eso, solo pretendía estar en su mundo, al cabo no tenía mucha gente en el mío.

Los primeros meses yo me sentía en el cielo y dedicaba mi tiempo por completo a ella cuando podía, le ayudaba con su tarea, cocinábamos juntos en su casa y recogíamos, exprimía cada instante que podía antes de separarme de ella[2f]; trabajaba extra y ahorraba para salir cada segundo fin de semana al centro con ella, invitarla al cine o un café juntos, entre estas salidas le daba detalles como flores, dulces o cartas; estábamos en plena luna de miel y era fácil y lindo dedicarme a eso.

Al cabo de unos meses dejé de poner tanto esfuerzo, estaba exhausto del ritmo de estudiar

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

y trabajar tanto para cumplir todas las expectativas y además consentirla con regalos. Aún si no me hubiera cansado, surgieron otras presiones en la escuela o tenía ganas de comprarme unos platillos nuevos para la batería, pero todo el dinero lo usaba en Michelle, sentía que no podía gastar en mí al inicio. Ella llegó a preguntar porqué ya no le daba tantos detalles cuando empecé a ahorrar y no quería decirle que estaba ahorrando para algo mío, sentía que estaba siendo egoísta, y volvía a comprarle cosas[2a, 4b]; ese era el ciclo en el que empezamos a caer. En las salidas yo pagaba siempre, Michelle en ocasiones me compraba algo o era ágil para pagar antes que yo, le sonreía y aunque me decía que ella también debía pagar yo notaba que le gustaba que yo la consintiera, me decía que se sentía especial y procurada[4e]; también la veía con esa sonrisa cuando le escribía cartas o le hacía alguna manualidad, pero yo pensaba que eso era algo... pues inferior, algo que hacía cuando no tenía dinero, válgame, algo de pobres[4bc].

En casa nunca fue un tema criticar por dinero, pero lo era en la escuela, lo era con Jorge también y yo recordaba que después de ser afeminado, lo peor era ser pobre y yo no estaba dispuesto a ser de nuevo el afeminado ni caer en ser el pobre – me da pena mencionarlo así, es una creencia que tenía sin forma clara en ese entonces y que todavía se asoma, la creencia de que sin dinero soy un poco hombre o que sin ser exitoso en mi carrera valgo menos, y era una creencia que se ha metido en mis relaciones de pareja más que en ningún otro tipo de relación –. Me veía a mí mismo con desagrado cuando hacía alguna manualidad para Michelle, era algo que tenía que hacer cuando me quedaba sin dinero, para que ella se sintiera especial y yo sentirme tranquilo debía de ser con mi dinero; nunca hablé de esto con ella y fue la raíz de un rencor que empezó a crecer, un rencor desde la idea de no ser suficiente ante sus ojos, ante mis ojos en realidad, reflejados en los de ella.

Esto creció poco a poco y con otras pequeñas dificultades que crecieron desde nuestra

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

ignorancia el uno del otro. Ella llegaba a ser muy dura en sus expectativas de mí, no creo que se diera cuenta, pero no era inusual que me expresara que estaba feliz de estar con alguien “para quien ella era la prioridad”, que la trataba “como lo máspreciado” y que estaba dispuesto a “darlo todo por ella”[4bd]; yo alimenté esas ideas, carajo, al inicio yo le dije eso y le demostré eso, creo que hubiéramos sido capaces de ver más allá de nuestras acciones con guía de alguien o de más grandes; yo la bombardeaba de amor a una cantidad exagerada y ella mantuvo esa expectativa de mí, yo era ‘diferente’, esos comentarios de agradecimiento los escuchaba con una amenaza encubierta de “si dejas de hacer esto ya no seré feliz”. Me daba miedo hacerla infeliz, yo asumía que era mi responsabilidad, que era una niña frágil que yo debía cuidar y ella, por su lado, claro que disfrutaba ser tratada así. Yo cedía en todo y en un momento me topé con cosas con las que yo no estaba de acuerdo en un nivel muy profundo, por ejemplo, ella tenía la expectativa de que le defendiera hasta los golpes, si no es que más[4bcd]. Me contó que un día que su papá, mientras iba con sus hermanas, en una ocasión se bajó del coche y golpeó a un sujeto que iba en moto a la par de ellas y se les empezó a insinuar de maneras muy grotescas; el señor se le cerró de golpe cuando arrancaron, tirándolo de la moto y ahí en la calle bajó para golpearlo, lo suficiente para espantarlo y que se fuera corriendo; se subió de nuevo a la camioneta y arrolló la moto, dice que incluso un par de conductores cerca lo celebraron y evitaron que el chavo se fijara en las placas o que alguien interviniera; me lo dijo con mucha emoción, me preguntó “¿estarías dispuesto a protegerme así?” y me quedé paralizado, balbuceé un sí poco convincente y vi cómo se desanimó. Aún pienso en esa situación, ¿qué haría si me topara con eso?, no me gusta la violencia, nunca he tenido una pelea, sin duda no quisiera que alguien le dijera esas cosas a mi hija o mi pareja... No me sentí cómodo con eso, hubo varias cosas en donde noté que ella tenía una barra muy alta para su novio y en varias de ellas yo no

coincidía; de nuevo, nada de esto lo quería hablar, no tenía ni las palabras para saber qué sentía o explicarme porqué me incomodaba.

Después de un tiempo las cosas se volvieron más complicadas, los dos nos volvimos mañosos en la relación, sabíamos nuestros puntos débiles. No soy capaz de decir si ella lo hacía con esa intención, pero yo sí llegué a sentir que usaba ese desánimo suyo como una manipulación en ciertas ocasiones, sé que yo sobrecompensaba y cedía en todo cuando la veía triste o molesta. Aún nos queríamos mucho, por algo anduvimos juntos cerca de tres años, la mayoría del tiempo no era así; Michelle fue mi mejor amiga y yo fui el de ella, comíamos juntos, estudiábamos juntos, me quedaba con ella y sus amigos, tuvimos nuestras primeras experiencias sexuales juntos, estábamos muy enamorados y hablábamos de casarnos saliendo de la carrera. Muchas dificultades, de parte de ella y de parte de mí, las atravesábamos por esa promesa de estar bien en el futuro, nunca fuimos de separarnos y regresar, pero bien pudo haber sido así.

Yo no quería separarme, era todo lo que me sostenía y todo lo que conocía con sentido. Mi distancia del grupo garantizó que no hiciera amigos, todos ya tenían sus grupos para 2º semestre y yo me aislaba, esperando a una oportunidad de ir con Michelle. Empecé a relacionarme por necesidad con Alex y Liliana, dos de mis compañeros; Alex me agradaba y era muy amable, creo que fue la razón por la que Lily se juntó con él también, ella era la única chica del salón y era hasta más cuidadosa que yo con quien se juntaba, se conocían desde antes los dos y ellos fueron quienes me incluyeron primero en su equipo para hacer trabajos. Poco a poco también me les acerqué, hacíamos buen equipo y, aunque me costaba confiar para contarles de mi vida o acercarme, fue el inicio de dos amistades bonitas que hoy mantengo, de hecho, somos socios en varios proyectos de trabajo. Al inicio no los buscaba para platicar entre clases – ellos son quienes me dijeron que era muy grosero en ocasiones, pero me dieron oportunidad de

redimirme – y si no iba con Michelle, evitaba el sentirme solo metiéndome en la lectura o escuchando mi música mientras caminaba por la universidad.

Fuera de clases las cosas no ayudaban, mi papá estaba en sus últimos años de trabajo y estaba más saturado que nunca, tenía todavía menos tiempo para la casa o para mi mamá y ella se estaba esforzando para equilibrar el retomar su trabajo con atender a Manny, que con 13 años se estaba volviendo un adolescente bastante insoportable a ratos; lo que no fui yo de rebelde, él lo sacó con la diferencia que las amenazas de golpes no lo calmaban, se tranquilizaba cuando yo estaba presente y a veces cuando yo se lo pedía se detenía, me buscaba para hablar y mi mamá me pidió que me hiciera todavía más cargo de él, por lo que en casa tampoco podía ocuparme de mí[4d]. Sentía que en la casa dependían de mí y yo dependía de Michelle, no confiaba en nadie más, sentía como el agotamiento se iba asentando poco a poco y me daba miedo que creciera en algo feo, algo que nunca supe nombrar en ese entonces, pero ya no quería estar viviendo eso, era un problema tras otro y estaba harto. La relación con Jorge en este momento era muy intermitente por la misma distancia, pero con Beto me seguía viendo seguido, cuando empecé a andar con Michelle sí hice un tanto de lado a Beto, pero él nunca me lo ha echado en cara; para cuando terminé el primer año en la carrera mis salidas con él habían disminuido, pero seguíamos en contacto seguido.

Estas dificultades me llevaron a buscar terapia a inicios de mi tercer semestre; yo tenía problemas y, aunque no me gustaba depender de los demás, si había un problema debía haber una solución[3b]; si había algo que yo estaba haciendo mal, era cuestión de averiguar qué era y cómo arreglarlo[2f, 4b]. Busqué por internet y encontré a mi primera psicóloga, tenía buenas referencias hasta eso, yo no la conocía, solo encontré su publicidad y la contacté. Cuando le pedí el apoyo a mis papás para ir no me preguntaron nada, mi mamá me dijo que “si es algo que me

va a ayudar, me apoyaba en todo”, mi papá solo dio un resoplido, como indicando que la decisión de mi mamá era suficiente, sin dar su opinión[4d]. Creo que les pareció algo caro lo que me cobraba y yo ofrecí poner la mitad, dijeron que no era necesario, pero insistí en hacerlo – yo debía hacerme cargo de mí al menos en parte – y así lo manejamos.

Esta psicóloga era directa, nada grosera, me sorprendió ser tratado así, pero de buena manera. Le hablé a grandes rasgos de cómo empecé esta relación con Michelle y teníamos a veces unos problemas porque no siempre tenía ganas de verla y ella se lo tomaba a mal o que yo explotaba y le hablaba feo en algunos momentos, que me pesaba mucho el tema del dinero con ella; le conté como ella me jalaba mucho a sus planes, ella estaba menos dispuesta a acoplarse a los míos y estaba cansado de ceder tanto; en otras sesiones le conté sobre cómo me distraía con la música, sobre la incomodidad que tenía con la mayoría de mis compañeros o que tenía cada vez menos tiempo para mí y cómo extrañaba estar con Beto y Jorge desde que entramos a la universidad y todo cambió, que me sentía solo en la universidad y no sabía qué hacer.

Extracto de notas clínicas de la psicoterapeuta Andrea Berumen

El paciente refiere como su principal preocupación su relación sentimental y en su historial menciona un proceso previo con una psicóloga dentro de la escuela, yo soy otra figura femenina desde donde quiere expandir su reflexión, ¿qué pasa con los varones en su vida para que desconfíe de ellos? ¿qué han hecho y hacen las mujeres en su vida?[1a] Pareciera que las mujeres son la principal manera, si no es que la única, que tiene para acercarse a su vida emocional y a una reflexión; puede tener que ver desde su infancia esto, cuando interactuó más con hombres fue con niños de su edad que eran agresivos y requerían de una dureza de “no mostrarse débil”.

Resalta que sus padres están presentes en su vida, pero solo parcialmente, ante

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

necesidades explícitas. Su mamá está más atenta, pero atiende sus proyectos personales; sobre su padre dice que siempre ha sido una persona distante que está cuando se necesita y con quien tiene confianza, al interrogar sobre momentos donde le ha apoyado menciona ocasiones donde él le ha comunicado “cuentas conmigo si tienes problemas”, pero no da ejemplos del apoyo. Se le ve incómodo al examinar esta relación, hace falta buscar las redes de apoyo alrededor y actuales para seguir examinando esa relación particular.

Un pacto que prevalece en ese núcleo familiar es que cada uno resuelve sus problemas por su cuenta, a menos que sea un asunto institucional o más grande que algo “personal”. De ahí que el apoyo se ofrece de manera verbal, hará falta explorar experiencias de apoyo con acciones específicas.

- - - - -

El paciente abordó esta sesión como una oportunidad de hablar de su vida hasta ahora, dice que “siente que hace falta el contexto”.

Se expresa ampliamente en lo general sin profundizar, su mayor dificultad parece provenir de los pocos recursos y herramientas de expresión emocional que ha desarrollado y que le han enseñado[1b], se limita con respuestas breves y poco claras como “estoy bien” o con un “no sé” para después quedarse callado y cambiar el tema si no encuentra rápidamente las palabras.

Ha desarrollado en la música un recurso personal importante, particularmente con el enojo le ayuda a procesar y expresar sus emociones. Su repertorio emocional se reduce a la alegría, tranquilidad y enojo: la felicidad la comparte con todos y en especial con su pareja, cuando no se siente “de ánimos” se queda “tranquilo” – un aplanamiento

emocional más que un estado de quietud de lo que se observa en sesión – y en el caso del enojo es algo que reconoce y “lo controla” para “sacarlo todo en la batería”, instrumento al que no ha tenido acceso en los últimos meses.

- - - - -
El paciente sigue abordando distintos momentos de su historia de vida, en esta ocasión se enfocó en dificultades que vivió en la secundaria.

El contacto con la tristeza se evita con bromas o menospreciando los eventos con expresiones y gestos de burla; mantiene una sonrisa a lo largo de las sesiones aún ante situaciones desagradables y dolorosas, como el rechazo que ha vivido por otros compañeros desde la primaria, el bullying generado por su gusto a cantar, la falta de participación de su padre en su crianza, el solo ser atendido por padres e instituciones cuando “tenía problemas”; estas son algunas de las situaciones que han surgido donde se identifica una incomodidad por su cambio repentino de sonrisa a un gesto serio y una voz monótona – el aplanamiento emocional descrito como tranquilidad –. Sus recursos emocionales se quedan cortos ante las experiencias dolorosas y tristes.

Su vida emocional, además, es muy solitaria; la felicidad es la única emoción que se permite expresar abiertamente con los demás, todas las demás vivencias son manejadas en privado, se aísla para expresar su enojo y en sesiones le cuesta poner en palabras la amplitud de experiencias, las resume con “me siento como ansioso”, cuando bien puede ser miedo, tristeza, nerviosismo, preocupación, expectativa, angustia, etc. Es difícil identificar desde afuera cuando él no tiene las palabras para describir.

Las intervenciones se han basado en atención plena y consciencia de sensaciones para empezar a nombrar su vida emocional, de nada sirve intervenir en algo que no

reconoce y sigue poniendo mucha resistencia a la exploración de sus temas personales.

- - - - -

Al paciente le costó hablar sobre sus relaciones cercanas, pero empezó a aceptar profundizar en lo que dice son sus principales preocupaciones, si bien mantiene la guardia alta y ha costado traer el tema, quiso abordar primero su relación de pareja. En las sesiones previas se tuvo que establecer bien la alianza terapéutica para que se abriera a discutir estos temas que le son de interés central sin que desviara la discusión[1b].

Con respecto a su pareja le cuesta marcar límites de tiempo y establecer acuerdos a la hora de pagar, asume que él debe cubrir todos los gastos y es algo que no han hablado con claridad. Le asusta hablar con ella y “lastimarla” al marcarle un límite, situación que ha llevado a tener conflictos donde él responde de manera agresiva al no aguantar más; esta respuesta agresiva ha ocurrido también en terapia donde, al abordar sus temas incómodos y después de permanecer serio un rato, responde de manera mordaz y cortante, subiendo el tono de volumen de su voz incluso. La consciencia corporal ha ayudado a que reconozca su estado de molestia desde un inicio y empiece a nombrar lo que no le gusta, al menos lo hace en sesión[5a], insiste en que “no quiere enojarse con ella” y que tampoco quiere que “ella se sienta mal y se enoje” porque él no se siente cómodo, minimiza su propio malestar después de nombrarlo, diciendo que “no es nada grave”.

Sobre sus amigos hay un tema parecido, apenas lo menciona al final, justo cuando se cierra la sesión se extiende hablando sobre sus “dificultades para marcarles límites”. Se dio cierre a la sesión 3 veces separadas antes de que parara, ofreciendo

retomar la siguiente sesión

- - - - -
Es la primera sesión en la que el consultante llega con un tema preparado, incluso escribió un par de cosas por iniciativa propia[2f], dijo estar nervioso por hablar sobre sus amigos, pero que le interesa mucho.

Retoma sus “dificultades para marcar límites” y desde ahí plantea que no sabe marcarlos con sus amigos; al interrogarlo más reestructura su idea, aunque le cuesta plantear con claridad la situación sabe que hay detalles que no le gustan, pero no es que sobrepasen sus límites. Comenta que luego se alejan mucho y que se siente solo e ignorado por ellos, pero reconoce que cuando los busca ellos responden. Parece que su malestar recae en que hay una expectativa de su parte sobre la amistad que no se cumple, pero le cuesta poner en palabras qué espera.

La frustración también surge del hecho que no tiene relaciones de amistad tan profundas entre quienes frecuenta. Surge este sentimiento de soledad al reconocer que sus amigos de la infancia andan lejos y no los ve con la misma frecuencia. Se ha explorado qué ha hecho para establecer relaciones dentro de sus grupos cercanos, lo que resalta más es que marca su distancia porque desconfía de ellos, “nadie se ha ganado su confianza”, si bien sí hay dos compañeros que le agradan y con los que interactúa. Entre clases se aleja para irse con su pareja, con quien ha establecido un círculo de amistades externo a su grupo de clases; originalmente eran más amigos de ella, pero en este momento “son amigos de los dos”.

Existe un riesgo de que el consultante este imponiéndose sobre su pareja y sea parte de los problemas de límites difusos que tiene con ella[1a]; entró en la vida de ella y

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

se metió en totalidad cuando ambos están en formación y autodefinición. No ayuda en este sentido que su pareja sea su principal soporte emocional, el único que él sostiene y mantiene. Será importante intervenir para fomentar la tolerancia a la soledad desde más relaciones seguras, también para facilitar la intervención clínica.

- - - - -

Se examinó la relación con sus compañeros considerando las escasas redes cercanas que tiene. Habla con rechazo a varios de sus compañeros de salón, “ruidosos y molestos”, habla con mucho desdén, menosprecio incluso ante estos chicos. No tiene comentarios de nadie más de su salón (mayoría de hombres) si no es sobre algo negativo que observa, aun cuando no le afecta; habla cargando su juicio de valor diciendo “deberían aprender a comportarse” o “deberían de meterles reporte”. Expresa que se amerita un castigo para quienes no estén “en orden” [4bf].

Sobre su universidad se queja porque no es suficientemente severa con los alumnos problema, pero también porque no les presta atención a los demás estudiantes, como él, que no son “desmadrosos”. Argumenta que nadie les presta atención, que solo te voltean a ver si causas problemas, a esto se le señaló que es algo que él buscaba lograr, pero no dejó de mencionar que “deberían ponernos más atención”.

Esta visión doble parece un curioso resultado de su adaptación para “evitarse problemas” con instituciones y compañeros por igual, a la par de un deseo básico de pertenencia y ser atendido; solo ha sido volteado a ver cuándo “se porta mal” y le cuesta ser atendido en otro contexto, rechaza acercamientos amigables con su indiferencia y violencia reactiva ante la menor provocación [1a].

Puede ser una manera de comprender sus conductas de evitación cuando se

presta atención a cualquier malestar profundo que tenga; esta evitación es un tema que debe ser abordado con cuidado para evitar el rechazo, situación que ya se presentó. Usar las estructuras alrededor de él (amistades, pareja, familia, escuela) son la primera apertura que tiene para expresar esto, pero les carga de responsabilidad a ellos sin asumir qué quiere o qué no quiere.

- - - - -

Al preguntarle cómo se encontraba esta sesión dijo “bien” de manera más golpeada de lo normal, se le interrogó si algo le incomodaba, pero él mismo hace de menos su malestar[2b]. Se intentó preguntar más al respecto y respondió “para qué, si no va a cambiar nada”. Presionar más por este ángulo no parece efectivo de momento, pues al señalar la evitación observada el paciente hace una mueca parecida a una sonrisa y hace un gesto con la mano de rechazo, dice que “no es nada”. No se presionó en ese momento, no estaba segura de cómo intervenir[4d], se buscó darle mayor flexibilidad en su expresión emocional con un diario e incluso a través del dibujo, intervención que le emocionó[5ab].

Se interrogó sobre su relación con la familia para conocer los puntos de apoyo que tiene cerca, quedó manifiesto que sus padres y hermano no son un punto de confianza actualmente. Cuando se ha acercado, su madre comparte sus experiencias personales con él y no tiene claro en cómo apoyarle, incluso diciéndole que “él es un buen chavo y que todo saldrá bien para él”; su hermano es demasiado pequeño para servir de apoyo sustancial y su padre, por otro lado, se queda callado nada más y sus consejos se han reducido a “echarle ganas”.

Ella me estuvo acompañando en muchas situaciones y creo que fue un apoyo muy

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

grande[4a], pero me seguía resistiendo a hablar ciertas cosas, de todas; yo solo quería solucionar los problemas que tenía delante y no examinar nada más[2d, 3b]. En esa época me sentía muy frustrado, pero principalmente solo, quería que desapareciera esa sensación y no había ningún consejo mágico que aliviara eso y al cabo de un mes ya estaba pensando en dejarlo, pero me obligué a seguir otro poco. Mientras tenía las sesiones yo seguía intentando romper la soledad con lo de siempre: buscaba a Beto y Jorge, pero claro que no tenían oportunidad de hablar siempre que yo quería; entonces me acerqué mucho más con Michelle y un poco a otros amigos de la prepa que se juntaban con ella, aunque me agradaban, no eran mis amigos, ayudaban a distraerme; me acercaba a Alex y Lily, pero aún me costaba confiar en ellos.

La desconfianza fue otro de los temas que hablé con mi psicóloga y del primero donde vi un cambio genuino en mí después de una sesión, que salí del consultorio con claridad de que cambio hacer ese mismo día[3b]. Estábamos hablando de mis compañeros de salón y me estaba preguntando sobre qué imaginaba o pensaba que podían hacerme que estuviera detrás de la desconfianza, yo me sentía molesto, estaba repite y repite que no es algo que pensara, sino que en automático esperaba lo peor de todos para evitarme decepcionarme, no podía solo ver a alguien y decir “eres mi amigo, ten mis secretos, te doy la daga para que me apuñales, aquí me duele más”; me preguntó por la amistad con Jorge y Beto, sobre el momento en que empecé a confiar en ellos, “fueron la excepción, algo pasó ahí, ¿qué recuerdas?” y recordaba que solo estábamos a solas, juntos, nos buscábamos para pasar el rato juntos los tres, siempre los tres, hablábamos de la escuela o de algún juego nuevo o de alguna chica que nos gustara o de la banda, hablábamos mucho sobre música que nos gustaba, sus letras, el ritmo y sacábamos alguna que nos gustara. Ella me recomendó que de nuevo buscara gente con la que compartiera el gusto de la música, algo que tenía muy abandonado y que serviría para conocer más gente; al principio

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

me opuse, pero me dijo “te ayudó a ser amigo de Beto y Jorge, ¿no? No te han apuñalado y poco a poco empezaron a platicar. No te estoy diciendo que conocerás a tus mejores amigos, solo menciono que te funcionó una vez conocer gente con la que hablar un poco, gente en la que no confiabas del todo” y cedí, me ganó con mis palabras[2f, 5d]; recuerdo que cuando lo dijo iba a argumentar algo, pero de inmediato fue como si algo se acomodara en mi cabeza, se alineo mi cuerpo por un momento y dije “no lo había visto así” y por primera vez pensé que la terapia sí era algo que me ayudaba, solo no tan rápido a como quería[3b].

Años después y después de varios psicólogos me di cuenta de que, solo cuando bajo la guardia, empieza el proceso: algunas sesiones para conocerme y conocer el problema desde todos los ángulos que pudiera, desde los ángulos que yo veía y luego se daba ese... ese giro de tuerca, esa pregunta o esa información extra que no consideré y la que estaba abierto a escuchar – muchas veces después de la décima vez que me la decían – que me ayudaba a verlo distinto o de una manera más útil. Ese día el giro fue notar que no desconfiaba de todos, desconfiaba cuando no identificaba nada en común o cuando no sentía que apreciaran mi presencia; no tenía que empezar a confiar en todo el mundo sin importar nada, sino poner ese escenario o buscar esa muestra de que me requerían, que me veían a mí por lo que aportaba; yo era un chico que quería que me buscarán, se alegraran en algún lugar de mi presencia y donde yo tuviera seguridad de lo que hacía, plantearlo en el escenario de la música fue algo que parece evidente, pero no se me había ocurrido; la batería con la que tenía ya un par de años de práctica, a la que ya le tenía un cariño por haber sido un escudo mental (casi espiritual incluso) y se convirtió en algo que disfrutaba por sí misma, era la herramienta perfecta para hacer ese acercamiento, me sentía seguro en lo que sabía y que podía seguir mejorando. Ese día, sin embargo, solo pensé “al fin empieza a servir la terapia”, poco me faltaba para decir que por fin se ponía a chambear la

psicóloga; al fin me había dado una herramienta y me había enseñado cómo usarla para resolver un problema e igual he tardado años en afinarla.

Me quedé con la expectativa de que de ese momento en adelante iba a ser igual, me iba a dar más y más herramientas para solucionar, que ya había escuchado suficiente y realizado su diagnóstico; formé la idea de que yo no estaba mal, después de todo, solo era conocer la herramienta adecuada o nombrar el problema adecuado[3b].

Extracto de notas clínicas de la psicoterapeuta Andrea Berumen

Se dio una apertura a nuevas relaciones usando dos recursos ya existentes para el paciente: su gusto por la música y la experiencia con amigos de confianza[5a].

Se ve entusiasmado por retomar la batería, por un lado, habla en términos de “fuerza” y “liberación”, “libertad” y, por otro lado, habla de la “posibilidad”, sobre la que menciona que se suelta tanto que canta. Parece que es un recurso muy valioso para reformar su autoconcepto y seguir desarrollando su vida emocional. Será importante desarrollar el canto como una herramienta de autoexpresión a futuro considerando que le da mucha importancia, pero aún hay inseguridad alrededor[1b].

La intervención reorientó el significado que tiene el paciente con la “confianza”, ampliándola de un accidente que “se da con las personas indicadas a suerte” a una construcción crítica y a consciencia. El paciente planteaba una idea de que desconfiar de todos ‘siempre le resulta mejor’ para no ser lastimado.

Esta primera apertura a un cambio parece demostrar su disposición a confiar en la relación terapéutica, buscaré aprovechar esta nueva disposición en futuras sesiones para profundizar más en los malestares que se niega a hablar desde la seguridad del consultorio.

- - - - -

La siguiente sesión se orientó a ver alternativas para usar la batería como recurso, la opción principal fue un nuevo grupo. Por comentarios de uno de sus amigos, parece que conoce varias personas en el medio musical y pudiera conectarlo con gente de confianza, el paciente confía en el criterio de este amigo de comunicarlo con un grupo con el potencial de presentar un apoyo muy completo, dijo que “es un buen amigo, nunca me ha fallado”. La sesión se enfocó en plantear una lista de puntos que atender para los ensayos y para retomar la batería como instrumento.

Aunado, se le presentó la alternativa de apoyarse de este proyecto para tener un presupuesto y horarios para sus ensayos, considerando la dificultad que expresó de marcar límites con su pareja para aliviar la tensión que sentía alrededor de su relación[1b].

Jorge había estado en algunos grupos y en una escuela de música durante mucho tiempo, mientras estábamos en la prepa nos hablaba de algunos de sus maestros y había uno que mencionaba mucho, Tavo, con quien hizo una amistad muy profunda, lo veía como su hermano mayor y ya nos lo había presentado en una ocasión, pero nunca había platicado con él. En cuanto se me planteó el usar la música pensé que Jorge me podía orientar a una escuela o un grupo y de inmediato lo mencionó a él, al parecer Tavo ya tenía un grupo y estaban buscando baterista; Jorge confiaba en él y me parecía alguien muy buena onda, entonces acordamos que vendría ese fin de semana y nos juntaría, “a ver si había conexión, sin presiones” dijo.

Si Jorge confiaba en él, para mí era una razón para darle oportunidad[4a], pero igual estaba inquieto. Tavo tenía 29 años cuando nosotros dos 20, pensaba que era una diferencia enorme, pero Jorge me recordó al profe de la prepa que tan bien me caía y eso me ayudó, al

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

parecer ellos dos habían estudiado letras juntos, Tavo escribió junto con el profe ese artículo que me había encaminado por el gusto al estoicismo y seguían en contacto el uno con el otro, ahora tenía un doble filtro de confianza. De hecho, abrimos con eso, al parecer se llama Samuel y en ese momento estaba en un posgrado en la Ciudad de México (le pedí que le diera mis saludos y tiempo después pude reconectar con él). Me agradó mucho Tavo y tener a Jorge ahí cerca lo hizo más fácil, “él es mi hermanito, tú también lo eres si quieres estar en el grupo, no te presiones si es la primera vez que lo haces, no tenemos prisa por ponerte en un escenario, aún no”, hablaba con mucha confianza y me hacía sentir bienvenido, me sentía bien con él en la plática y de ahí fuimos a casa de él, tenía un mini estudio donde ya tenía una batería montada, “es mía, pero justo necesito quien la toque; úsala de momento, veamos qué tal te sientes cuando tocamos juntos y de ahí tomas una decisión”. Fue algo muy surreal que me diera la opción a mí, él me daba entrada solo por lo que había escuchado de Jorge (y un par de grabaciones de hace años) y me daba la posibilidad de elegir; no tenía interés de postularme con nadie más, pero me hizo un mundo de diferencia esa apertura[4a]. Tocamos un poco juntos y me sentí muy cómodo, emocionado de retomar la batería y de poder usar una prácticamente nueva y de gama más alta; Tavo me invitó unos días después a volver para conocer a las chicas que estaban con él en el grupo, que ellas también estuvieran cómodas con mi inclusión y yo con trabajar con ellas. Era irreal que él me hablara de la música en términos de “trabajo”, pero me emocionó.

Le conté a todos del grupo. Michelle estaba muy contenta por mí, dijo que quería verme tocar con ellos, que siempre le había parecido muy guapo mientras estaba en la batería y extrañaba verme ahí; sí hubo una mejoría en nuestra relación a partir de esto, usaba la excusa de los ensayos para apartar tiempo y dinero para mí y... pues mentira no era, me era difícil pedirlo por mi cuenta, pero ella entendía cuando le decía que quería ensayar algunas tardes en la casa y

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

nuestras salidas duraban menos; seguíamos teniendo citas y no recuerdo muchas discusiones en esa época, sentía que había encontrado la solución a nuestros problemas[2d]. Cuando lo compartí en mi casa fue... creo que también recibí apoyo; Manny estaba fascinado, tenía 15 años y aunque él se alejó por completo de la música le agradaba la idea, él estaba empezando a hacer cosas de grafiti y me ofreció hacerme una estampa para pegar en el bombo; mi papá me preguntó si pensaba dejar la carrera por eso y cuando dije que no, respondió “qué bueno, tú disfruta, no olvides que la carrera es lo más importante[4b]”, le dije que había posibilidad de generar algo de dinero al tocar en eventos y solo estuvo asintiendo un rato, “que al menos se pague la batería y tus clases, eso estaría bien”, ya esperaba una respuesta parecida, entonces no me lo tomé a mal; mi mamá me preguntó si es un tema que había hablado en terapia, cuando le respondí que es algo a lo que me animó la psicóloga solo dijo “ah, bueno, entonces creo que es para lo mejor, me da gusto que retomes algo que te gusta tanto y que no sea con alguien del todo desconocido”

Conocí a las chicas y todo pintaba bien en realidad. Yo era el menor además del más nuevo, me seguía la corista, Ana, de 22 años que tocaba guitarra o bajo según se ocupara, y además estaba Wendy, la vocalista principal y tecladista, de 26 años y pareja de Tavo – al parecer era un proyecto que empezaron ellos dos de pareja desde hace años y ha habido mucha rotación de integrantes, pero ellos permanecieron –. Al inicio acercarme con todos era complicado, se volvió fácil con los ensayos, la plática fluía con la música y la convivencia; regresar a la batería fue algo maravilloso también, teníamos gustos musicales parecidos y eso me dio la ilusión de romper con las diferencias de edad, todos estábamos solo para tocar un rato y alejarnos de mundo. Tavo era muy atento conmigo, ofreció pasar por mí y llevarme de regreso para que ahorrara y conocernos mejor, dijo que me quería dar “la experiencia completa de hermano menor” y fue muy padre sentirme así, que alguien mayor se preocupara tanto por mí sin un

regañó de por medio[4a, 5a].

No es como si pasara cada tarde con él, mis prioridades seguían en la carrera y en Michelle, pero esos ratitos de quince minutos antes y después de los ensayos, platicando con Tavo, compartiendo una cerveza o escuchando una canción atentamente para retornos a sacarla de oído, contándole de la carrera y él contándome de su trabajo, era lo que hacía toda la diferencia a veces. Michelle me acompañaba a veces a los ensayos y se quedaba platicando con Ana y Wendy mientras Tavo y yo seguíamos dándole a alguna improvisación; no sé si estar tan atento conmigo era una estrategia suya o algo así para quedarme en el grupo, yo lo sentía muy genuino, creo que le gustaba estar con otro hombre en el grupo y que nos emocionáramos por lo mismo, con las chicas éramos menos energéticos, pero entre él y yo gritábamos, reíamos a carcajadas, nos dábamos golpes amistosos o yo le saltaba encima en luchas. En verdad tenía la experiencia de ser el hermano menor, me trataba como yo trataba a Manny cuando estaba en la prepa y me emocionaba de tener esos momentos con él tanto como Manny se emocionaba conmigo. También le preguntaba de cosas más serias, cosas que me costaba hablar con los demás e incluso no le decía a mi psicóloga: le preguntaba sobre Michelle cuando las cosas se ponían tensas de nuevo, le pregunté sobre cómo hacer para tener relaciones con ella y no terminar tan rápido, le pregunté por sus experiencias sexuales y sobre consejos para que ella disfrutara; el además me daba consejos como la mejor manera de tomar para no ponerse pedo de inmediato, cómo reconocer marihuana de buena calidad, fue el que me incitó a retomar la lectura y la filosofía para nutrirme, me presionó incluso para empezar a hacer ejercicio que “se me empezaba a notar la panza cervecera”, me dio tips para no emborracharme y cuidarme en las fiestas, incluso fue quien me enseñó a ponerme la corbata un día que llegó de traje después de una reunión de la escuela donde trabajaba.

Yo no estaba tan pequeño como para ignorar todas esas cosas, en otras me appena reconocer que me hicieron falta los consejos. La lectura es algo en lo que insistió más que otra cosa, siendo que esa era su carrera y era quien escribía letras para canciones que quería que sacáramos juntos; me dijo que leeríamos juntos el libro de *Meditaciones* que tenía pendiente desde la prepa y dedicaríamos un rato después de los ensayos a escribir juntos a partir de eso, la primera vez no me lo tomé en serio y de castigo no me llevó de regreso a mi casa, tuve que caminar. Nunca lo resentí por estas cosas, apreciaba que me estuviera guiando así, sentía que necesitaba eso[4ab].

Muchas de esas cosas me habrían gustado que fuera mi papá quien me enseñara[4d]. Me enseñó todo lo que es necesario saber sobre cuidar la casa y el coche, pero nada más eso, todo lo que se trataba de mí, de mi cuerpo o de mis relaciones fueron cosas que aprendí de observar o de alguien más que se acercó a mí. Recuerdo en especial que cuando me creció bigote por primera vez yo estaba muy contento de tenerlo aunque me veía ridículo, mi mamá le dijo a mi papá que me ayudara a que me quitara esa “pelusa horrorosa” lo más pronto posible y él me volteó a ver y me dijo, “cuando tengas tiempo me avisas” y yo asentí; no se lo recordé, a mí me gustaba “mi pelusa”, hasta que un domingo amanecí y quería ver de nuevo mi cara sin bigote, entré al baño de mis padres (ellos habían salido a misa), me mojé la cara, estiré el labio hacia abajo como veía en las caricaturas y me afeité los 5 pelos que tenía, de milagro no me corté. Mi papá no se había dado cuenta de que me afeité, sino hasta que en la mesa de comida mi mamá hace un comentario agradeciendo que me había quitado “ese horror” del labio y mi papá me volteó a ver sorprendido “ah cabrón, sí cierto, ¿cómo le hiciste?”. Me lo tomé a risa, sigue siendo una anécdota divertida en la familia y ahorita mismo me río un poco recordando su cara de sorprendido y luego ligeramente apenado cuando mi mamá cachó que no me ayudó; pero así era estar con mi papá,

así sigue siéndolo, no se fija en los detalles de los demás, tampoco en los de él, solo se fija en que las cosas funcionen bien.

Tenemos cientos de anécdotas así; hoy bromeo con mi papá preguntándole cuando voy a su casa “¿estás corto de aceite, viejito, o vuelvo la siguiente semana?”, porque un mes tuvo una racha de que solo me llamó para pedirme un poquito de aceite (dijo todo el mes que iba a comprarlo y se le iba, yo le compré el aceite al final después de la cuarta vez), prefiero poder reírme de estas cosas que perderme en el enojo o resentimiento[27]. No me molesta ayudarlo, sé que le cuesta cambiar sus modos y sé que yo no puedo obligarlo, solo me pone un poco triste recordar que no sabe voltear a vernos más allá de lo pragmático; desde que se jubiló quedó claro que no es que el trabajo fuera un obstáculo para estar con nosotros, hoy sigue igual de ocupado en su taller o en la tele, la promesa que le hacía a mi mamá de un retiro dorado juntos se convirtió en promesas de que al final de “este último trabajo” ya no aceptaría otro y podrían dedicarse a ellos mismos nada más. También me pone triste ver como esto afecta a mi mamá, pasó de ser la principal beneficiaria de su tiempo libre a ser la principal afectada por sus proyectos personales.

En ese entonces mi mamá usó el trabajo para distraerse, ya no tenía la misma autoridad sobre nosotros como sus hijos y la tensión crecía en la relación de ellos dos, recuerdo cómo se desesperaba en casa. El trabajo la mantenía activa y en casa solo quedaba estar cansada, cada vez más cansada, esperando ese momento que estarían ella y mi papá a solas para viajar o caminar o solo estar echados el uno con el otro; cuando mi papá no cumplió esa parte vi que mi mamá se frustró mucho, me imagino que fue ocasión de más de una discusión porque en varias ocasiones mi papá dejaba sus trabajos para estar con mamá, pero solo durante dos semanas, y luego poco a poco volvía a sus proyectos. Mi mamá se quedó esperando esos años dorados cuando yo y luego

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Manny salimos de la casa y me daba tristeza verla así; ella se buscó amigas cerca de la casa, lejos de la casa, actividades para sí misma, pero me imagino que no es para nada lo que quería; cuando hablo con ella insiste en lo mucho que ama a mi papá y cómo es un buen hombre, que era encantador y que, aún si es testarudo y necio, sigue siendo un amor y un encanto cuando se lo propone. Ese es el detalle, cuando se lo propone.

Cerca de esta temporada dejé de ir con la psicóloga porque sentí que ya no me daba herramientas que me sirvieran y pensé que era una pérdida de tiempo que podía aprovechar de otras maneras[3d], pero volví años más tarde cuando surgieron más problemas que no pude resolver por mí mismo[3b] y trabajé profundamente la relación con mis padres y me dijo algo que se me quedó y conservo hasta la fecha. Mi papá puede cambiar, lo ha hecho a momentos, solo no somos un motivo suficiente para un cambio profundo[1bc, 5d]; su familia no es motivo suficiente para cambiar, solo el miedo a la soledad. Me preguntó si yo aceptaba esa realidad de mi papá, ese hombre roto que le costaba reconocer el amor y elegir lo mejor para él no solo por una amenaza, me preguntó después si quería perdonarlo, al hombre que me lastimó y dejó solo tanto tiempo. No le respondí en ese momento. Tardé años en pensarlo, lo acepto y por eso le hago bromas de esa naturaleza que mantiene, de esa distancia que tiene conmigo, con mi mamá y con Manny; lo acepto porque con mi hija, su nieta, veo que sí se atreve a ser cariñoso, a hablarle casi todos los días por teléfono, a besarla, a abrazarla, a decirle que la ama, cuando a mí solo me da una palmada en la mano. Acepto a mi papá que se queda callado cuando le digo que lo quiero y le doy un abrazo, al que solo sabe ser dulce con los niños pequeños y que jamás ha sido grosero con mi hija, cuando a mí me golpeaba y me generaba tanto miedo a su edad. Lo acepto totalmente, pero no sé si puedo perdonarlo, todavía no es algo que he podido hacer, sobre todo porque él no me ha pedido perdón y conmigo sigue siendo igual.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

No es mi responsabilidad lo que decida o no hacer él, mi viejo, pero sí siento que cuando menos puedo plasmar aquí las maneras en que me lastimó y sigue lastimando con su elección de no cambiar. No le tengo resentimiento ni busco vengarme, solo quiero ser sincero. Este sentimiento, esta separación que trato de poner en palabras, es algo que desde los 20 años (probablemente desde antes) ya reconocía, aunque no lo pudiera nombrar; por eso, cuando llegó Tavo y tomó ese lugar de guía, de cariño, de preocupación y constancia, lo acepté de lleno y por completo, le di más confianza de la que debí cuando consideré que él sabía lo que era mejor para mí[4ab]. No tenía un papá presente, tenía un hermano mayor, pero creo que era alguien igual de perdido, solo un poco más adelante en su vida que yo, un cojo guiando a otro.

Parte III, Vértigo sin Dirección

Extracto de notas clínicas de la psicoterapeuta Andrea Berumen

Se ha empezado a relacionar con un hombre más cercano a su edad, es amigo de otro con el que también había tenido un acercamiento previamente que no mencionó, un profesor. El paciente tiene una relación muy distante con la mayoría de los hombres, por lo que este acercamiento parece una buena oportunidad para formar un vínculo en un contexto seguro para él, habla con emoción de estos dos hombres que ve como “hermanos mayores”.

Se le preguntó por estos hombres, el guitarrista de su nuevo grupo, así como por su profesor que le dejó tanto impacto, menciona de ambos que le agrada sentir ese apoyo y guía en contextos de su interés. Se le preguntó por su papá en este mismo sentido y el lugar que tenía la relación con su nuevo grupo. Al parecer es un hombre reservado, pragmático, cubre sus responsabilidades en la casa, pero tiene una distancia emocional grande con todos, con la clara excepción de su esposa; si bien no es cosa de todos los

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

días una expresión efusiva de cariño, no se reserva palabras de afecto ni para ella ni a sus hijos, con quienes también tiene acercamientos afectivos, pero solo en momentos muy específicos con ellos, como cumpleaños, celebraciones o “momentos especiales”, según sus palabras.

Se buscó profundizar en el tema de su padre, se mostró incómodo (callado, se movía en su lugar; jugaba más con sus manos y pies) y cerraba el tema diciendo “no tengo mucho que decir” y cuando se prolongó un silencio se le pidió que siguiera hablando de estos hombres que reconoce como “hermanos mayores”[1b]. Se vio algo aliviado, pero mantuvo una actitud menos energética.

Parece que estas relaciones cubren esta carencia afectiva de su padre, en sí mismas no parecen tener un impacto grande, hablaba de sentirse cómodo con ellos, particularmente el guitarrista lo ve como un guía de algún tipo, como un iniciador en el mundo de los hombres pareciera.

- - - - -

Me compartió hoy que la semana pasada se quedó con incomodidad al pensar de su padre al “caer en cuenta” que no sabe mucho de él y me pregunto mi opinión sobre esto, a lo que le regrese la pregunta (¿qué piensas de que no sabes tanto de tu papá?) y dijo que se quedó con el interés de la relación con sus padres y las historias de ellos, por lo que le preguntó un poco a su mamá en la semana de sus vidas[2e].

En sesión retomó una situación de hace unos meses, se dio la muerte de su abuela paterna, cosa que “no había pensado mucho hasta esta semana”. Fue muy breve, reconoció verbalmente la tristeza, insistiendo que “a él le cuesta llorar”; su mamá se los dijo a él y su hermano antes de que su papá volviera del trabajo, cuando este llegó le

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

dieron un abrazo con su pésame, él les agradeció y continuó con los pendientes de la casa. Ese fin de semana su papá trató de viajar solo a la ciudad donde se hizo el funeral para “evitar más gastos innecesarios”; les preguntaron a los hermanos si deseaban acompañar, el menor “se veía triste, pero quiso quedarse con mamá”, mientras que el paciente argumentó que sería mejor quedarse “por lo del dinero”, añadiendo que “no era tan cercano con la abuela”. Al contarlo le interrogué sobre su percepción sobre cómo su papá manejó el duelo y dijo que le parecía admirable la serenidad que mantuvo ante tal situación[1c, 4bcd].

De golpe empezó a preguntar sobre el fin de su proceso, mencionando sobre pendientes que tiene de la escuela. Se le preguntó sobre estos pendientes y llegó a ser cortante con sus respuestas, incluso agresivo (alzó la voz, se le quebraba la voz y tuvo movimientos rápidos con sus manos de rechazo). Se intervino preguntando sobre el cambio de tema y su postura conflictiva[5d], expresó que “no hay ningún problema” y que “todo está bien”. Se le señaló este cambio en su actitud, interrumpió negando de nuevo, pero se le insistió en que escuchara y se detuviera a analizar su sentir, reconociendo que era frecuente que cambiara el tema cuando algo no le gustaba y que esta agresión en particular era algo diferente.

Se quedó callado un largo rato y expresó que le hubiera gustado despedirse de su abuela también. Se le quebró la voz un par de veces mientras narraba que veía a su papá muy triste y que no quería preocuparlo tampoco, que no quería ser una carga[4d]; lamentó no haber estado tampoco para acompañarlo sabiendo que sus tías se apoyaban mucho de él; sus ojos se pusieron cristalinos y solo aguantó la respiración mientras contaba que no veía a su abuela desde hace dos años, se interrumpió y se quedó sin

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

respirar unos segundos mirando el cielo. Exhaló y bajó el rostro cuando pudo mantenerse más sereno[2c]. El resto de la sesión se dedicó a buscar expresar de una manera adecuada esta pérdida, le agradó la opción de una carta[5b] que dijo quemaría después.

- - - - -

Ha formado otra relación cercana con su grupo, además del guitarrista principal, ha mencionado mucho a la corista, con quien es más cercana de edad. De nuevo hay una figura femenina en la que centra su atención, se le preguntó con curiosidad si siente atracción por ella y lo niega[1d], dice que es una buena amiga. Se le reflejó que tiene una compañera en la carrera con la que parece estar desarrollando una amistad sincera desde hace más tiempo y no habla con el mismo interés de ella, admitió que “le parece guapa, nada más”.

Se dejó de lado este tema de momento cuando comentó que su pareja sabe de la chica y se conocen, está poniendo muchas barreras a explorar el tema y es un grupo que ha representado un cambio positivo para el manejo de sus emociones, no parece ser un tema crítico de momento, no tanto como el de su familia, tema que lleva sin mencionar desde hace dos sesiones.

Se orientó la conversación a su relación actual y dice que las cosas van mejor, pero no explica cómo ni habla de cambios que ella o él hayan realizado de manera específica, dice que ha decidido “ya no crear más problemas y llevarla tranquila”. Se le pidió un ejemplo y solo dijo que ya no se quejaba con ella tanto o que si había algo que le molestaba “ya mejor no le decía nada, para mantener la paz”[2d]. Lo que es cierto es que llega más relajado y se le ve menos tenso cuando se le pregunta de cualquier tema,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

aún cuando no habla de ellos, hay un gran progreso en el hecho de que ha empezado a decir directamente en sesión “no quiero hablar de eso ahorita, prefiero enfocarme en otro tema”.

- - - - -

Estas últimas sesiones se ha cerrado más, no hay mucho en qué intervenir mientras siga evitando. Se continua el trabajo, reforzando la alianza terapéutica para hacer una confrontación más adelante[1b].

Quiso hablar sobre sus amigos, al parecer ha estado queriendo pasar tiempo con ellos, pero ya divide su tiempo en varias partes considerando los estudios, su proyecto musical y citas con su pareja, a lo que últimamente pone más empeño por atender. La sesión se enfocó en un plan para distribuir sus tiempos de una manera adecuada y de plantear expectativas más realistas a sus planes. Quiere aterrizar todo de manera muy pragmática, “¿cómo le hago? Dame un ejemplo, dime cómo hacerlo”, lo pide con impaciencia.

En la sesión se le preguntó sobre el tema de sus amigos, aprovechando su interés por compartir de nuevo con ellos, respondía de manera concisa y tajante, “solo quiero pasar más tiempo con ellos, quiero distraerme un poco”[2b]. Con su planeación de la semana está ocupando todos los tiempos libres que tiene, de por sí ya pocos, pero al ser salidas sociales parece una buena alternativa, está apoyándose particularmente de una amistad que tiene desde la secundaria; sigue siendo muy selectivo para formar nuevos vínculos.

De pronto mi mundo social explotó y ya no tenía tanto tiempo como antes, ya no estaba solo y disfrutaba estar rodeado de gente[2f]. Dentro de la uni tanto Lily como Alex me

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

involucraron en sus pláticas y llegamos a salir un par de veces, me dijeron que podía llevar a Michelle y así maté dos pájaros de un tiro; vi que ella estaba feliz de ser parte de mi mundo y claro, pasar tiempo juntos, entonces, además de salir juntos en una cita a la semana, la invitaba a pasar el tiempo con mis amigos cuando los veía. También me empeñé por seguir viendo a Beto, seguíamos en la misma ciudad y sentía que me hacía falta estar con él, me distancié mucho cuando empecé a andar con Michelle y también hacíamos salidas grupales con otros; sentía que malabareaba el tiempo y era fácil quedar mal con alguien, pero por lo general Beto era muy paciente conmigo[4a]. A quienes veía más, además de mis nuevos amigos de la uni, era al grupo, una vez a la semana todos juntos y otro día me veía con Tavo para platicar y ensayar extra, para ponerme al corriente. Ya no tenía tiempo para leer o nada más, pero me sentía feliz, ocupado con todo y feliz, estaba totalmente distraído en cosas que sí me interesaban, pero eran distracciones todavía; solo recuerdo de ese par de meses que estaba ocupado, ni si me sentía mal o incómodo, llegaba a mi casa agotado y en mi cabeza resonaba una y otra vez una lista de cosas y actividades por hacer. Hablaba con Tavo de esto y me apoyaba en lo que podía, me decía que “solo tenía que esforzarme, sería más fácil después[4bd]”, me mandaba mensajes de ánimo en ocasiones, estaba muy al pendiente de mí, era a quien más le tenía confianza en esos momentos.

Las cosas se complicaron todavía más cuando me empezó a gustar Ana. Fue a la primera persona que me acerqué admitiendo que me gustaba cantar y le pedí que me enseñara un poco para ser coristas juntos[2f] y aceptó de buen ánimo, al grupo le pareció excelente idea agregarme como corista[4a, 5ab]. Teníamos ensayos aparte en el poco tiempo libre que me restaba libre y nos quedábamos después de estos platicando, nos hicimos más cercanos y me abría con ella sobre las dificultades que tenía en casa, con la soledad que sentía con otros; con el tiempo empecé a contarle los problemas con Michelle y el desánimo que sentía en la relación a veces,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

supongo que ella quería animarme con palabras lindas y cumplidos, soltaba comentarios como “es afortunada, eres muy atento con ella” o que “ella querría a alguien como yo” y me hacía sentir en las nubes. Era cuando Michelle y yo ya no teníamos tantos conflictos porque opté por no hablarlos más con la idea de que se resolverían solos[2e, 4d], el único problema es que en lugar de atender directamente en la relación que ya tenía, me resultaba más cómodo estar con una chica con la que no tenía ninguna carga emocional y que me hacía sentir especial, con la que no tenía nada de dificultades, me dejaba llevar y yo mismo me hacía historias en la cabeza. No sé decir con certeza si Ana me coqueteaba o no, creo que cuando menos le gustaba que también yo le prestara atención, pero yo me metía en fantasías muy elaboradas en mi cabeza donde algo pasaba con Michelle y Ana me reconciliaba, buscaba cualquier indicio de estas fantasías en cómo me hablaba, lo que me decía, en si se vestía de alguna forma... Es raro hablar de esto, me inventé una serie de mentiras y tramas yo solo y me las creí por completo; ante la dificultad preferí escaparme en esa fantasía y agarró la forma de Ana, creo que ella solo quería ser mi amiga y aún si hubiera algo de química, yo solito soñaba despierto.

Lo más extremo fue un día que me imaginé que algo malo le pasaba a Michelle, un accidente, algo terrible y rápido, que acercaba a Ana todavía más conmigo y de alguna manera se enamoraba de mí. Esta fantasía debió de ser un llamado de atención, estaba imaginando que mi novia moría y que otra chica por lástima se juntaba conmigo; no fue la única vez que pensé algo así, en mi matrimonio volví a imaginar, carajo, hasta deseaba que mi exesposa muriera para hacerlo todo más fácil y que me tuvieran simpatía, yo no quería ser el “maldito” para ninguna de ellas y me era más fácil imaginar su muerte que yo tener ese cuidado de resolver los problemas o reconciliarme con lo que no podía ser, en el caso de Michelle. Con mi exesposa sí capté que yo estaba mal, yo no me sentía cómodo imaginando que la mamá de mi hija muriera sin importar lo

que me haya hecho antes, eso me llevó de nuevo a terapia[2a, 3a]; recuerdo una semana entera que tuve ese sueño, para el final de la semana me mire en el espejo del baño y me dije en voz alta “tienes un problema, necesitas ayuda”, después de un tiempo esa relación tormentosa pudo terminar sin tanto drama, igual no fue bonito.

La fantasía era y sigue siendo mi escapismo[2b], esta misma carta abierta es una manera de escapismo que tengo, buscando entre lo que ya he trabajado de mi historia las respuestas o coraje para atender lo que tengo por delante, lo que ya tengo encima y no tengo la menor idea de cómo resolver. Todavía me cuesta pedir ayudar en esto, me agrada reconocermé en los momentos más movidos de mi vida para reflexionar sobre lo que haría distinto, lo que ya hago distinto. Sigo sin entender mucho de mi divorcio y me preocupa repetir estos errores en otra relación, ahora es el futuro de mi hija el que también está en juego[2a], no puedo darme el lujo de hacer lo mismo, no quiero llegar a imaginar la muerte de ella para quitarme ese problema de encima y que sea otra cara bonita la que me distraiga de ese duelo. Eso fue Ana en ese momento, ni siquiera es que me enamorara de ella o que la viera como una relación real, era una cara bonita que me hacía sentir bien, una distracción de la mierda que traía dentro de mí y eso tampoco era justo para ella; apenas me doy cuenta de esto. Durante años pensé que me había enamorado de Ana, pero no, la usé para mis fantasías y compadecerme de mí mismo en lugar de asumir el trabajo de estar en una relación real.

Fui muy bueno en esas manipulaciones para ganarme su simpatía, migajas de afecto que me reconfortaban y subían el ego[2f]. Le conté a ella antes que a Michelle de una carta que le escribí a mi abuela después de su muerte y sobre mi interés de escribir una canción, me arrepiento de haber usado a mi abuela de esa manera, igual lo hice sin dudar; me gustaba Ana y quería que me prestara atención, que me atendiera, que me abrazara, una manera retorcida de

conseguió que se enamorara de mí desde tenerme lástima, por alguna razón eso lo veía muy romántico.

Tavo se dio cuenta de mi interés en Ana, sabía que las cosas con Michelle no iban tan bien y que yo prefería no hacer nada más que esperar a que pasaran los problemas. Me imagino que deseaba verme contento de nuevo, apoyarme a su manera, se acercó a Ana para “encarrilármela”, ella negó cualquier interés en mí, decía que yo era un buen amigo y nada más; a pesar de lo que decíamos él no se rendía, decía que había un tipo de chispa entre nosotros en las prácticas personales y pláticas que se daban espontáneamente en persona y por mensajes, hablábamos todos los días. Se volvió común darnos cumplidos y coquetearnos en conversación – más de mi parte, pero sí hubo un par de instancias de su parte –; yo me justificaba internamente con que éramos amigos y no le hacíamos daño a nadie, “era un cumplido entre dos personas que se aprecian”; me imagino que a Ana le gustaba también recibir los cumplidos y la atención, pero nunca lo llevó a más y se enfocaba más en mis cualidades, yo casi siempre destacaba que me resultaba guapa.

Creo que Tavo se comprometió con este ‘romance’ en el grupo mucho más de lo que debió. Un día me echó un monólogo sobre el amor, “sabes que las emociones solo son eso, una percepción del mundo que te rodea, no tiene nada de malo que disfrutes lo que hay delante de ti”; insistía que “el expresar admiración por las cualidades de alguien más” no era algo inherentemente malo y me quedé satisfecho con la idea de que no tenía nada de malo que me gustara otra chica. Claro que iba más allá de solo gustar de alguien más, llegamos a tener este tipo de acuerdo no hablado donde él me iba a ayudar a “conquistar” a Ana en lo que las cosas terminaban con Michelle; nunca fue dicho explícitamente, pero me cubría y me daba consejos para ir enamorando a la primera mientras que dejaba que la segunda fuera “perdiendo interés en

la relación”, que eventualmente “iba a tronar la cosa”, que no tenía que hacer mucho más que esperar “para poder disfrutar de una nueva oportunidad”[4bcd], sus palabras me siguen resonando.

Como estaba dedicando toda mi atención extra con Ana claro que la relación con Michelle ya no me preocupaba tanto, la seguía viendo casi todos los días y yo no me enfocaba en los problemas ni traía más pleitos, irónicamente esto hizo que la cosa mejorara. Michelle tampoco parecía con ganas de seguir peleando, tampoco hacía por iniciar conversaciones incómodas y prefería disfrutar de nuestras citas o momentos juntos, teníamos un tipo de paz tensa; sospecho que ella esperaba que yo buscara arreglar las cosas que desde su perspectiva yo era responsable, yo no le daba suficiente importancia como para hacerlo, pero tampoco estaba dispuesto a dejar la relación, entonces le daba largas y le endulzaba el oído cuando se asomaba algún problema[2c]. Hubo una ocasión en que discutimos por cualquier tontería y ella me preguntó directamente si quería terminar con ella “mejor se lo dijera de una vez”, el miedo me ganó y de inmediato le dije que no era eso, que la amaba, que quería estar con ella y ella se relajaba, nos reconciliábamos y la vida volvía a ser hermosa por dos días[4e]; recuerdo esos momentos por la sensación de miedo a perderla, quería algo con ella y tenía mucha mierda en mi cabeza de la que no me hacía cargo y me explotaba a cada rato.

Para evitar discusiones como esa me volví más atento con Michelle, pero en mayor medida fue por la culpa de estar ‘quedando’ con Ana[2d]; dándole detalles de nuevo, saliendo más, buscándola y coqueteándole más, dándole todas esas atenciones que le quité cuando no me sentía feliz o por poner el dinero como excusa. La ilusioné de nuevo con que todo iba a mejorar, me lo echó en cara después. La verdad la relación sí parecía estarse recuperando, yo me sentía feliz con ella, pero no dejaba de buscar a Ana y de tener esas fantasías de “ser el buen novio” a

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

quien consuelan, no tenía cuidado de analizar lo que pensaba ni lo que sentía. Era espontáneo y me divertía con ellas dos, jugaba con las dos.

El inicio del fin llegó de golpe. Un día yo estaba hablando por teléfono con Ana, era algo que solo hacía con Michelle y empezaba a darle ese trato a Ana como si no fuera nada; yo estaba en mi casa y le soltaba los comentarios coquetos a los que estábamos acostumbrados ya, mi papá estaba cerca viendo la tele y me escuchó, en un momento me preguntó si podía pasarle un mensaje para el papá de Michelle, “aprovechando que estaba hablando con ella”, y le respondí como si nada que no estaba hablando con ella, sino con Ana. Mi papá se me quedó viendo un instante, solo asintió lentamente con la cabeza con un ligero murmullo afirmativo y regresó a su programa, me sentí muy raro (culpable, me sentía muy incómodo y culpable), pero seguí hablando un rato, distrayéndome con Ana. Después de un rato terminé la llamada y mi papá me pidió hablar con él, estuvo al pendiente de cuando terminara la conversación para agarrarme y me dirigió a su estudio. Recuerdo muy claro cómo empezó esa conversación.

- Hijo, ayúdame a entender algo, ¿todo este rato estuviste hablando con Ana?
- Sí pa, ¿por?
- ¿En ningún momento estabas hablando con Michelle? ¿Estaba en la llamada con Ana o algo así?
- No, Michelle está ahorita en unas clases de inglés.
- ¿y siguen juntos tú y Michelle?
- ... sí, seguimos juntos pa, ¿por qué preguntas esto?
- ¿Ella sabe que hablas así con Ana? Que le dices que es bien linda, que te gusta su voz, que quisieras pasar más tiempo con ella, ¿Michelle sabe que le dices ese tipo de cosas? – se me heló la sangre con sus preguntas.

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- ... no.
 - Entonces al menos sí te enseñamos a tener vergüenza, solo prefieres hacerte pendejo[4f].

Mi papá estaba rojo, se quedaba apoyándose en la mesa con un brazo, recargando su peso mientras con la otra mano se aferraba a su cinturón que traía puesto, el puño apretado. Hablaba lento, con voz profunda, pronunciaba cada palabra con cuidado y no me apartaba la mirada, yo no podía sostenerle la mirada mucho tiempo, me sentía diminuto frente a él; cerró la puerta cuando dijo esto último, me dijo que me sentara en una silla junto a su mesa de trabajo, él se quedó parado viéndome. Después de un largo rato en silencio empezó a hablar, no me gritó ni me dio oportunidad de hablar; el peso del silencio entre cada idea que formaba era terrible e incómodo, comprendí que no quería lastimarme con sus palabras, que no quería atacarme, pero que sí estaba decepcionado de una manera que jamás había conocido antes de su parte.

- Si ya estás hablando con esta chica así, sin preocuparte de quién te escuche en casa, no quiero imaginar qué más has hecho con ella detrás de Michelle – iba a protestar en ese momento, defendiéndome de no haber hecho nada, me calló alzando la voz un poco, lo suficiente para quitarme las ganas de hablar –. ¡No! Ni se te ocurra decir nada, no me interesa saber ni qué has hecho ni que no has hecho, esto no es un diálogo[4c]. Tú sabes lo que has hecho, tú sabes bien que no está bien lo que estás haciendo con Michelle. ¿Qué es lo que tienes en la cabeza?

Al inicio pensé que me iba a golpear, deseaba que me golpeará y que quedara ahí, que se callara y no me dijera nada más. Me empecé a sentir mareado, no recuerdo tan nítidamente lo que me dijo después, recuerdo cómo nunca dejó de mirarme porque me hizo verlo a los ojos durante todo el tiempo.

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- ¿Es que no piensas o es que no te importa esa pobre chica? Y qué pasa con la Ana esa, bien dejadota[4bc], ¿no? Si bien sabes con quién buscarle y con quien no, a ver, quisiera escucharte hablar así con cualquiera de las amigas de Michelle o cualquiera de tus compañeras del salón. Para eso sí usas el cerebro.

Hay varios fragmentos que se me grabaron, los más incómodos, nunca había escuchado a mi papá de esa manera.

- Mira hijo, si la cagas en tu vida, ya no estás en edad para que yo me preocupe, esa es la verdad. Yo asumo la culpa, yo la cagué contigo, al parecer no te enseñé lo que es tener valores, no te enseñé lo que es respetar a tu pareja, quien sabe de dónde aprendiste que estás en una prisión como para que andes a escondidas buscando escaparte con otra.

Estuvimos ahí durante poco menos de 30 minutos, se sintieron eternos, pudo haber sido más tiempo, pero creo que él estaba demasiado angustiado al final como para seguir hablando.

- Ya vete, ya estás muy grande como para que te castigue por tus pendejadas. Tú eres el desconsiderado que decide hacer estupideces por tu propia cuenta, eso es ser un poco hombre, hijo[4bc].

Me retiré lento, sin quejarme ni decir nada más. Ese último momento me dolió más profundo que todo, mi papá sabía cómo me fastidiaban en la escuela por no ser como los otros chicos, tan “masculinos” pelándome o disfrutando juegos como ellos. En todo el rato se contuvo de no atacarme, pero al final su coraje le ganó y me quiso pegar donde más me dolía.

Fue una reacción demasiado violenta de mi papá, una explosión que me rosó y que hoy sé que se controló muchísimo; en ese momento sentí que estaba siendo muy injusto y exagerado, bueno, sigo pensando que fue muy injusto cómo sacó sus frustraciones conmigo, explotó por un

problema de su vida que no tenía que ver conmigo. Quiso enseñarme una valiosa lección y lo hizo de una manera muy torpe, muy agresiva, sin tacto, sin cuidado. Ese día más tarde mi mamá fue a hablar conmigo, para reconfortarme un poco y también para que perdonara a mi papá “por ser mi papá”[4bc] y que entendiera desde dónde estaba hablando; lo respaldó en que yo no estaba haciendo las cosas bien con Michelle y aunque ella sí escuchó mi defensa de “no haber hecho nada con ella” me calló con muchísima facilidad[4af].

- ¿Entonces coquetearle a una chica no es serle infiel a tu novia?
- Pero solo estoy expresando que me parece guapa, ¿qué tiene de malo darle esa atención?
- Tú dime, si no tiene nada de malo ¿es algo que haces frente a Michelle?, ¿es algo que Michelle sabes con Ana en particular? En especial por todo el tiempo que conviven juntos, ¿en verdad crees que no le molestaría o dolería saber que le dedicas las mismas palabras y tiempo a otra chica cuando se supone que ella, Michelle, es la persona más especial para ti? Porque esto no es tratarla como alguien especial, es tratarla como otra bonita del montón, alguien que vas a cambiar en cualquier momento.

Estaba al borde del llanto, por la frustración, enojado. Quería negar lo que me decía y me tardé en entenderlo, sigo en esa práctica de entenderlo; en ese momento además de la confusión y decepción conmigo mismo estaba furioso con mi papá, me sentí humillado por él y para colmo ‘me acusó’ con mi mamá, ahora ella también sabía de esto y para colmo llegó para defenderlo. Me recosté mientras mi mamá me consolaba, acariciando mi espalda y mi cabeza; la quería lejos y cerca al mismo tiempo, tanto deseaba estar solo como que me abrazara. Me pidió que la escuchara mientras me contaba un poco más de mi papá y la relación con sus padres, que

entendiera que “toqué en donde más le duele a mi papá”.

- La infidelidad es quizás lo que más hace enojar a tu papá, por eso explotó así contigo, te escuchó cuando estabas siendo infiel con Michelle, aún si solo fueron palabras, aún si solo fue de tu lado, aún si no pretendías engañarla por completo con Ana, estabas siendo infiel a tu pareja, y tu papá nunca ha soportado eso. Hiciste una estupidez hijo[4cf].

Con esas últimas palabras me recordó de nuevo el insulto de mi papá y sentí como si ella lo estuviera repitiendo, en mi cabeza resonaba la idea de que era un ‘estúpido poco hombre que no sabía hacer nada bien’.

Procedió a contarme cómo, desde que era pequeño, mi papá observó cómo mi abuelo salía de casa cada viernes y no volvía sino hasta el martes. Asumía que era por algo del trabajo porque siempre que volvía le dejaba un fajo de billetes a mi abuela, ella también le decía que era porque trabajaba toda la semana. Entre semana se quedaba en casa y era atendido por todos los hermanos y hermanas de mi papá, era una familia tradicional en ese sentido y él era el patriarca, los hijos debían servirle y agradecerles; no les proveía lo suficiente y mi abuela hacía varios trabajos en casa, los hermanos mayores también se dedicaban a trabajar para cubrir los gastos. Mi papá es el cuarto hijo de siete, los dos mayores son también varones y las demás son mujeres, por lo que él estuvo más tiempo con sus hermanas y mamá que sus hermanos mayores, resulta que cuando los varones cumplían 14 años mi abuelo se los llevaba con él durante el fin de semana para trabajar. Para no hacer el cuento largo, sí iban a trabajar a la ciudad, no era mentira eso, necesitaban el ingreso extra, pero desde el domingo en la tarde hasta el martes en la madrugada mi papá y sus compañeros de trabajo agarraron la costumbre de ir a las zonas de tolerancia y gastarse hasta la mitad de las ganancias en emborracharse y en trabajadoras

sexuales, entre todos (como 8 sujetos) hacían una ‘coperacha pa’la cena’ donde contrataban a un par de chicas para que les hicieran compañía y, por supuesto, acostarse con ellos durante esos fines de semana.

Esa pequeña tradición de ellos empezó con una salida a bar, luego a un *table dance*, luego empezaron a contratar en la zona de tolerancia; para cuando llevó a mi hermano mayor, sin embargo, la cosa fue empeorando. Mi abuelo y su compadre encontraron una familia donde una chica y su hermana la hacían de amantes para ellos por la misma cantidad que pichaban, mi abuelo llevó a mis tíos con esta chica cuando cumplieron ‘edad suficiente’ y se volvieron sus cómplices.

Bueno, para cuando mi papá cumplió los 14 ya todo había salido a la luz, mi papá al quedarse en casa y vivir con las dificultades mientras ellos abusaban de la confianza y se daban la vida de galanes (mi tío mayor ya tenía su propia esposa y un hijo, el otro se la vivía de novia en novia con quienes pudiera en el pueblo). Quedó muy marcado por la experiencia, con mucho resentimiento por lo que le hicieron vivir a él, a sus hermanas y a mi abuela. Los corrieron de la casa a los tres, al parecer poco faltó para que lincharan a uno de sus compañeros de trabajo, su esposa era hija de un policía y la cosa se puso muy fea muy rápido. Mi papá se quedó en casa con mis tías y mi abuela, cuando su hermana mayor, mi tía Lucy, y luego él cumplieron los 18 buscaron irse todos juntos al D.F. para estudiar y trabajar ganando más dinero, mi tía no dejó que mi papá olvidara que “era culpa de esos perros infieles” que la tenían tan difícil y que “él nunca debía ser un desgraciado como ellos”. Esta es una tía a la que le tengo mucho cariño y nos visitaba seguido de pequeños, de hecho era frecuente que nos dijera de pequeños que mi papá era ‘un buen hombre’ y que evitaría que fuéramos ‘unos desgraciados’ [4b], claro que no lo entendía-

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

mos del todo. Ella nunca se casó, se enfocó en su propia carrera y de vez en cuando aún la visitamos.

De nuevo, esto no es algo que mi papá haya hablado conmigo, la mayor referencia que ha hecho de esto es cuando le pregunté por su papá de chiquito y me dijo algo parecido a “ya debe de estar bien muerto”, con sencillez, sin ceremonia ni preocupación, sin dar oportunidad de que preguntara más del tema. Al parecer con mi mamá solía ser muy abierto cuando empezaron a salir y esto es algo que le compartió cuando empezaron a formalizar, mi papá no quería repetir los errores de mi abuelo y se dio a la tarea de ser muy diligente con su pareja y su familia, que nunca faltara nada y que todo el tiempo libre que tuviera lo deseaba dedicar a su pareja; mi mamá estaba fascinada con esta “maravilla de hombre” que se había encontrado, en su lado de la familia no era extraño encontrarse con historias así de dramáticas de infidelidades o de problemas familiares. Creo que mi mamá tenía mucho en su mente en ese momento y empezó a compartir más de lo que debió, ya no solo estaba defendiendo a mi papá, quería que yo lo entendiera y lo apoyara[4bcd].

Continuó contándome que cuando salían de novios y al inicio de su matrimonio, todo fue maravilloso, cumplía su palabra de ser diligente en el trabajo, le daba espacio a ella para que creciera en su propio trabajo y siempre dedicaba tiempo para la pareja. Tenían claro que iban a tener hijos, solo estaban tomando las cosas con calma; cuando ya estaban buscando tenerme ambos estaban emocionados y mi papá le metió extra al trabajo para tener un dinero extra, “un colchoncito” para disfrutar más o para cuidarse mejor. Avanzaba el primer embarazo, mi papá seguía trabajando, pero se veía cada vez más y más agotado y estaba más reactivo, de mal humor, “nada más deja que nazca el niño, quiero que tenga todo” le repetía a mi mamá y ahí quedaba. La es-

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

pera se prolongó cuando mi mamá tuvo un aborto espontáneo, tomaron un descanso los dos juntos y después de un año volvieron a intentarlo, ahora con miedo y presión extra además del agotamiento de estar trabajando de más.

Yo nací y mi papá dejó de trabajar dos semanas para cuidar de mi mamá, se seguía presionando más y más a pesar de estar agotado, “quería ser el esposo perfecto y el papá perfecto para ti” me dijo mi mamá, “no quería que yo me preocupara por él, pero yo veía cómo se estaba carcomiendo, estaba delgado y pálido; él no se daba cuenta de que se estaba exigiendo demasiado, pero yo confiaba en él que todo iba a estar bien, tal como me decía”. Mi mamá tuvo que regresar pronto al trabajo, considerando que mi papá estaba tomando unas vacaciones, el ‘colchoncito’ no iba a durar toda la vida y daban poco tiempo para recuperarse después del embarazo, eso si dejaban algo de tiempo; ese día mi papá le dijo que iba a aprovechar para descansar, por lo que recurrieron a mi tía Lucy que en ese momento vivía aquí en la ciudad.

Mi mamá estaba tranquila en el trabajo, pero a medio día recibió una llamada de la policía que la llevó de regreso a casa. Llegó y había una ambulancia y una patrulla enfrente, la vecina de al lado la detuvo y le explicó toda la cosa: mi papá estaba bien, ella lo vio entrar a casa, pero no la escuchó cuando lo saludó, ella se quedó preocupada y se quedó pendiente de la casa, “algo no le parecía que estaba bien” y fue cuando vio que mi papá iba tratar de quitarse la vida.

- La vecina chismosa salvó a tu papá por asomarse de su patio al nuestro, todo porque tu papá no la saludó y tampoco cerró las cortinas. Ella pensó que tenía a una amante ahí, de todas las cosas... cuando vio que tu papá estaba en peligro se saltó la barda y lo ayudó. Ella llamó a la policía, sin saber qué más hacer, mientras lo regañaba por ser un “desconsiderado” y un “estúpido” – pronunció con cuidado esas últimas palabras,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

asumí que escuchó todo el sermón que me dio mi papá –. Los policías llegaron mientras la señora seguía regañando a tu papá, pero tampoco supieron que hacer, entonces llamaron a la ambulancia, pero empezó a hacerse un drama entre los vecinos y la patrulla se quedó en lo que llegaban, el chisme se esparció rápido. También tu papá y sus estupideces... estuve enojada mucho tiempo hijo, muchísimo tiempo con él.

Nadie tenía claro de cómo proceder en esos momentos, creo que fueron con el médico que los atendía en el seguro y mi mamá buscó ayuda del padre de la iglesia más cercana, pero al final mi papá se abrió con mi mamá y le dijo que “tenía miedo de fallarle”, que “sentía que era débil y no podía con todo”, que eso lo “hacía un fracaso” y que “estaba en un mal momento”. Cuando mi mamá le preguntó sobre porqué quiso matarse él le respondió “no sé, en verdad no sé”, pero que le prometió nunca volver a hacerlo porque “no quería ser un desconsiderado con nosotros”, porque “quería ser un hombre de verdad para esta familia”[4bd].

Fue muchísimo drama para mí por un día, estaba agotado cuando me terminó de contar esta historia, mi mamá me pidió que le tuviera paciencia a mi papá. Yo ya no pude con nada, Michelle me había mandado mensaje cuando salió de sus clases, pero no le respondí, me fui a dormir, tenso, temblando, agotado. Tuve pesadillas muy desagradables esa noche, pero desperté hasta la mañana siguiente.

Algo pasó entre mis papás esa noche también, de seguro ella habló con mi papá, al día siguiente él me preguntó cómo me encontraba, me aclaró que no quería hacerme sentir que ya no me amaba o que eso iba a cambiar, reafirmó que no está de acuerdo con lo que escuchó, pero reconoció que no es su asunto lo que yo haga en mis relaciones; me dijo que me amaba y, después de una mirada de mi mamá intensa, me pidió disculpas “por haber sido tan duro”. Creo que es la única disculpa que le he escuchado y fue sacada por la fuerza[4cd]. Hubo otros cambios en casa

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

después de esa noche, aunque no me di cuenta de inmediato, algo le movió muy profundo a mi mamá como para que pensara de esa época tan difícil para mi papá porque al poco tiempo él redujo su tiempo en el trabajo, lo veíamos más en la casa y pasaba más tiempo con mi mamá. Debieron de haber tenido una plática muy larga también esa noche después de hablar conmigo, es parte de la historia familiar que no he querido indagar más, los asuntos de mis papás son suyos, no me interesa cargar con más secretos de ellos.

Esa mañana me dolía la cabeza, pero no dije nada, desayuné sin hambre y cuando salí para la uni no entré a ninguna clase, me quedé sentado cerca de mi salón, donde nadie pudiera verme y me quedé pensando en todo, quería darle un sentido y quitarme la maraña que se formó en mi mente[2cf]. En mi papá enojado, en mi mamá sollozando junto a mi cama, en mi papá tratando de matarse, en Michelle que me mandaba mensajes preocupada, en Tavo y sus consejos de amor, en si lo que sentía por Ana era amor, en si lo que sentía por Michelle era amor, en esos tíos que nunca conocí yendo “a trabajar”, en un abuelo que tampoco conocí siendo corrido de casa; me imaginé a mi mamá llorando desconsolada con mi papá después de que él intentara matarse diciéndole que no lo haría, me imaginé a mí con Michelle en lugar de ellos, preguntándome qué haría falta para estar ahí; me imaginé siendo llevado a un bar para contratar servicios sexuales, pero en lugar de mi abuelo o mi padre era Tavo diciéndome que “era algo natural”, yo imaginándome de 14 años. Mi cabeza siguió desarrollando mil escenarios distintos con todo lo que había pasado, con todo lo que me contaron y con mis pesadillas insertándose; era demasiado en realidad y no sabía cómo detenerme, no podía hacerlo. Fue la primera vez que recuerdo haberme preguntado directamente ‘¿qué tipo de hombre soy?’ y aunque no pude llegar a una respuesta al menos me dije con enojo ‘no quiero ser un desgraciado ni un desconsiderado tampoco, no soy un poco hombre’[4b].

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Pensé en mandarle mensaje a mi psicóloga, pero me daba mucha pena con ella, en ese momento sentí que le fallé a ella también de alguna manera, que todo el trabajo que había hecho había sido desperdiciado.

En su lugar le marqué a Tavo[2bc] y le pedí que nos viéramos en algún bar para platicar, me parecía lo más apropiado, no quería beber, nunca he disfrutado de tomar, pero siempre en momentos difíciles escuchaba que decían “necesito un trago”, supuse que necesitaba uno[2b, 4b]. En lo que llegué ahí me di la oportunidad de hablar un rato por teléfono con Michelle también, quería perderme en su voz[2b], le pedí disculpas por no haber estado en contacto y le dije que tuve una discusión tonta con mi papá y que mi mamá me contó que mi papá había intentado matarse cuando yo era niño; omití todos los detalles que implicaban infidelidad, yo solo quería que ella me consolara un rato y sentía que le rompería el corazón, que se haría de una idea equivocada de todo. Estaba decepcionado de mí, durante esa llamada, mientras Michelle me hablaba lindo, me consolaba y me decía lo especial que era para ella y que estaba para mí, no paraba de pensar para mí “no la mereces”, “eres basura por lo que le haces”, “ella merece algo mejor”, “la estás haciendo perder su tiempo”; me quería perder en su voz y sus palabras lindas, ofreció buscarme, pero la pena era demasiada; deseaba su abrazo más que nada para que todo desapareciera, sin embargo, estaba seguro que si la veía le soltaría todo de golpe y sería mucho peor. Le agradecí, sintiéndome como un miserable, y le dije que en realidad iba a ver a Tavo, que quería hablar con otro hombre, quería hablar con ‘mi hermano mayor’, que sentía que él iba a poder ayudarme a lidiar este asunto de mi papá. Michelle no presionó más, sonaba preocupada, me reafirmó que me esperaba cuando estuviera libre para vernos y le aseguré que iría con ella después.

No había bares abiertos a esa hora (fácil eran las 11 de la mañana), nos vimos en un café cerca de donde lo cité y le conté todo. Recordaba la imagen en mi sueño de Tavo llevándome a

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

un prostíbulo (lo que imaginaba que era un prostíbulo), era una idea que me asustó cuando la apareció en mi mente, pero al mismo tiempo lo veía ahí frente a mí preocupado, escuchándome, cada detalle desde la plática con Ana hasta la llamada que tuve con Michelle antes de llegar con él; era como tener dos versiones de él, una versión que me metía en problemas y me despertaba una sensación de riesgo, y otra versión que era mi hermano atento que quería verme crecer y que hasta me protegía, me guiaba. No le conté que lo imaginé llevándome así, no quería que pensara que lo veía como una mala influencia o un adicto o algo por el estilo, no era algo que pensara de él. No habló mucho mientras le contaba todo, estuvo atento todo el tiempo, hacía algunas preguntas para tener todo claro, él nos pidió cerveza, varias cervezas, cuando ya estuvieron disponibles; me las tomaba con calma al inicio, sin pensar, sin saborear, y al terminar la primera me pidió otra y hasta una tercera. Creí que era algo que me iba a ayudar en parte; asumí que, si Tavo me la estaba pidiendo era porque él sabía que me iba a ayudar[4ab].

Terminé de hablar y le solté mi petición sin ocultarla.

- ¿Qué hago? Yo sé que no hice algo tan terrible y no quiero tirar mi relación a la basura, pero ahora no sé si debo preocuparme de que mi papá se va a matar porque sigo con Michelle o si me va a correr o no sé si ahora será mi mamá la que se va a matar porque se cansa de mi papá... no sé ni qué estoy diciendo.
- Si tu papá no lo hizo antes dudo que lo haga ahora y tu mamá los quiere demasiado, una madre jamás haría eso[4bd].
- Dime qué hacer entonces, ¿cómo arreglo esto?[2f] No sé qué hacer, yo estaba tranquilo y me soltaron todo este drama. Me están haciendo sentir culpable, también recuerdo lo que dijo mi mamá.

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- Pues es de ellos esa idea, que no te la metan en la cabeza, los humanos no somos máquinas, tú sabes bien eso, no estás hecho de piedra. Eres un hombre, no eres un cobarde[4ab] – lo dijo con convicción, él sabía lo importante que era para mí escuchar esa reafirmación, como si me dijera todo con eso, como si fuera una respuesta real –, no dejes que los traumas de tu papá te afecten.
 - Lo sé... pero... no sé. ¿Qué hago?
 - No hay mucho que hacer, si te soy sincero, mas que esperar a que se calmen las cosas, vas a estar bien dentro de poco, tú solo aguanta, sé fuerte, no hagas una estupidez nada más[4d].

De nuevo esa frase, no tenía la menor idea qué querían decirme con esa expresión; la soltaban con tanta seguridad y sencillez como si fuera algo que fuera obvio y debía comprender la profundidad. Me tensé cuando lo escuché, pero solo suspiré y tomé de un trago profundo lo que quedaba de mi bebida, lo dejé hablando solo el resto del rato, lo escuchaba lo suficiente para respondiendo cuando me preguntaba algo, pero ya no me interesaba seguir conversando. Sus palabras eran como sonido de fondo, ya conocía ese discurso, quería volver a escucharlo y sentirme bien, creerlo de nuevo, Tavo me había reafirmado tantas veces que yo estaba bien en lo que hacía y que era alguien con mucha fortaleza – “un hombre de verdad” dijo varias veces –, pero ya no servía, estaba molesto y no estaba cómodo, ya no, tenía eso claro aún cuando no podía poner en palabras lo que sentía.

Estaba de acuerdo que mis papás exageraron, lo menos que logró Tavo ese rato fue que me ayudó a distanciarme de los problemas de ellos e incluso a reconocer que las batallas que pudiera tener mi papá con sus demonios eran asunto suyo y que si él no me lo había compartido no era algo en donde debiera meterme, fue un alivio eso, no tenía ningún interés en hablar de ese

tesis tesis tesis tesis tesis

tema, me era demasiado incómodo. Me quedé con eso y lo seguí escuchando mientras me quiso distraer, el alcohol y el calor adormilándome un poco. Dentro de su enojo, mis papás sí me hicieron reflexionar sobre cómo me sentía con lo que estaba haciendo y no estaba orgulloso, lo ocultaba, me refugiaba con Tavo, pero no era algo que presumía. Me sentía apoyado por Tavo y me solía sentir reconfortado, pero ese día fue la primera vez que me tragué un enojo con él. Después de un rato más ofreció que fuéramos a su casa a tocar o jugar algo para seguirme distrayendo, lo rechacé diciendo que quería estar solo un rato.

Estuve caminando un rato, sin pensar en nada, quería despejar mi mente y que me llegara la respuesta del universo; fue como ponerme en modo automático, sabía que quería resolverlo, me sentía incómodo conmigo mismo, ignoraba esa sensación y esa presión caminando de un lado a otro, sentándome a ver la gente pasar. En los momentos donde daba espacio para escuchar mis pensamientos me repetía las frases “eres un malagradecido”, “no mereces a Michelle”, “no mereces a Ana”, “eres un egoísta”, “solo sabes cagarla”, “estás embarrando a todos con tus problemas”; me sentía en un pozo sin fondo, por eso prefería solo observar alrededor y no escucharme[2b]. El enojo se asomaba cuando se repetía esa frase mentalmente, “hiciste una estupidez”, me molestaba tanto que mis padres se sintieran con el derecho de opinar en algo de mi vida cuando no habían estado ahí, cuando no tuvieron el interés de voltearme a ver y saber qué es con lo que lidiaba; sentía enojo con Tavo, su comentario de “no hagas algo estúpido”, como si fuera lo más natural del mundo el seguir adelante como si nada, empecé a pensar que él había empeorado la situación al involucrarse y que tampoco tenía derecho a hablarme de esa manera.

Cuando el enojo se volvió demasiado le marqué a Beto y platicamos de varias cosas sin importancia, le dije que quería distraerme y me siguió la plática buen rato[2b, 4a].; Beto no es

nada entrometido, pero con el tiempo se ha vuelto muy observador y aprendió a no quedarse callado con sus preocupaciones

- Oye, ya en serio, ¿estás bien?
- Sí, estoy bien, no hay nada grave.
- Va, ¿cómo está Michelle? ¿todo bien con ella?
- Sí si si, todo bien, ella está... en clases creo.
- Me mandó mensaje hace rato y me preguntó por ti, si había hablado contigo. Solo fue eso, me pareció raro, es todo.
- Ah sí, es por unas cosas de casa, no es algo grave
- ¿Le andas ocultando a Michelle?
- No wey, te digo...
- A ver, no, espera, no es a lo que me refería, mira... Siendo bien sincero, tienes meses que no me hablabas solo para cotorrear, me marcas de la nada el mismo día que ella anda preocupada por ti... No sé qué pensar y la neta no es mi asunto, pero has estado muy raro últimamente. Y si yo me doy cuenta, Michelle se da cuenta, no está pendeja.
- ...
- Si quieres cotorrear o si quieres que juguemos o solo salir, está bien, yo me anoto; no me tienes que contar toda tu vida, solo te lo digo, en buena onda, andas raro.
- Raro ¿cómo?
- No sé, solo raro, la otra vez que salimos andabas ocultando tu teléfono de todos, lo checabas a escondidas, detrás de Michelle lo revisabas y luego luego lo guardabas cuando te sentaste en la mesa y te veías tenso. No me digas que eso no era nada[5d] – Recordaba esa salida, fue con varios amigos de la prepa, no había caído en cuenta de

que Beto me estaba viendo ese día.

- Ah no, es que ese día le iba a dar una sorpresa y no quería que se diera cuenta y que todo saliera bien – me apresuré a mentir.
- Aja, ¿qué sorpresa?
- ...
- ¿Ves? – sonaba hartó – Solo... ten cuidado, contigo y con Michelle. No hagas una estupidez.
- Todos dicen que no haga una estupidez
- Deberías hacer caso entonces.
- Entonces tú dime como carajo evito hacerlo o cómo arreglo cuando lo hago o por un momento ¡dame un puto consejo que no sea decirme que estoy siendo un estúpido! Eso ya lo dejaron todos muy claro – exploté con Beto[4c] y él se quedó callado un rato mientras yo me calmaba – ¿Eh? Entonces dime cómo evito hacer una estupidez o dime qué no hacer y qué hacer en cada momento para no hacer una estupidez – Beto espero unos segundos, escuché cómo tomaba un respiro profundo.
- Eres un idiota. Si quieres un consejo de verdad primero cálmate[5d] – Sonaba tranquilo, pero con enojo, bastante enojo en realidad, pero él no explotó conmigo –. No sé qué decirte, esa es la verdad, pero esta mierda que traes y con la que me quieres ensuciar, no es pedo mío. Haz lo que quieras, ya no me meteré en tus asuntos.

La conversación se puso incómoda, Beto no me pidió nada, no me dio una advertencia, ni un consejo ni trató de reconfortarme, él estaba hartó e incómodo y no se lo guardó. “Aquí nos incomodamos todos” era una frase que decía su mamá y que nosotros repetíamos como juego en la

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

prepa, aprendí ese día que es algo que se tomaba muy en serio. Me sorprendí mucho al escucharlo así y aún más cuando no me colgó, pero ya no siguió hablando y yo me aferraba al teléfono también en silencio, su respiración profunda lo único que me indicaba que seguíamos en llamada. El enojo en mí había dado paso ahora a tristeza, vergüenza, frustración, mi orgullo estaba herido y tenía miedo que Beto ya no quisiera hablarme. Recordé la sensación con la psicóloga cuando hablamos de mi abuela, sentí un vacío en el estómago igual que en ese momento y solo respiré profundo junto con Beto y me calmé[2f].

- Tienes razón, lo lamento. Tengo que arreglar esto yo, disculpa que te jale en esto.

Le colgué a Beto sin esperar que me respondiera y al final fui con Michelle, no hablamos de mucho, le conté que no encontré lo que esperaba con Tavo y que incluso discutí con Beto, pero admití que yo exploté con él. Michelle me reconfortó todo ese rato, de pronto estaba donde deseaba, en sus brazos, siendo atendido con ella, pero en mi mente seguía dando vuelta a todo. Quería que ya fuera el día siguiente, me tocaba consulta con mi psicóloga y por primera vez sentía que tenía mucho de qué hablar y ya no quería que me dijeran que era un estúpido[3c].

Discusión

El objetivo central de esta tesis es el análisis de las transformaciones que tiene la performatividad de lo masculino a lo largo de un proceso terapéutico con hombres cis género que asisten de manera voluntaria. Para este propósito se estableció una ficción donde los primeros matices que aparecen en la fábrica son la identificación de la naturaleza relacional de la masculinidad ((Butler, 2007; Connell, 2003, 2005a; Guttman y Viveros Vigoya, 2005; Holter, 2005; Olavarría, 2020; Viveros Vigoya, 2020) y en concordancia con las quejas frecuentes de hombres en sus procesos, resultando en un elemento común en las masculinidades: los desafíos para la salud mental que implican los mandatos de género tradicionales (Connell, 2003; hooks, 2004; (Bryde Christensen et al., 2023; Herreen et al., 2022; Mac An Ghail y Haywood, 2012; Valkonen y Hänninen, 2013). La dimensión relacional del género explica cómo, a pesar de la existencia de varios procesos terapéuticos, el malestar e ideas patriarcales perduran debido a que las y los psicólogos que trabajen con hombres, como retrata Roberto, no eliminan las interacciones que se tienen fuera del consultorio, no reconstruyen el mundo social ni las condiciones materiales donde viven los hombres. Mientras el contexto patriarcal perdure, las y los psicoterapeutas, por sí solos, no son la respuesta para sus necesidades, el proceso terapéutico no garantiza una transformación en la performatividad; en el mejor de los casos son un punto de apoyo para que Roberto, en representación de los hombres en terapia, asuma una responsabilidad como un agente de cuestionamiento y transformación del *performance* de la masculinidad en desafío de la estructura patriarcal. En otras palabras, las transformaciones a lo largo de los procesos psicoterapéuticos ocurren cuando hay una consciencia en los consultantes de las influencias bidireccionales (entre el mundo subjetivo y mundo social) y toman responsabilidad del cuidado de sí mismos en relación con los demás, esto a consideración de que haya las condiciones que lo permitan, condiciones

que la terapia puede facilitar.

De esta conclusión surge la comprensión de la incidencia que tienen las y los profesionales de la salud como facilitadores de estas condiciones y no como agentes resolutores del malestar. Roberto plantea el ejemplo de una experiencia masculina donde las intervenciones generan un cuestionamiento a su hacer, abriendo la posibilidad de actuar distinto; previo a estos procesos, e incluso durante buena parte de ellos, Roberto tiene el interés, pero no los recursos que le permitan explorar, jugar con su *performance*. La apertura en el espacio terapéutico, la confianza y la exploración son vitales pues la vulnerabilidad y la expresión emocional es algo que activamente debe practicarse para los hombres (Bryde et al., 2023; de Stéfano Barbero, 2022; Genuchi et al., 2016; hooks, 2004; Sharp et al., 2022; Stewart et al., 2023). De ahí que el ejemplo de Roberto (y por extensión los testimonios que lo conforman) son una toma de responsabilidad, desde un apoyo encontrado en la terapia, que refleja un *performance* de masculinidad expresiva, reflexiva y con una creciente consciencia de su impacto en los demás.

La literatura aborda la importancia que tiene en la salud mental de los hombres un sentido de normalidad (Beel et al., 2020; Harding y Fox, 2014; hooks, 2004; Real, 2002; Stewart et al., 2023), sentir que la experiencia propia no es diferente a la de los demás y no ser señalado por vivirlo es importante para la salud mental, por lo que presentar esta fábrica de caso de una formación de masculinidad, ficción alimentada de múltiples historias, resalta entre la diversidad de experiencias masculinas algo común: la necesidad de autodeterminarse más allá de las exigencias y la necesidad de ser integrado en un mundo social. Si bien no hay una masculinidad monolítica, son múltiples y diversas (Butler, 2007; Christofidou, 2021; Connell, 2003; Gough y Novikova, 2020; Guttman y Viveros Vigoya, 2005; Núñez Noriega, 2016; Viveros Vigoya, 2020), dentro de un contexto específico se enfrentarán los mismos desafíos, las mismas expectativas y presiones

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

por cumplirlas; Roberto aprende a negociar con el entorno qué hace, cómo lo hace y con quienes, una práctica que le abre la posibilidad de reconocerse en la diversidad, así como a los demás. Él se distancia de ciertas ideas de masculinidad y ciertas expectativas, aprendiendo a apoyarse en unas y otras según sus necesidades y deseos, pero sigue dependiendo de recibir un soporte de su contexto cercano, no lo hace en aislamiento. Comprender las limitaciones y condiciones alrededor de las masculinidades es básico para reconectar con su mundo emocional, una urgencia para las masculinidades en sociedades patriarcales (Cepeda Hernández, 2019; Connell, 2003; Gough y Novikova, 2020; hooks, 2004; Real, 2002; Sharp et al., 2022; White et al., 2023; White y Tod, 2022), pero también para conocer el escenario en donde puede jugar con su *performance* del género para expandir su sentido de habitabilidad en la masculinidad y dónde puede ser otra versión masculina (Armengol, 2022; Butler, 2021; Cepeda Hernández, 2019; Connell, 2003; Real, 2002). Esto reafirma que la terapia por sí misma no es la solución, pero cubre un rol de facilitador a la exploración; muchas otras personas y otras relaciones pueden ejercer este rol, pero la terapia está en una situación privilegiada con mucha responsabilidad.

Esta situación del terapeuta tiene dos caras. Por un lado, es privilegiada por sus recursos, dado que la labor de terapeuta requiere actualización académica, reconocimiento de la propia identificación en relación con quien consulta, mantenerse fuera de la postura directiva, propiciar el análisis interseccional, favorecer relaciones externas desde la responsabilización. Por el otro lado, tiene mucha responsabilidad porque obliga a sus profesionistas a hacer un análisis cuidadoso según las particularidades, lo que la lleva a ser una labor agotadora. Estas dos consideraciones vuelven a la terapia como un espacio con cualidades únicas. Tal como representa Roberto, las personas usan los recursos dados por su mundo social, es rara la ocasión en donde por su propia iniciativa desafía sus cimientos; cuando se acerca a procesos terapéuticos de manera voluntaria,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

con confianza, se abre a la interrogación de su mundo conocido. La empatía de los profesionistas es una herramienta a la cual recurrir para generar esta confianza, y de ella, una transformación respetuosa y con orientación social, de lo contrario se corre el riesgo de precipitar a los hombres al “vértigo dependiente del género” que menciona Connell (2003, p. 191).

Las transformaciones de la performatividad dentro de un proceso terapéutico se dan según la capacidad de terapeutas y consultantes de analizar y cuestionar elementos constitutivos del concepto de ‘masculino’ y ‘femenino’¹³ para una posterior apropiación de quien consulta según su comodidad, sus principios, su autoconcepto, su identificación e interacción con otras identificaciones y sus políticas en relación con el género.

Esto es a lo que se hace referencia con el rol de facilitador del terapeuta, el reconocimiento de patrones de moldeamiento social, una revisión constante de los mundos sociales que les envuelven históricamente a terapeutas y consultantes por igual. El trabajo terapéutico es atravesado por la performatividad en un proceso constante, donde la persona, los hombres, buscan su bienestar desde un sentido subjetivo de habitabilidad, negociando con la viabilidad que le da el mundo social (Butler, 2021); en esta negociación las y los terapeutas hacen la diferencia al conocer y ofrecer alternativas desde conocimientos empíricos, teóricos y prácticos, mientras que otras personas difícilmente tendrán los recursos para ofrecer este soporte. Para Roberto, como con muchos hombres, ni sus relaciones cercanas ni las instituciones suelen examina el malestar emocio-

¹³ Aquí se agrega lo femenino como tema de interés por ser la contraparte cultural de lo masculino, son construcciones complementarias y opuestas en el uso generalizado de estas categorías, por lo que la interrogación teórica de uno de estos constructos culturales implicará la interrogación del otro. Más allá de la identificación o apropiación que una persona pueda tener de una de estas categorías de género, con alguna otra alternativa o rechazo total al uso de estas categorías, los constructos de masculino y femenino son etiquetas culturales a una amplia gama de rasgos humanos, no valores universales con definición propia. Aunque para propósito de este trabajo se enfoca en la idea de masculinidad, cada vez que se mencione ‘lo masculino’ y el análisis pueda ser aplicado en ‘lo femenino’, deberá considerarse tal expansión del análisis, siguiendo el criterio de inclusión que mencionan White et al. (2023) para una nueva visión de la salud, donde las definiciones son expansivas, no restrictivas.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

nal que vive, mucho menos le enseñan a vivirlo (Arriola, 2016; Connell, 2003; de Stéfano Barbero, 2022; Guttman y Viveros Vigoya, 2005; Herreen et al, 2022; hooks, 2004; King et al, 2020; Mac an Ghail y Haywood, 2012; Real, 2002; Sharp et al., 2022; Stewart et al., 2023), hasta que se topa con terapeutas con la capacitación y recursos que necesita para analizar el contexto que vive, cómo actúa en él, para darle un soporte a nuevas posibilidades, resaltando así la enorme responsabilidad que se tiene con los espacios terapéuticos para dar tan solo la posibilidad de ver y hacer algo distinto, de hacer un *performance* distinto, para explorarse y conocerse de maneras más habitables, pero hasta aquí lo que pueden aportar las y los terapeutas.

La persona consultante, el hombre consultante para este caso, tiene una labor que no puede ser retomada por nadie ajeno a él: la exploración. Roberto tiene distintas intenciones a lo largo de sus procesos reflejando este hecho, no asume la labor de exploración por una noción particular que tiene a su cuidado de sí más que por un desinterés a su bienestar, es decir, su identificación con la masculinidad no le permite explorarse; cuando los hombres viven abandono, este se extiende hacia sí mismos, a su vida emocional y sus necesidades (hooks, 2004; Connell, 2003). Este es el punto central de la fábrica, la representación de las transformaciones que ocurren en Roberto, en su *performance*, que le permiten hacer una labor desafiante para sus nociones patriarcales de masculinidad desde la seguridad de la relación terapéutica; el contexto específico de la terapia cumple la función de escenario de posible reencuadre para permitir el juego natural que tiene el *performance* del género (Butler, 2007).

Análisis de Fábrica de Caso: Las Transformaciones de la Performatividad y la Incidencia de la Terapia.

En esta narración la masculinidad es un hilo conductor entre las experiencias, decisiones y visiones; sus transformaciones no siempre son dramáticas, pueden ser pequeñas reorientaciones

o confrontaciones con el entorno que llevan al consultante a replantearse ideas básicas en un contexto de seguridad y de exploración; surgen ideas de la masculinidad y conductas que se relacionan con ella según su contexto e historia de vida y queda entre líneas sus objetivos, pues son personales, subjetivos y muchas veces se identifican por la ausencia de una explicación más que por la justificación – es decir, la subjetividad de cada lector rellena con su propia historia los huecos donde no se habla – y a su vez, es una declaración de las condiciones que se deben cumplir para llegar a ese proceso – condiciones materiales, sociales, económicas, emocionales, etc. –. Sin embargo, para los propósitos de este trabajo, se establecieron categorías de análisis teórico como andamiaje en lugar de especulaciones sobre la subjetividad.

Estas categorías, presentadas en la Tabla 8 según emergieron en la fábrica, tienen su respaldo en la literatura y los resultados de las entrevistas, rescatando a la performatividad como concepto clave para reconocer la incidencia que tiene un proceso terapéutico en ella, siendo este el objetivo central de este trabajo; la naturaleza relacional del género exige reconocer esta construcción como la base teórica de esta ficción.

Tabla 8		
<i>Páginas con instancias de señalamiento de categorías y subcategorías*.</i>		
1. Perspectiva de Género	a) Influencias sociales	109, 117, 120, 143, 148, 149
	b) Empatía	115, 116, 144, 146, 152, 153, 159, 161, 164
	c) Invisibilización	113, 114, 120, 121, 159, 162
	d) Naturalización	113, 120, 163
2. Adaptaciones	a) Relaciones cercanas	109, 112, 122, 123, 133, 137, 139, 167
	b) Distracción	119, 131, 138, 149, 164, 167, 180, 183

	c) Defensa	114, 124, 126, 163, 168, 169, 180
	d) Prevención	112, 114, 118, 121, 127, 135, 136, 150, 155, 164, 169, 179
	e) Curiosidad	121, 127, 161, 166
	f) Desarrollo personal	122, 128, 129, 131, 138, 143, 147, 151, 158, 165, 168, 179, 181, 186
3. Terapia	a) Análisis	109, 167
	b) Habilidades	142, 150, 151, 152, 159
	c) Vinculación	186
	d) Desilusión	121, 159
4. Comunidad y Sociedad	a) Apoyo	110, 112, 113, 114, 122, 126, 127, 129, 135, 138, 150, 154, 156, 157, 160, 165, 173, 181, 182, 183
	b) Estereotipos de género	110, 112, 113, 125, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 137, 139, 140, 143, 147, 155, 157, 160, 162, 165, 169, 172, 173, 176, 178, 179, 180, 181, 182
	c) Violencia	111, 112, 113, 120, 124, 133, 136, 139, 140, 162, 168, 169, 171, 172, 173, 174, 176, 178, 185
	d) Ausencia	111, 118, 122, 123, 124, 126, 130, 133, 134, 140, 142, 143, 149, 157, 162, 165, 166, 176, 178, 181, 182

	e) Reconocimiento	121, 122, 124, 127, 130, 132, 135, 137, 139, 169
	f) Castigo	113, 114, 119, 126, 148, 161, 173, 174
5. Llamados a la Acción	a) Flexibilidad	110, 117, 127, 129, 135, 147, 149, 152, 156, 165
	b) Vulnerabilidad	110, 127, 149, 163, 165
	c) Autoconocimiento	110, 128
	d) Responsabilización	116, 120, 123, 151, 159, 162, 184, 185
*Solo se marcan las páginas sin considerar la cantidad de veces que pudiera repetirse en una misma página una subcategoría.		

Los componentes de esta ficción forman alternativas, elementos constitutivos de distintas masculinidades; si bien la totalidad no es significativa para quienes se asumen dentro de la masculinidad, sus elementos evocan familiaridad y de ahí representatividad. Evocan la flexibilidad que está en los significados diversos de ‘masculinidad’. Esas relaciones y espacios ficticios de exploración de identidad tienen sus paralelos en las diversas realidades que rodean y atraviesan las masculinidades, de ahí el uso de categorías para identificarlas.

Análisis Teórico de la Fábrica de Caso

1. Perspectiva de Género

La categoría 1) Perspectiva de Género retoma el impacto que tienen los distintos profesionales al tratar con hombres al tener información pertinente de las condiciones alrededor de la masculinidad para favorecer su desarrollo o, a la inversa, el daño que llegan a causar por la ignorancia o desinterés; esto va acorde con los descubrimientos de Bacigalupe et al. (2022), Bryde et

al. (2023), Beel et al. (2020), Black et al. (2023), Stewart et al. (2023), Smith et al. (2018) y Genuchi et al. (2016). El trabajo de los profesionales que trabajen con hombres radica en cómo se posicionan ante los modelos tradicionales de performatividad masculina, como el desconocimiento de los hombres sobre su propia salud mental, como menciona Affleck et al, (2018) y Sedler et al. (2020). Esta categoría reconoce que las construcciones tradicionales de masculinidad desfavorecen la flexibilidad (Eggenberger et al., 2022; hooks, 2004; Connell, 2003; Cepeda Hernández, 2019; Gough & Novikova, 2020; Sharp et al., 2022) y pone en manos de diferentes profesionistas esta responsabilidad de acercarse con todos estos matices en mente (Seidler et al., 2020).

a. *Influencias sociales*

En este escrito ficticio, la novedad para Roberto está en reconocer cómo se le influyó y cómo puede él mismo influir a los demás; sin esta visión y compromiso personal no habría voz narrativa de Roberto, es la justificación que asume Roberto para escribir sobre sí mismo.

La primera psicóloga demuestra reconocer las influencias de las condiciones materiales para su trabajo y las limitantes que tiene si los cuidadores principales no se comprometen a colaborar con ella, su trabajo no puede salvar a alguien de una situación dada, no por su cuenta. La segunda psicóloga introduce un primer análisis desde el género de Roberto y el suyo, en el contexto de la historia de vida de Roberto. La situación en la que estas dos psicólogas trabajan con él les dota de herramientas totalmente diferentes y, por lo mismo, desarrollan estrategias de análisis e intervención a la medida para lo que encuentran.

Estos análisis e intervenciones no necesariamente tendrán una lectura teórica que resalte el género (por dar un ejemplo, una lectura desde una terapia feminista), pero consideran las variables sociales del género de Roberto, entre otras, para intervenir. La perspectiva de género entre

profesionales se puede manifestar en cómo las relaciones sociales son escenario de análisis e intervención, estas se ven afectadas y moldean las creencias alrededor de qué implica ser tal o cual género que tengan los pacientes.

b. Empatía

Esta actitud de trabajo es especialmente importante como un contrapeso de las demandas alrededor de los mandatos de género absolutistas, donde el menor error o divergencia con la norma se considera fracaso. El reconocimiento a la situación es un recurso importante para combatir las imposiciones sociales y cuestionar a quienes las sostienen.

La actitud de la psicóloga Lizeth Macías, buscando terreno en común para trabajar con los niños, es un ejemplo muy típico de esto; otro momento es cuando la psicóloga Andrea Berumen deja de presionar por temas que incomodan a Roberto y pregunta por sus “hermanos mayores”, o cuando busca capacitar a Roberto en una expresión emocional más extensa, desafiando su “no sé”. Esta posibilidad de no forzar a enfrentar lo incómodo es dar un espacio de aceptación y exploración, como hizo Andrea Berumen al reconocer el canto como la razón detrás de su interés en la batería; a la vez que alimentar este proyecto, sirve como una estrategia novedosa para asistir en otras áreas donde no se siente con las herramientas adecuadas, marcando límites a su pareja, aquí la actitud de empatía no condena ante el desconocimiento, pero sí responsabiliza y moviliza buscando adecuaciones según la situación.

Este trabajo de empatía eventualmente es interiorizado por Roberto y le permite ver a su padre de forma novedosa; plantea que, a pesar de que su familia no es motivo suficiente para cambiar, él está presente de la manera que sabe cómo. Esta reflexión le permite a Roberto no exigir más a su padre cuando este no tiene herramientas para buscar ese cambio, reconociendo su propia molestia con la situación, pero sin que esto impida disfrutar de la convivencia.

c. Invisibilización

Ser profesionista no garantiza tener sensibilización o preparación adecuada. La fábrica plantea una situación evidente de esto con la coparticipación de maestros en la humillación de Roberto, señalando que no soporta los maltratos de sus compañeros y demostrando una alianza con mandatos de género violentos a costa de uno (probablemente más de uno) de sus estudiantes.

Además de estos sesgos personales, existen otros tipos de obstáculos. Las demandas institucionales, por ejemplo, limitan de nuevo la acción de lo que un profesionista puede hacer, como ocurre con la psicóloga Lizeth Macías; más allá de su voluntad, ella eventualmente deja de preocuparse por Roberto en particular, su trabajo le exige voltear a ver al grupo y enfocarse en actitudes conflictivas. Para las instituciones, la experiencia individual se desvanece y activamente se ignora si no es conflictiva, sin embargo, vale la pena mencionar que esto no es una acción propiamente ‘malvada’; el desinterés a ciertos elementos de la vida emocional y experiencias subjetivas puede servir un propósito particular sin pretender generar daño. Las instituciones y profesionistas no tienen recursos ilimitados de tiempo para atender todas las situaciones personales y pueden instrumentalizar la invisibilización en aras de objetivos particulares. Esto mismo puede ocurrir en el proceso terapéutico; retomando el comentario sobre el padre de Roberto que hace Andrea Berumen, donde señala que su familia no es razón suficiente para cambiar, se ignoran los desafíos de este para beneficiar el proceso personal de Roberto, se optó por ignorar los malestares emocionales que pueda estar viviendo su padre. Él no es prioridad y se decide dejar de destinar recursos a él. Esta invisibilización o desinterés en el bienestar emocional, centrándose en actitudes deseables, también lleva a Roberto a admirar a su padre por su “serenidad” ante la muerte de su abuela. Se aprendió que lo importante era mantener una actitud particular frente al mundo, el mundo emocional se vuelve invisible si no es

el deseable.

d. *Naturalización*

A diferencia de la invisibilización, con la naturalización los distintos profesionistas observan actitudes que justifican con argumentos biologists en detrimento de la experiencia personal; la máxima expresión de esto es la idea de “son cosas de niños”, tanto la edad como el género se vuelven excusas para conductas violentas y, si bien son notadas y observadas, no hay intervención porque son parte de “su naturaleza”.

Otro ejemplo más sutil está en una de las intervenciones de Andrea Berumen, donde al identificar que hay una nueva figura femenina importante surge la curiosidad de si existe atracción hacia ella. En el contexto de la historia esta suposición es correcta y se marcan elementos que lo vuelven una deducción comprensible, es parte de la complicidad que existe en la cultura con el patriarcado donde los hombres son seres que ‘naturalmente’ buscan el sexo (hooks, 2004). Es importante señalar los sesgos que pueden tener los profesionistas al asumir esta atracción como algo inevitable y no se profundiza en el entramado emocional que se implica en la atracción.

2. Adaptaciones

La categoría 2) Adaptaciones aborda los generadores de cambio en los hombres, entre los que destacan los eventos transformativos en su círculo social más cercano como la paternidad (Madsen, 2009), las relaciones sentimentales (Oliffe et al., 2022a, 2022b, 2022c), como respuesta a violencias (de Stéfano Barbero, 2022; Geldschläger y Ginés Canales, 2013; Arriola, 2016). Se apoya en reconocer el contacto que llegan a tener los hombres con distintas limitantes que tiene el modelo de masculinidad que manejan (Connell, 2003, 2005; hooks, 2004) y la exploración intrínseca que implica la performatividad del género (Butler, 2007) para que busquen alternativas.

a. Relaciones Cercanas

En esta historia se plantea este como el motivo principal desde el que nace la reflexión en un Roberto adulto, se anuncia como un padre que se preocupa por hija desde el inicio. Claro que esta relación es nueva, pero no es la única relación cercana que lo llevan a buscar cambiar, en la historia hay varias instancias donde señala a su hermano como otra relación cercana de interés que empuja a una adaptación a la situación y cambios en su conducta. Al inicio narra dos adaptaciones que realiza para cuidarlo; también aparece una situación donde un malestar con un amigo lo acerca a otro, Beto. Estos eventos sugieren una constante en muchas experiencias masculinas que puede ser perjudicial: la necesidad de una persona externa para favorecer ciertas acciones de desarrollo y crecimiento personal.

Las acciones de cuidado no son malas, pero sin autocuidado de la mano, los hombres se ponen en riesgo, Roberto reconoce que el embarazo no planeado con su esposa lo llevó a asumir “que debía sacrificarse”, y esta es la narración del él ya como un adulto con años de procesos y experiencias detrás de él, cayendo en una idea tradicional y en situaciones que lo ponen en riesgo a él y a su nueva familia. No es muy distinto al Roberto que se “inserta en la vida” de su novia de la carrera, Michelle, entregándose sin cuidado a una persona significativa en su vida; en este caso empezó a formarse una consciencia de incomodidad e insuficiencia en sus recursos cuando el dinero se vuelve un problema en su noviazgo, pero de nuevo su foco de atención y acciones son dirigidas a su relación porque “sentía que estaba siendo egoísta y le compraba cosas” como conducta compensatoria de una incomodidad razonable, del deseo de tener dinero para sí mismo.

La consciencia de una amenaza a una relación cercana pueden ser el llamado de atención más grande para estos hombres inmersos en mandatos de género patriarcales, como lo es cuando Roberto dice “ahora es el futuro de mi hija el que también está en juego”. Sacrificó relaciones de

pareja, pero no está dispuesto a sacrificar la relación con su hija.

b. Distracción

Si no se tiene la energía, los recursos o incluso la disposición para lidiar con un malestar en un momento dado, la distracción es una herramienta muy práctica y socorrida por Roberto. Las amistades, los hobbies, sus relaciones de pareja, todo se puede volver una distracción en la situación indicada.

Esta estrategia se llega a volver una excusa cuando él lo vuelve una solución en lugar de un apoyo. Andrea Berumen nota que “hace de menos su malestar” y él mismo dice querer “pasar más tiempo con amigos para distraerse”. La distracción se vuelve escapismo (Roberto menciona la fantasía en estos términos), pero esto termina se topa con una situación de la que no puede escapar distrayéndose, un malestar generado en su mundo interno y no en una situación externa. Intenta distraerse por todos los medios para “arreglar” de alguna manera su malestar sin éxito: Tavo no logra facilitar el escapismo, tampoco el alcohol, Michelle apenas sirve brevemente, observar a su alrededor lo deja con sus pensamientos y finalmente Beto cumple por un rato este propósito, pero es quien pone punto final a la distracción como un recurso en ese momento.

c. Defensa

La particularidad de la defensa es que sí ofrece una solución reactiva al problema en términos muy específicos, puede transformar la situación, así como ponerle punto final. Roberto aliándose con “los que andaban de jodones” es claro ejemplo donde la situación (el *bullying*) sigue vigente, pero él la transforma en su favor; igual cuando empieza a detener los golpes de su madre, la situación (violencia física de su madre) sigue vigente con su hermano, pero él hace un cambio para defenderse.

Hay una instancia más adelante donde Roberto dice, refiriéndose a su familia, que “solo

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

nos volteaban a ver cuando hacíamos algo mal o solucionar problemas”, reconoce que esta actitud reactiva es una estrategia limitada que no siempre es la más útil, que no le fue útil en cómo aprendió a relacionarse con los demás y en la solución de problemas. Él se volvió cómplice de violencia escolar y la violencia en su hogar escaló entre su hermano y su mamá; pero sí hubo varias instancias en que le fue útil ser reactivo.

Cuando surge el tema del estoicismo en su vida es reconocido como “otra arma al arsenal”, ve el dominio de sí mismo y de sus emociones como una defensa, la utiliza en terapia cuando se habla de la muerte de su abuela y la utiliza para racionalizar su coqueteo con Ana. Las emociones fuertes son reconocidas como una amenaza y controladas lo más posible, son una amenaza a su persona, él no puede sentir esas cosas y se define como alguien que tiene dominio sobre sí mismo. Entregarse a la vida emocional es una amenaza, es aquí donde una estrategia válida y una herramienta que por sí misma es de mucha utilidad, es retomada por construcciones patriarcales de la masculinidad y se genera la separación de la vida emocional como parte de las cualidades de los hombres.

Las amenazas se vuelven más complejas con el tiempo, y cuando ciertas emociones se vuelven peligrosas, la vida cotidiana se vuelve un campo de batalla para Roberto. Cuando las cosas van mal con Michelle no puede tolerar asumir el malestar de escucharla o escucharse, entonces se defiende poniéndola feliz de nuevo; la situación sigue ahí, pero la transformó; cuando amanece después de las pláticas con sus padres despierta con “una maraña”, una amenaza amorfa sin nombre que quiere “quitarse”; finalmente cuando está cerca de reflexionar sobre este malestar, cuando piensa en hablar con su psicóloga, mejor le habla a Tavo, alguien que en el pasado le ha reafirmado que no está actuando mal, como estrategia para combatir esta fuerte vida emocional. La defensa frente a la vida emocional tiene un límite cuando se asume las emociones como

parte de la experiencia, no como un objeto de dominación.

d. Prevención

Las adaptaciones preventivas, igual que la distracción y las defensivas, tienen su lugar y utilidad según el contexto. Roberto la usa con habilidad al detectar una amenaza en lo social al “no querer que sepan lo mal que estábamos y hablan de ellos”, refiriéndose a su dinámica familiar; también capta rápido que para mantener sus privilegios y libertades debía “encontrar la manera en que lo dejen en paz”, que para mantener su seguridad no podía confiar en otros chicos tan rápido como hizo en su infancia y que hay relaciones que no le conviene tener. Las reglas sociales a su alrededor se volvieron predecibles y desarrolló un ojo para notar lo deseable de él y lo censurado por el mundo social.

Era cuestión de tiempo que hiciera consciencia de los mandatos de género y cómo hay expectativas que él debía mantener para evitar castigo social, detectó la amenaza de “ser visto como menos masculino” y la amenaza que representan otros chicos en su contexto. El proceso de socialización le enseña que los hombres son una amenaza para él, especialmente si no es ‘lo suficientemente hombre’. Los fracasos de gente a su alrededor también le llevan a una estrategia de defensa que compagina con el estoicismo y con el patriarcado: la soledad. Asume que todos son una amenaza y prefiere “no depender de nadie”, piensa que “o jodes o te joden” y mantiene distancia con quienes no han ganado su confianza. Aquí es notorio que las nuevas personas con las que se abre en su momento de soledad de la carrera son dos mujeres (Michelle y la psicóloga Andrea Berumen), no lo nombra, pero la psicóloga sí lo observa en sus notas; está más dispuesto a acercarse con mujeres, los hombres los ve como una amenaza.

También surge de nuevo la amenaza que implica el mundo emocional cuando decide acercarse con una psicóloga para “solucionar problemas y no examinar nada más”, una visión

comprensible y en realidad válida, pero considerando todo el contexto de Roberto hasta este punto, es una estrategia que busca prevenir malestar emocional más que una estrategia de trabajo. Es en buena medida por esto que celebra su nueva banda como “la solución a sus problemas” al dotarle de una excusa para tener más tiempo, siendo él incapaz en ese momento de pedirlo para sí mismo; es también esta prevención a la vida emocional por lo que ante problemas con Michelle opta por “no decir nada para mantener la paz” o por la que, sin pretenderlo, mejora su relación con ella al darle detalles y atención extra a su novia cuando se asoma la culpa por dedicar su atención a Ana.

e. Curiosidad

Las adaptaciones también surgen de la espontaneidad, probablemente pudiéramos reconocer influencias externas si nos dedicamos a rastrearlas, pero para fines prácticos podemos decir que surgen de la exploración y creatividad propia de las personas. Se busca una nueva alternativa o al juntar piezas del pasado se forman nuevos planes, como “ganarse la confianza para no pasar un mal rato”, asegurando un nivel de seguridad ante amenazas percibidas. Pero esto no es suficiente para Roberto, pues al obtener ese sentido de seguridad surge otra exploración espontánea, su interés de ampliar sus posibilidades tal vez, como se volvió el empezar a tararear de manera audible con sus amigos; para Roberto, este acto fue una apuesta, quiso expresarse con más libertad sin saber cómo iba a resultar, solo quería experimentar algo nuevo y le rindió frutos. Lejos de las amenazas, en este círculo cercano se le permitió explorar nuevas maneras de ser él. Se repite este proceso, curiosidad que surge desde relaciones seguras, cuando la psicóloga lo lleva a interrogarse sobre sus padres y él, de manera autónoma, decide cuestionar un poco a su madre para atender sus dudas. La novedad surge más fácilmente desde la seguridad, pero también puede surgir para corregir una situación que no es tan cómoda, las exploraciones y la curiosidad tienen

este sentido de fomentar el sentido de habitabilidad en lo cotidiano.

Claro que esto también puede llegar a formar estrategias que, a la larga, pueden ser contraproducentes, si bien en un momento pueden cumplir un propósito particular. Roberto opta por no hablar los conflictos con Michelle, pensando que se resolverían solos; esta estrategia les significó por un lado un descanso y disminución de múltiples tensiones dentro de su relación, pero no atendió a los intereses en conjunto de esa relación, dejándolos vulnerables a otros problemas.

La exploración, igual que las estrategias anteriores, no garantiza un éxito o fracaso por sí misma, sí tiene la peculiaridad de requerir cierta estabilidad previa a su empleo de manera consistente. Sin ciertos soportes básicos, la espontaneidad y curiosidad se ven limitados; estos soportes básicos no están garantizados cuando existen ciertas demandas ligadas con las expectativas de roles de género (hombres como proveedores, duros, resilientes, controlados, serios, burlones, violentos, por mencionar algunos) o con condiciones materiales de sus interseccionalidades (situación económica, apoyo social, espacios de pertenencia, educación emocional, etc.).

f. Desarrollo Personal

Esta subcategoría se distingue por surgir de percepciones de la subjetividad y hacia la vida interna; se puede manifestar en la vida social y las relaciones cercanas, pero está orientada a adaptaciones personales, una introspección que pregunta ¿qué puedo hacer conmigo para hacer esto mejor para mí? Esta es la diferencia con las adaptaciones surgidas desde la Curiosidad; mientras las de Desarrollo Personal tienen un propósito claro, las de Curiosidad surgen y se realizan sin un objetivo definido. Por lo mismo, es común que surjan desde otros, sea por indicaciones, conductas o diálogo, pero no es indispensable la interacción con otros; hay un incidente que permite reflexionar sobre las acciones y objetivos personales.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Roberto se apropia de esta reflexión al caer en cuenta que le permitían estar con sus amigos si no se metían en problema, no por un interés en cumplir expectativas de moralidad ajena; querían jugar juntos, no les importaba la “buena influencia” entre sus amigos. Más adelante se puede reconocer cómo hay una reflexión parecida pero enteramente privada al inicio cuando toma la batería como un recurso de expresión y una manera de acercarse al canto sin vulnerarse de nuevo, sintiéndose seguro porque “en su mente se veía genial”. Existe la conciencia de ciertos estándares que lo limitan con otras personas y negocia entre ellos y sus deseos personales, ocurre lo mismo cuando es reconocido por su profesor como un ejemplo de estoicismo; se cubre su negociación interna entre “validar que no deseaba ser violento y no por eso ser menos hombre”. Lleva estas estrategias, más adelante, a un sentido de yo más grande que lo protege y le da seguridad, lo hace sentir “el chico más interesante del salón”, un desarrollo notable y muy grande en comparación de su sentido de inferioridad y vulnerabilidad durante la primaria.

El desarrollo personal se puede ver así, esas adaptaciones enfocadas a fomentar su bienestar, el sentido de habitabilidad personal; la primera instancia mostrada es un sentido de bienestar desde la seguridad de quién es frente a estándares sociales, pero la estrategia se adapta a nuevas realidades. Cuando Roberto empieza su relación con Michelle encuentra un escape a la soledad y aislamiento, “exprime cada momento antes de separarse” por el gusto de estar juntos y luego, cuando empiezan a surgir problemas, se abre a la posibilidad de cuestionar sus acciones para mantener esta relación que le trae felicidad; se plantea a sí mismo que “si algo está haciendo mal, podía arreglarlo”. La terapeuta Andrea Berumen nota estos cambios cuando llega con notas para abordar temas específicos “por iniciativa propia”. No deja de existir este sentido propio que impulsa acciones según las posibilidades en entorno y los recursos al alcance.

Los demás pueden incidir en estas transformaciones apelando a los criterios personales de

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

bienestar. Andrea Berumen logra esta situación al reflejarle a Roberto cómo surgió la amistad con Beto y Jorge, siendo que él negaba que pudiera hacer amigos, pero “le ganó con sus palabras”. También Roberto empieza a reflexionar sobre sus intereses y objetivos con las relaciones a partir de las acciones de los demás sin que ellos lo hagan a propósito; cuando adelanta que su papá conserva una actitud distante, Roberto menciona que optó por tomarlo con humor en lugar de “perderse en el enojo” cuando lo que le interesa es ser cercano a su padre; al abrirse a más personas nuevas para interactuar se da cuenta que “disfruta estar rodeado de gente”, ya no son una amenaza al tener criterios más adecuados para entablar amistades, los llega a reconocer como espacios seguros para construir en conjunto, como lo hace buscando “ser coristas juntos” con Ana.

Estos cambios orientados a su sentido de bienestar siguen siendo dependientes de la subjetividad, percepciones personales y formadas por experiencias. Lo que constituye el bienestar para Roberto no tiene por qué coincidir con definiciones de otras personas ni tiene que entenderse como definiciones establecidas en piedra; este punto es importante al recordar que el Roberto que escribe sobre su vida es distinto al que actuó. Él hace esta reflexión al nombrar como “manipulaciones que le subían el ego” a sus acercamientos con Ana, acción que en su juventud no nombraría como tales. Se puede apreciar un par de momentos de actualización en este sentido subjetivo de desarrollo personal cuando, hablando con Tavo, le pregunta “¿cómo arreglo esto?” y la respuesta ya no es suficiente para tener un plan que le satisface; otro es cuando habla con Beto y entra el recuerdo de la intervención con la psicóloga a la par que su amigo no lo ataca, se da un momento donde “respira profundo junto con Beto y se calma”, subir el volumen y atacar no es algo que le ayude a arreglar su problema, por lo que corrige su estrategia.

El sentido de bienestar o habitabilidad negocia constantemente con el mundo social, las

expectativas y recursos; un cambio en alguno de estos elementos que lo confrontan sugerirá una actualización.

3. Terapia

La categoría 3) Terapia aborda como el buen trabajo o mal desempeño de los terapeutas modifica la apertura a este recurso (Geldschläger y Ginés Canales, 2013; Smith et al., 2018). Más que al trabajo de terapeutas aquí se hace hincapié en las percepciones generadas por los hombres usuarios para generar recursos de transformación (Cepeda Hernández, 2019; de Stéfano barbero, 2022; Goldner y Ruderman, 2020; Harding y Fox, 2014, Arriola, 2016). Claro que además de una sensación de comodidad, depende de un espacio que favorezca nuevas comprensiones de la masculinidad (Lee, 2020; Clark et al., 2020; Harding y Fox, 2014; Stewart et al., 2023; Beel et al., 2020).

Estos cambios y adaptaciones pueden venir de distintas figuras, no necesariamente de terapeutas, pero una constante con las masculinidades que se manifiesta en la historia es la expectativa de independencia y presión por alcanzarla, presión que se ve reflejada muchas veces en castigos cuando no se cumplen los estándares de conducta o conocimientos. Es por esto que quienes trabajen con la salud mental de los hombres y masculinidades mantengan presente la posibilidad de estar entre las primeras personas en permitir esta reflexión sin que implique una amenaza a su identidad e integridad.

a. Análisis

La presencia de esta subcategoría desde el inicio enfatiza la visión social que suele tener la terapia en el mejor de los casos y cómo, cuando se cumple la labor de atender necesidades y llevar al crecimiento, se puede incorporar de maneras prolongadas e incluso preventivas. Roberto demuestra esto al decir desde el inicio que la terapia “se convirtió en una manera de analizarse”,

si bien reconoce que esta conclusión no fue automática ni rápida, tuvo que tocar un límite para llegar a esa reflexión, diciéndose a sí mismo que “tiene un problema y necesita ayuda”. Desde la posibilidad ofrecida a él para examinar su vida emocional y reflexionar sobre sus acciones es como lo puede incorporar el autoanálisis como una herramienta.

b. *Habilidades*

Es recurrente en el trabajo terapéutico que los pacientes tengan la expectativa de capacitarse con herramientas o habilidades específicas que solucionarán los problemas; esta visión de resolución de problemas en concreto puede aprovecharse como una reafirmación de sí mismo, es decir, no implica un problema conmigo como persona, sino con mis estrategias. Roberto es planteado como un chico que ya se abre a esta posibilidad gracias al ejemplo de su padre, reconoce que “si hay un problema, debe hacer una solución”. Sin embargo, más adelante este mismo recurso lo usa como una defensa, planteando que solo quiere la solución y “no examinar nada más”, se limita a su malestar sin considerar a terceros. Celebra que ya tiene una “claridad sobre qué hacer” y expresa frustración por no haber llegado a esto “tan rápido como quería”. Se desapega del problema como algo que le ocurre, no como algo en lo que él pudiera estar incidiendo o donde su visión pudiera estar implicada.

Roberto llega al límite de esta visión de hacerse de habilidades o de la “herramienta adecuada” cuando se topa, años más tarde, con “problemas que no pudo resolver por sí mismo”, es decir, que un sentido percibido de insuficiencia (una experiencia bastante desafiante para su construcción de identidad) lo llevó a replantearse su visión de la terapia. No era solo tener más habilidades, era algo más lo que le ayudó en su proceso.

c. *Vinculación*

Esta categoría tiene una única mención, al final de la fábrica, cuando Roberto plantea que

“tenía mucho de qué hablar y querer ser llamado estúpido”, después del tiempo prolongado y las experiencias del trabajo en sesión, identifica en la terapia un espacio de soporte que tiene un valor personal para él, más allá de habilidades o análisis, reconoce un interés emocional y una comodidad en esa exploración. Es un cambio grande el abrirse a esta posibilidad, reconocer un apoyo profesional con estos tintes emocionales, que más adelante le pueden permitir verse a sí mismo en una luz más amable a diferencia de distintas interacciones cercanas.

d. *Desilusión*

Las dos apariciones de esta subcategoría son emblemáticas de los problemas que se topan los hombres, cualquier persona en realidad, que son usuarios de terapia y no ven los cambios deseados. Roberto vive esta desilusión primero con la psicóloga Lizeth al plantear que “pensaba que nada cambiaba” al solo hablar de los problemas, una noción muy difundida de lo que implica el trabajo terapéutico y que la institución escolar terminó por alentar. La segunda instancia explica que “sintió que ya no le daba herramientas que le sirvieran” y ve la terapia como una pérdida de tiempo, aun cuando más adelante habla de una satisfacción que le trae esa relación, no ve que sea algo práctico en su vida cotidiana, él mismo reafirmando en esta instancia lo inútil de la vida emocional para él como hombre.

4. Comunidad y Sociedad

La categoría 4) Comunidad y Sociedad habla del lugar que tienen los círculos más cercanos en la salud mental de los hombres (Seidler et al., 2020; Harding y Fox, 2014; Gough y Novikova, 2020; Herron et al., 2020; Connell, 2003) y las características de nociones tradicionales de masculinidad (Herren et al., 2022; Connell 2003, 2005; Lee, 2020; Clark et al., 2020), de los estereotipos que moldean la performatividad por atribuciones a la masculinidad. Estos estereotipos no se valoran ni como buenos ni como malos, pero se señalan como un recurso social por el que

se mide a los hombres, exigencias interseccionales que dan reconocimiento o castigo según el género (Butler, 2007; Valkonen y Hänninen, 2013; King et al., 2019, Goldner y Ruderman, 2020; hooks, 2004) y condiciones de humanidad por la viabilidad (Butler, 2021). El ejemplo más destacable y de mayor relevancia es cómo se normaliza la violencia en la masculinidad, tanto como agentes quienes la provocan como quienes la viven (Landers, 2022; hooks, 2004; Connell, 2003; Arriola, 2016; Viveros Vigoya, 2020; Guttman y Viveros Vigoya, 2005).

a. Apoyo

Roberto asume una responsabilidad con otros, como hombres, al reconocer que es muy importante sentir que “no está solo”; lo menciona como un miedo que lo detenía al inicio, pero en su versión presente asume que tiene puede jugar en favor de otros desde su masculinidad al estar para los demás, hacerlos sentir normales. Este sentido de responsabilidad se tarda en formarse y al inicio reconoce ese apoyo en su círculo más íntimo, en casa, cuando su padre “lleva algo para él y su hermano”, cuando su madre lo “consolaba” cuando sufría *bullying* en la escuela o cuando ella mostró un apoyo a la idea de “ver a la psicóloga”. El apoyo no siempre una reafirmación o una celebración en este contexto, son pequeñas acciones que reafirman el apoyo que se da, aún si es deficiente o limitado.

Los padres de Roberto se involucraron al buscar “favorecer una buena amistad”, pero también mantuvieron su distancia “a menos que hicieran algo mal”. Los chicos empezaron a crecer y navegar el mundo por su propia cuenta y el apoyo de los padres se vuelve menos tangible poco a poco. Esto los deja en manos inexpertas entre sus iguales, se quedan solo con su ingenio y espontaneidad cuando las situaciones los superan, “sin hacer nada más que estar y darse palmadas”; en el mejor de los casos se acompañan en silencio y con eso basta, en el peor de los casos reafirman nociones de masculinidad de resiliencia basada en distanciamiento emocional.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

El apoyo de padres y cuidadores se presenta por los márgenes; se pueden involucrar con los chicos, pero distantes del recurso emocional. El desempeño académico (y más adelante el laboral) se vuelve eje para medir el bienestar y el apoyo que se puede abordar, premiando “buenas notas”, por ejemplo, o cultivando un interés con futuro académico o laboral donde alguien “se abre a responder preguntas” o “consejos en proyectos”. La vida emocional se reserva solo para la pareja, quien se “vuelve un refugio” y un “apoyo” central. No es que, más allá de esta relación, ya no exista el apoyo en el entorno, sino que el rol que cubrían cambia: pasan a ser un salvavidas en lugar una guía constante, respondiendo a las acciones de Roberto en lugar de dirigirlos.

Roberto busca empezar un nuevo proyecto musical como un recurso personal, es la razón por la que “da una oportunidad” y se topa con la novedad de la “apertura a elegir” y de una nueva relación “sin un regaño de por medio”. La relación con Tavo no es exactamente la de cuidador con Roberto, es de pares donde uno tiene más recursos y ayuda, toma un rol de “guía” que estaba ausente y llega a ganarse una “confianza” que, en retrospectiva, Roberto considera fue mala decisión. Tavo ejemplifica un tipo de apoyo que es alternativo a lo que conoce hasta ese punto, lo escucha y lo guía, atiende ese abandono emocional que vive Roberto en la formación de identidad, si bien con sus propias herramientas. También Beto está entre sus iguales que ofrecen un apoyo distinto desde su “paciencia”, ejemplificando otra alternativa para Roberto y, finalmente, su grupo musical apoya con gusto sus propuestas de “ser corista”.

Los padres y otros cuidadores siguen presentes y atienden cuando ven una amenaza, la diferencia siendo que necesitan ser reconocidos ahora como una persona de apoyo; ya no es la autoridad, sino la confianza de ese apoyo lo que da peso a la guía que se ofrece. Roberto atiende la crítica de su madre cuando reconoce que ella misma “sí lo escuchó” antes de “callarlo”; este balance de confianza y escucha es lo que puso a Tavo en primer lugar en una posición como

apoyo y por lo que Roberto piensa que “él sabía cómo ayudarlo” y por lo que su reafirmación a Roberto de que “es un hombre, no un cobarde” es algo que es recibido con agrado. Al final, de nuevo aparece Beto como alguien recurrente que “sigue la plática”; él está en una posición similar a la madre de Roberto, donde el apoyo permite que más adelante haga una crítica importante.

b. *Estereotipos de Género*

Esta es la subcategoría con más menciones y esta diversidad permite reconocer la influencia de los estereotipos de género en las conductas y creencias, influencia que puede discutirse tiene beneficios y perjuicios en distintos contextos; influencia que es ejercida desde el contexto y a quienes lo conforman, de manera bidireccional.

Muchas apariciones de los estereotipos son muestra de cómo se pudieran leer como algo positivo que promueven, como el cuidado de los demás. Los padres de Roberto le enseñan que “tiene una responsabilidad” con su hermano menor guiándolo y cuidándolo, el padre de Roberto lleva detalles a su esposa y “algo para ellos”; se enseña con ejemplo y expectativas que, como hombre, Roberto tiene un rol de cuidador y de proveedor, es una idea que él asume e integra en su vida. En el momento de elegir carrera “lo único que le importó” fue la consideración económica, el “modelo a seguir de su padre” le enseñó justo que el objetivo de su vida era generar suficiente dinero para su familia futura, o como lo pone más adelante, asume que “debe sacrificarse para sostener su familia”. Esta expectativa es justo lo que hace que Tavo se gane la confianza de Roberto al “guiarlo” como él pensaba que necesitaba, el pseudo hermano mayor que lo cuida al “saber lo que era mejor”.

Roberto se exige mucho a sí mismo con la intención de “ser caballeroso” al volver a Michelle centro de su atención “cuando ella lo necesite”; un gesto que ella agradece, pero es el trasfondo por el que crece un malestar en Roberto con la relación. Él no es capaz de ahorrar para sí

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

mismo porque asume que “sería egoísta” si no usa su dinero en ella y ella deseaba a alguien “dispuesto a darlo todo” por mantenerla feliz; tanto Michelle como Roberto fomentan mutuamente esta expectativa del cuidado de los demás, llegando a implicar el sacrificio de sí mismo.

Otras cualidades de estereotipo de masculinidad que se suelen enmarcar como positiva es la autosuficiencia y la disciplina. Roberto hace eco de este pensamiento en varias ocasiones; nombra esto mismo con la lectura que le ofrece su profesor y reafirma su masculinidad con que “él se vale por sí mismo”, imitando a su padre quien también “soluciona las cosas por su cuenta”; cuando hay problemas con Michelle enmarca la situación como problemas donde le toca “averiguar qué está haciendo mal y arreglarlo” y sus padres reafirman sus responsabilidades la marcarle la educación “como lo más importante”, sin involucrarse más en sus intereses o vida personal. Los problemas, o son prácticos y se solucionan con herramientas, o son emocionales y se soportan; el famoso ‘echarle ganas’ como faceta de resiliencia, otro valor estereotípico en la masculinidad.

La resiliencia se presenta como un ideal bajo el cual los hombres se deben someter al malestar sin quejas; la excusa “así son los niños” es muy recurrente para justificar no atender quejas de niños, como fue con Roberto, y él a replicar esta visión cuando detiene a su hermano de golpear a su madre y le señala que él “no debía golpearla”, a pesar de que entiende su frustración, no ve apropiado que se defienda. Roberto llega a admirar la resiliencia, la ve en su padre cuando observa “su serenidad” después de la muerte de su abuela o cuando recibe como apoyo de Tavo que este le diga “que se esfuerce” cuando tiene dificultades con Michelle y que lo que queda es “esperar una nueva oportunidad”. Se espera que Roberto, igual que su padre, navegue su tristeza y malestar con un semblante tranquilo y sin perder el control; cuando su madre se acerca después de la explosión de su papá, ella recurre a este sentido de resiliencia, buscando que Roberto “lo

perdone por ser él mismo”, a pesar de que ella reconoce que Roberto está lastimado, asume que no se le hizo algo malo y busca justificarlo, que “lo entienda y lo apoye”. Roberto aprende que la única alternativa que le queda cuando ninguna herramienta quita el malestar es soportar, recurre a ideas culturales que conoce para aprender a soportar, asume que “necesita un trago” para soportar más fácilmente y Tavo reafirma esto al “pedir cervezas” como una manera de acompañarlo.

Roberto reconoce que, al menos en su contexto, que señalen conductas feminizadas “es peor que ser hambreado”, y esto siembra las bases de un miedo que señala con mucha claridad, no quiere “arriesgarse a ser visto como menos masculino” y esto lo aleja del canto. Este miedo y expectativa social las usa en su favor después con la batería, resaltándose a sí mismo como más masculino por tocar un instrumento “más difícil”; busca entre sus herramientas para negociar con la idea de masculinidad y no ser vulnerable. Su interés por el estoicismo tiene esta raíz, una postura académica reafirma su rechazo a la violencia sin “hacerlo menos hombre” y se alimenta de otras nociones de autosuficiencia, dominio propio y disciplina; esta negociación con el par de posibilidades de masculinidad presentes lo llevan a decantarse por la identidad de “el chico más interesante”, pero siguen amenazas a su identidad masculina.

Las intersecciones que componen la masculinidad de Roberto no dejan de desafiarlo a pesar de entenderse él como un hombre heterosexual en una relación con Michelle, su orientación no es lo que le asegura su posición social de ‘hombre’. Por un lado, la condición económica es algo que en su infancia había sido señalado como una amenaza, pero no es sino hasta que tiene problemas para dar detalles a Michelle que él reconoce ese miedo de “ser pobre”; por otro lado, su padre tiene una visión muy estricta de masculinidad con la que lo ataca, “la desconsideración lo vuelve poco hombre”, hay criterios que tienen el padre de Roberto y la familia de este por el cual uno pierde hasta su humanidad, convirtiéndose en “un desgraciado” a diferencia de “un

hombre de verdad”. Entre estas interacciones y todas las demás, Roberto construye una idea más y más compleja de lo que implica su masculinidad y establece sus criterios propios para determinar que él “no es un poco hombre”

Para Roberto, los estereotipos de género son algo que apenas empieza a identificar y cuestionarse conforme escribe. Él asume parte de estos estereotipos en su masculinidad cuando va a la escuela de Manny y se presenta como alguien que “asusta a los compañeros” que molestan a su hermano menor, pero no llega a analizarse. Aún con la incomodidad ante las expectativas de Michelle sobre una pareja que esté dispuesta a “defenderla hasta los golpes”, no llega a cuestionarse esa expectativa sobre la masculinidad, solo la rechaza como algo que él no desea. Es importante destacar que también existen distintos estereotipos alrededor de las mujeres que, si bien no afectan directamente a Roberto, son importantes al tratarse de ideas que él y su entorno sostienen, ideas que informan conductas; cae en cuenta que desde pequeño había un reconocimiento especial a su padre por estar presente mientras que su madre se asumía que “así era la crianza”, un reconocimiento muy básico e importante de las diferencias entre expectativas para las mujeres; en su adolescencia él mismo se apropia de estos estereotipos al buscar más a las mujeres para trabar amistad al verlas como “un riesgo mucho menor”; más adelante cuando, su padre lo está regañando, se incomoda cuando este expresa y desprecia ante Ana por ser “bien dejada”, pero a diferencia de con su mamá, Roberto no es capaz de analizar esta idea, solo le impacta; tampoco reconoce cuando Tavo sugiere que su madre “jamás intentaría” suicidarse por amor a sus hijos como una idea extraña.

c. *Violencia*

Esta subcategoría es muy cercana a la anterior, pero tiene suficientes instancias y suficiente relevancia teórica como para analizarla por su cuenta. Dentro de la misma expectativa de

resiliencia para la masculinidad se cosecha la expectativa de violencia en las relaciones que involucran hombres.

Dentro de la crianza y la educación, la violencia es un recurso constante con hombres. Roberto menciona de manera muy casual al inicio cómo su padre los golpeaba cuando “estaba de mal humor”, era lo habitual en su crianza, pero también su madre caía en violencia física hacia ellos “cuando se hartaba”; una vez que la violencia se establece como un recurso, cuando se justifica su uso, se vuelve una amenaza detrás de cada confrontación, un regaño pequeño puede tener detrás el peligro de “un golpe de verdad”. Aun cuando esta no es física, la violencia está presente, por ejemplo, cuando se impone una voluntad de uno sobre los demás; exponiendo a niños y adolescentes a “violencia o contenido sexual en películas” cuando no tienen edad para esto ni se les educa sobre el tema; la corrección hacia los hombres se convierte en un espacio de humillación cuando ante un problema de conducta que pueda haber se “cierra el diálogo” y se limita a señalar los errores y faltas sin ofrecer un acompañamiento emocional, ejemplo claro de esto es el padre de Roberto insultándolo como “poco hombre”.

Las instituciones sociales fomentan la violencia entre los hombres y las masculinidades también al justificar conductas agresivas como “cosas de niños” sin intervenir, restándole importancia a acciones de violencia física o emocional al explicarlas como “bromas entre chicos”. Esta formación social vuelve increíblemente difícil el autoanálisis y la introspección, el reconocimiento de los errores entre hombres se vuelve “una obligación” en lugar de una señal de arrepentimiento, y en su lugar normaliza el uso de la violencia entre hombres como un recurso aceptable; el enojo es la emoción emergente de la masculinidad en las sociedades patriarcales (), Roberto solo puede procesar a través del enojo y “explota con Roberto” cuando este busca ayudar; otras expresiones emocionales son limitadas y se vuelve admirable mantener “serenidad” ante

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

situaciones dolorosas, limitando incluso la empatía que puede generarse hacia los hombres

Estas enseñanzas se interiorizan y la violencia se replica de distintas formas; en el caso de Roberto se examina mayormente una visión de masculinidad que no suele ejercer violencia hacia los demás, pero sí hacia sí mismo. La normalización de la violencia, el abandono emocional que vive y la expectativa de resiliencia lo lleva a “sacrificarse” como algo inevitable como hombre, por ejemplo, con la idea de “defender a golpes” a personas queridas; esto genera al mismo tiempo una desconfianza en su entorno. Sabiéndose vulnerable, Roberto llega a generar una mentalidad de supervivencia, reconoce en sí mismo esta reactividad, “jodes o te joden” plantea de manera tajante ante la menor amenaza y reacciona con enojo cuando su madre le señala que “hizo una estupidez”, una observación que él toma como insulto.

La naturalización de la violencia como parte de la vida de los hombres también tiene impacto en las relaciones con las mujeres; si la violencia es masculina, la feminidad suele ser objetivo de la violencia. Roberto está sumergido en esta visión y, aún si reconoce la injusticia, no es capaz de desafiar el orden social donde se espera que su madre “se parta el lomo” cuidándolos; donde las mujeres, las parejas sentimentales de hombres heterosexuales, se vuelven “una oportunidad más” por aprovechar, objetos sexualizados que están “disponibles” para los deseos de hombres; donde es deber de la mujer hacer la labor emocional en el hogar y buscar que se reconcilie la familia por errores de otros, como hace su madre justificando ante Roberto las conductas de su padre. Sin que Roberto haga una conducta que sea de violencia física o donde imponga su voluntad sobre las mujeres en su vida, en su entorno se repiten situaciones una y otra vez donde él sostiene los roles de género patriarcales, roles que lo violentan a él y desde los cuales él violenta.

d. Ausencia

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Es razonable encontrar que quienes crecen sin atención a su vida emocional tendrán la misma dificultad con los demás; si ellos mismos no tienen esa experiencia, no sabrán cómo manejar su intimidad, como reconocer sus problemas personales y se vuelve complicado que los compartan con cualquier persona; sería extraordinario lograr compartir una formación que no se tiene, sobre todo si se trata sobre educar a sus hijos en esto. Este es el desafío central que tiene Roberto como un hombre que tuvo una crianza llena de abandono por varias personas y lo confronta con su paternidad, desafío que toma desde el inicio.

Roberto habla de una situación sumamente íntima de su padre, una de la que este “nunca le ha hablado” y sin embargo conoce y expone, reconociendo que su padre no le ha confiado este fragmento de su vida, a nadie en realidad; es ejemplo claro de cómo el aislamiento de uno lleva a ser ausente con los demás y Roberto lo replica cuando empieza su propia paternidad, al hablar del “embarazo de su exesposa” se pone ajeno a la situación; aun entendiendo que la relación no fue cómoda ni placentera, Roberto pone una distancia con la realidad del embarazo como si no hubiera tenido nada que ver o como si él no tuviera una responsabilidad en el proceso, una distancia con sus miedos que lo llevan al límite. Esta relación entre el miedo a la vulnerabilidad y la ausencia que tiene consigo mismo no ocurre de la noche a la mañana, es algo que se construye poco a poco desde la experiencia y se ejercita en distintos contextos, como en terapia cuando “se le señala sus conductas de evitación” y se niega a abrirse.

Ambos padres tienen una distancia con Roberto y llevan a que “se sienta solo”, no se le enseña a expresarse y a construir relaciones desde la vulnerabilidad, lo que lleva a Roberto a construir sus amistades desde “distraerse juntos sin hablar de sentimientos”, sus preocupaciones o temas personales eran temas que se lidiaban en solitario. Se replica más adelante esto con la expectativa de Michelle, donde ella es “muy dura en sus expectativas de pareja” con Roberto, sin

considerar cómo su pareja pudiera sentirse o si es algo conveniente. Esta desconsideración y soledad que se cultiva en Roberto como parte de su masculinidad lo llevan a restarle importancia a la muerte de su abuela y “duelo de su padre”.

Con la edad la desatención va en aumento, la atención y guía se convierten en distancia y ausencia; Roberto reconoce que Manny está en riesgo de toparse con pornografía a temprana edad y lo cuida de esto, pero asume que “será otra historia” cuando cumpla 15, sugiriendo que el cuidado que le ofrece terminará con esta edad por alguna razón sin justificar; los padres retoman también sus vidas propias cuando sus hijos cumplen cierta edad donde “se desentienden para darles libertad” mientras esto signifique que sigan comportándose de manera deseable, cosa que Roberto logró al “ser el hijo ideal” y Manny recibía más atención. La distancia se aborda como un premio, pero sin la oportunidad de desarrollar herramientas, sin profundizar una relación o sin compartir compañía, pierde esta cualidad ‘liberadora’ y pasa a ser ausencia de redes de apoyo, solo presente “cuando hay problemas”. Roberto lamenta esta ausencia, particularmente con su padre cuando reflexiona sobre lo que “le habría gustado que él le enseñara” cuando Tavo entró en su vida, otro mentor que carece de herramientas para acompañarlo y sus consejos llegan a ser tan simples como “esforzarse más”.

Conforme crece, Roberto recibe menos consideración de quienes le rodean y, en cambio, se le pide más “comprensión y apoyo”, su lugar en la familia y entre sus amigos va evolucionando; sin preparación y sin soporte la masculinidad exige sin dar recursos, esta es la misma situación en donde se encontró su padre y lo que lo llevó a aferrarse a la identidad “de un hombre de verdad” que está para la familia, evitando el suicidio, pero sin tener un apoyo ni simpatía, tal como hace Tavo al sugerir que “si no lo hizo antes, no lo haría ya”, menospreciando la situación

sin saber nada del padre de Roberto o sin hablar con su amigo sobre cómo se siente con esta noticia, ninguno de los dos merece esa consideración.

Claro que Roberto no es un agente pasivo, se adapta para buscar estar con quienes le importa, aprende a acercarse a su padre en términos prácticos para “pasar tiempo con él” y construyó una relación de confianza con Manny, pero por presión familiar esta relación significaba que “en casa no se ocupaban de él”. Roberto busca alternativas para cubrir estas necesidades que él detecta, estas carencias en su entorno, donde sus padres quieren “apoyarle en todo”, pero su comunicación limitada con Roberto lo complica. Esta falta de comunicación también se convirtió en una herramienta para Roberto, una alternativa con la expectativa que “los problemas se solucionarían solos”, pero tiene un límite desentenderse de los problemas de los demás; Roberto se topa con este límite cuando, después de buscar ayuda y consejo con Tavo este no se involucra ni aconseja, le dice “que sea fuerte y no haga estupideces”, de nuevo menospreciando los múltiples problemas que abruman a Roberto, con la diferencia que esta vez Roberto reconoce que es una respuesta vacía y no le sirve.

e. *Reconocimiento*

Existiendo ciertos lineamientos sobre lo que se espera de Roberto como hombre, hay gente e instituciones en su vida que inciden fomentando en estas expectativas diversas a lo largo de toda la vida.

Este moldeamiento desde las expectativas de género le permitió a Roberto formar una noción de lo deseado para él, qué características y modos de ser eran los que importaba que él emulara como hombre, cualidades que observaba en su padre como “el trabajo, administración y responsabilidad” y lo llevaron a elegir una carrera que cumpliera estos requisitos.

La educación social de Roberto se movió en este sentido pragmático, premiando conductas y relaciones más aceptadas permitiéndoles “pasar más tiempo juntos”, con reconocimientos como “el hijo ideal” dentro de su familia. Las instituciones más grandes, como la escuela, también son centros donde se premia según las expectativas, con gente que asimila estas normas de género, donde si bien los premios en la infancia de Roberto eran distinciones tales como “un bueno chico” en oposición a otros que son “buena influencia”.

Conforme crece Roberto, sus intereses y necesidades se vuelven más complejos, los reconocimientos o palabras no son suficientes premios y él negocia con las instituciones y personas a su alrededor para mantener las conductas deseadas a cambio de otras cosas. Los permisos se vuelven cotidianos y Roberto busca crecer, argumenta en favor de sí para “conseguir una batería” y lo consigue justo por mantener la expectativa de buenas notas; esta pasión por la música que desarrolla a su vez la empatía con su carrera y consigue “apoyo y consejos” de sus profesores en sus proyectos personales, un tipo de atención que él mismo reconoce le dan, al menos en parte, por cumplir ciertas expectativas; esto se convierte en un ciclo virtuoso incluso, donde su dedicación y pasatiempos le mantienen una calificación suficiente para garantizarle “un apoyo económico” de sus padres, pero una vez cubiertas estas necesidades a Roberto no le interesa mejorar más su promedio, cumple el mínimo que necesita. Se topa con estas áreas grises entre “lo correcto” socialmente y sus propios deseos.

No es el único que negocia con esto. La tensión en la relación con Michelle se debe en medida a negociaciones propias de ella con las de Roberto; él plantea que, si bien Michelle busca contribuir económicamente en su relación, ella “disfruta sentirse procurada” por él, instancia que lo lleva a presionarse más y más por obtener recompensas en la relación; la naturaleza de una relación de intimidad, como lo son las de pareja, hace que una interacción basada ‘recompensas’

sea riesgosa sin una comunicación adecuada. Roberto manipula justo este encuentro de negociaciones para obtener una recompensa momentánea, quizás a costa de un malestar más grande, pero es la decisión que tomó cuando opta por “endulzarle el oído” a Michelle para que esta no se fuera y mantener la relación otro poco; es hábil y aprende a manejar su conducta para obtener las recompensas que le interesan, la dificultad viene que cada vez las demandas y situaciones son más y más complejas.

f. *Castigo*

Existiendo reconocimientos y premios desde lo social, también hay castigos al transgredir las mismas expectativas que existen por ser hombre desde temprana edad.

Roberto recuerda muy pronto cómo era señalado por compañeros como “una niña” por no mantener el secreto sobre los maltratos que vivía, por no soportar las violencias a las que era sometido, pero para empeorar, era un sentimiento que los adultos replicaban aún si se atrevía a comunicar su malestar, era señalado ahora por cuidadores como un niño “de piel delicada” y no merecía consideración alguna. Expresar su malestar era vetado desde temprana edad al punto de que una expresión natural, como es el llanto, es observada como “de lo peor” que pudo pasarle en medio del salón. Roberto censura sus propias conductas y su naturaleza humana porque prevé el castigo social, el ridículo, al que será sujeto. Aprende a muy corta edad que “ser visto como sensible le genera burlas”, que no atenerse a las reglas sociales lo hacen merecer este castigo.

El respeto y la tranquilidad entonces tienen criterios sociales que deben ser cubiertos para recibirlos, una cuota de la performatividad que Roberto asume y transforma a lo largo de su vida con el moldeamiento de su noción de masculinidad. Cuando llega a la universidad tiene una noción clara de qué considera se debe hacer y no hacer, si bien no castiga a quienes expresan sensibilidad, sí tiene un desdén por quienes “no saben comportarse” y expresa de manera vaga si

creencia de que estos deberían ser castigados, cuando menos con la distancia que tiene con ellos demuestra que él considera que no merecen cercanía de su parte ni cordialidad. Roberto mantiene una conducta que por lo general él considera adecuada y en su entorno no es señalado por nada hasta que su padre lo confronta por la manera en que habla con Ana y surge de nuevo el castigo, la humillación y violencia por ser un “desvergonzado” a ojos de su padre.

Sin embargo, la violencia no siempre está presente con los castigos. La madre de Roberto presenta otra versión con escucha y es respetuosa, capaz de generar una reflexión que “lo calla con facilidad” y aún cuando le señala que “hizo una estupidez”, lo hace como observación a la conducta, no como una cualidad de Roberto directamente.

5. Llamados a la Acción

Finalmente, la categoría 5) Llamados a la Acción, es donde se refleja cómo los círculos más cercanos a los hombres (y los mismos hombres) se vuelven agentes de cambio activo frente a las limitantes de la performatividad (Butler, 2007; Connell, 2003, 2005; hooks, 2004). La base de esta transformación de nociones de masculinidad es un trabajo que implica y afecta a todos recordando que el género es un elemento relacional (Butler, 2007, 2021; Landers, 2002; White et al., 2023; Connell, 2003, 2005), pero en sentido de los individuos también importa por el cuidado de la salud mental y el sentido de viabilidad (Butler, 2021; White y Tod, 2022; Etienne, 2018; Addis y Mahalik, 2003, hooks, 2004; Connell, 2003).

a. Flexibilidad

La flexibilidad, reconocida como una herramienta de cambio, de modelamiento y de análisis, se presenta con mucha claridad por la visión retrospectiva de Roberto. Él reconoce que la mera presencia de una alternativa puede ser suficiente para “ahorrar malestar” a otras personas en situaciones similares, particularmente como una posibilidad para otros hombres.

En la narración se presenta cómo esta habilidad también puede ser modelada entre iguales cuando se junta a Roberto con “un compañero más tranquilo”, una intervención sutil desde el ámbito escolar cuyo efecto él no reconoce, si bien se beneficia de los resultados; esa intervención cimienta una red segura dentro de la amistad, “siente que es respetado” por ellos y se permite mostrarse cómodo siendo que la música se estableció como una opción para esta amistad, compartir ese gusto era algo permitido y buscado por los tres.

En cuanto se le presenta una alternativa atractiva, Roberto la toma y la incorpora. Primero la música, pero también la filosofía estoica, la intelectualidad y la “ambición”, como marcas de su identidad y masculinidad, las asume como “armas en su arsenal”; esta incorporación no es en la soledad o en un proceso aislado, es efecto de un apoyo externo, una validación por su entorno.

En otras ocasiones se le invita a probar alternativas que demuestran ser útiles, al menos en ciertos contextos que le permiten experimentar. Andrea Berumen aprovecha cada oportunidad para que “en sesión” se expandan sus recursos cuando lo ve necesario o que retome aquellos que “ya existen” y han sido útiles; a veces esto le “emociona” a Roberto si va ligado a sus intereses. Tavo, en cambio, ofrece un espacio para relacionarse distinto a otros, “libre de regaños” y donde su interés por la música y el canto puede ser aprovechado, celebrando su incorporación “como corista”. Las relaciones y espacios que desarrollen la flexibilidad generan en Roberto una mayor comodidad y confianza, se vuelven una red de apoyo importante para su exploración de identidad.

b. *Vulneración*

Esta subcategoría, igual que la de Flexibilidad, se beneficia de las comprensiones en tiempo presente de la narración. Roberto tiene esta claridad y asume su responsabilidad en su “deseo a participar” al hablar de sí; toda la fábrica por sí misma se puede reconocer como un

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

ejercicio de vulneración. Él es consciente de las “limitaciones” que tuvo y que tuvieron con él, fue una habilidad que desarrolló “con emoción” durante su proceso terapéutico y que le permitió aprender a “expresarse de manera adecuada” con distintas herramientas según lo que sentía.

La fábrica se lee, con esta subcategoría en mente, como una síntesis de estas herramientas que hablan desde la intimidad; es la vulneración un recurso primordial en el análisis de ‘la masculinidad’ por su ausencia, su presencia y sus configuraciones a lo largo de una historia.

c. Autoconocimiento

La retrospectiva dota a Roberto la capacidad de dictar con qué se define y se identifica a lo largo de su historia; más allá de las intervenciones de otras perspectivas, Roberto comparte lo que él determina importante y definitorio de quién es él como protagonista; “tiene cuidado” con lo que comparte y cómo lo hace, vinculando su pasado con el presente señalando lo que “todavía hace”, pero también agregando fragmentos de la historia que saltan la cronología de su vida.

Esta ficción representa un ejercicio de autoconocimiento no porque sepa todo lo que hay que saber de sí o porque comparta cada íntimo detalle, ninguna de estas afirmaciones es cierta de cualquier manera; esta ficción es un ejercicio de autoconocimiento por cómo se da sentido a quién es Roberto en el presente considerando su pasado, a través de distintas identificaciones y transformaciones.

d. Responsabilización

La comprensión de sí mismo en un mundo social, donde incide y donde afecta a otros, es algo a lo que Roberto llega hasta que es mayor, ejemplificado por la creencia que sostiene sobre su padre, responsabilizándolo a él de “los cambios que no realiza” en lugar de asumir la carga de él cambiarlo; reconoce que sus acciones tienen un trasfondo complicado, pero no quitan el peso de lo que hace o no hace y cómo esto impacta a los demás.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Para Roberto esto tomó distintas formas al inicio de su vida, fue un proceso de adquisición largo. En un primer momento la habilidad de la psicóloga Lizeth la llevó a modificar cómo “abordaba a los niños” para generar el cambio deseado, evitando la confrontación directa para que no se cerraran al diálogo; una segunda intervención de Lizeth fue “retomar la escuela para padres” para formar redes de apoyo y poner a los padres en el centro del trabajo, si bien esto no rindió frutos. Al menos en esta temprana edad, los padres eran una parte importante de la responsabilización, las subcategorías de Reconocimiento y Castigo abordan esto ampliamente, Roberto también lo ve en retrospectiva, comprendiendo que sus padres “no querían repetir errores” con él. De igual manera la psicóloga Andrea Berumen retoma esto y lo hace reflexionar “con sus propias palabras” para llevar a Roberto a actuar en lugar de esperar a que se adapten a él; más adelante, cuando la psicóloga siente que la relación terapéutica le permite ser más directa, lo confronta sobre “su postura conflictiva” dentro del espacio terapéutico, llevándolo a reconocer cómo se comporta con ella.

Con la mayoría de sus relaciones Roberto evita los conflictos o evade cuando lo confrontan, pero cuando es alguien de confianza, alguien que está en su red de apoyo, es donde él se abre a escuchar, aún si le incomoda; la diferencia es que la confrontación se desarrolla a plantear alternativas, a analizar, no solo es el hecho de señalar los errores. Esto es lo que lleva a Roberto a escuchar a su psicóloga en un primer momento y más adelante a Beto cuando este le señala cómo se comportó en una salida, “no le permite negar” que ocurría algo raro y finalmente, cuando Roberto explota con él, le da una salida para seguir hablando al decirle “que se calme” antes de retomar la charla y darle un consejo. Beto es al primero de su red de apoyo al que escucha, cuando este le confronta y da una alternativa.

Esta subcategoría fue un eje en la construcción de la fábrica, existe una responsabilidad

en la construcción de una ficción alimentada por realidades narrativas que quedará al alcance y la crítica del público en general.

Conclusión del Análisis Teórico de la Fábrica de Caso

Queda claro que es imposible e injustificado plantear un protocolo o un proceso estático para atender los múltiples encuentros y diversidad de opciones que construye la masculinidad. La historia de Roberto es una representación, no un esquema a seguir; su historia refleja el dinamismo y contrastes que implica la constante formación de una identidad alineada con lo ‘masculino’ en distintos momentos de la vida, sin mencionar todas las intersecciones que atraviesan al personaje y las historias que lo formaron.

Sin embargo, es cierto que existen criterios y estándares de lo masculino que impacta en quienes se identifican como hombres y quienes encarnan cualidades ‘masculinas’ a menos o mayor grado; cualidades socializadas, culturales, temporales y corporizadas de los géneros. El punto de partida es similar: un malestar con orígenes en las expectativas alrededor de la masculinidad. Este es el hilo conductor en el análisis, influye y se ve influido por múltiples relaciones simultáneas, la masculinidad no saldrá como tema por sí mismo, sino desde su naturaleza relacional: amigos, familia, pareja, trabajo, estudios, pensamientos, filosofías, espiritualidad, comunidad, política, etc. Es la experiencia generizada de ser ‘hombre’ lo que se pondrá en práctica dentro del contexto y las dinámicas alrededor de las masculinidades para alcanzar metas orientadas desde lo social o lo personal.

Hablar de transformaciones de performatividad en un contexto de terapia es analizar cómo estas surgen entre presiones diversas en contextos diversos y señalar las intervenciones y

posturas de terapeutas en su rol de facilitadores por los que se da el emerger de una novedad performativa¹⁴ orientadas a un sentido de habitabilidad. Esta emergencia es una labor por sí misma de la parte consultante, mientras que favorecer la novedad al crear y mantener un escenario desafiante, seguro y abierto a la nueva posibilidad es labor de la parte terapeuta.

No se puede hablar de etapas o pasos en esta transformación, pero se propone una visión de dimensiones que están en constante interacción, sin linealidad, sino como ejes en servicio de identificar los momentos de transformación¹⁵, estas son: *patrones de moldeamiento social, autoanálisis de la realidad social situada, evento/evidencia de insuficiencia y desgenerización de cualidades*. Cada una de estas dimensiones, al mismo tiempo, responden a uno de los objetivos particulares de este trabajo.

Patrones de Moldeamiento Social

Esta dimensión aborda el objetivo particular de analizar las incidencias de visiones de masculinidad a lo largo del proceso terapéutico en la performatividad de lo masculino desde la óptica de pacientes y terapeutas.

¹⁴ Se refiere a ‘novedad performativa’ siguiendo el sentido que da Butler (2007) al género, “la esencia o la identidad que pretenden afirmar son *invenciones* fabricadas y preservadas mediante signos corpóreos y otros medios discursivos” (p. 266), donde además el operador de performatividad o “el <<agente>> se construye de manera variable en la acción y a través de ella” (p. 278). La novedad es la acción “en general configurada como la capacidad para la mediación reflexiva, que queda intacta sea cual sea su grado de inserción cultural” (p. 278), por lo que no significa una creación de ‘un nuevo género’ que rechace todo o que destierre las nociones tradicionales de manera indiscriminada y absoluta.

¹⁵ Con momento de transformación tampoco se hace referencia a un evento temporal tras otro, sino a la adaptación de alguna de estas dimensiones en el proceso: un momento para los terapeutas es la expansión de nociones de perspectiva de género en su clínica; un momento para consultantes es reconocer en su historia algo a una nueva luz o darse la oportunidad de abordar un episodio que no se daban la posibilidad; tener un acercamiento distinto y novedoso por el simple hecho de estar en terapia y recibir un trato diferente a lo normal; reconocer ideas con las que se creció y ser capaz de asumirlas o rechazarlas a consciencia; dar palabras nuevas a una historia antigua o sensación no identificada con claridad; responsabilizarse en lo social de una decisión personal; asumir un cambio en el entorno inmediato; una intervención fallida o exitosa para generar un cambio de perspectiva; el plantear nuevos términos en una relación; el abandonar o dar cierre a un proceso terapéutico; una herramienta de análisis; un recurso narrativo; un insight fuera de terapia que da nuevo sentido al proceso... la lista pudiera ser infinita.

La experiencia generizada no puede simplemente romperse dentro de la terapia e “intercambiarse” por otra sin considerar la situación social que la generó; las construcciones institucionales y sociales del género necesitan una reflexión comunitaria ligada a la acción para dismantlar los elementos patriarcales (Connell, 2003; Holter, 2005). La experiencia generizada es una identificación desde lo social sujeta a transformaciones; identificación de cualidades que en realidad se encuentran en toda experiencia humana, atribuir características específicas según una lectura de género es justo lo que nos advierte hooks (2004) que lleva a la mutilación emocional, fenómeno del que se ha teorizado a profundidad (Armengol, 2022; Connell, 2003, 2005b, 2005a; Connell & Messerschmidt, 2005; Etienne, 2018; Holter, 2005; G. N. Núñez Noriega, 2017) y del que hay evidencia empírica (Affleck et al., 2018; Arriola, 2016; Beel et al., 2020; Black et al., 2023; Bryde Christensen et al., 2023; Eggenberger et al., 2022; Genuchi et al., 2016; Guvensel et al., 2018; Harding & Fox, 2014; Herreen et al., 2022; Herron et al., 2020; Lee et al., 2020; Oliffe, Kelly, Montaner, Seidler, Kealy, et al., 2022; Seidler et al., 2020; Sharp et al., 2022; Stewart et al., 2023). La apropiación de esta identificación generizada – el asumirse como del ‘género masculino’ en este contexto – ya sirve como un factor de riesgo para quienes cumplen en menor grado las expectativas de lo que es ‘ser masculino’.

Las expectativas son lo que constituye desde lo social la noción de masculinidad, cambian y son moldeables; es por esto que las identidades de género no pueden ser transformadas en solitario o solo en términos individuales, al ser una construcción relacional y política (Butler, 2007, 2021; Connell, 2003; Lagarde, 2018), todo análisis y exploración va a tener efectos, así como todo lo que se conserve tendrá efectos. La transformación de la masculinidad parte de esta dinámica de transformación/preservación de expectativas, dinámica que está presente todo el tiempo y en todas las interacciones, es por esto que el contexto terapéutico es solo un escenario

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

más del desenvolvimiento del género; la cualidad especial de la terapia es que se acude en búsqueda de un cambio, propio o incitado desde el exterior, quienes se presentan al espacio terapéutico es a partir de un sentido de insuficiencia – en herramientas, habilidades, comprensión, consciencia – frente a las exigencias de su entorno, la recurrencia de estas exigencias es la que permite hipotetizar sobre algún factor o grupo de factores en común en primer lugar. Existen expectativas sociales en torno a lo que es ‘la masculinidad’ y ‘la feminidad’ que ejerce presión sobre las personas según su proceso de generización, habrá quienes estén mejor dotados para tolerar el malestar, pero las exigencias de estos y muchos otros mandatos existen en todos los niveles, es una interacción patologizante (Preciado, 2022), y se da la apertura de que, desde la terapia, se pueda dotar de nuevas comprensiones para afrontar esta realidad demandante. La realidad de estas políticas de género, de las expectativas sobre ‘la masculinidad’ y ‘la feminidad’ que impactan en todas las experiencias, permite reconocer coincidencias y patrones en las insuficiencias o dificultades vividas desde estas experiencias generizadas.

Esta consideración política en contextos donde se rige una jerarquía de género patriarcal se verá en si lo que se explora, lo que se cambia, lo que se mantiene o lo que se analiza sirve a un propósito de preservación del orden o su desmantelamiento (Connell, 2003; Holter, 2005). El trabajo de la psicología – orientada a la generación del bienestar (White et al., 2023) desde el cuidado de sí (Foucault, 1994) y desde el reconocimiento de la performatividad como dinámica – con los hombres y masculinidades se enfoca en expandir la comprensión de qué puede significar la masculinidad y cómo esta es un elemento social, no una característica estática de su persona. No es posible borrar la influencia social, solo es posible la expansión de prácticas y conocimientos ligados a esta identidad (históricos, contextuales, de preferencia propia y de interdependencia con las demás personas) para dotar de herramientas propias de análisis y co-creación. Expandir

la idea del sí mismo para orientarse con una comunidad es clave en esto, el cuidado del sí en interacción con el cuidado de los demás y la relación con los demás influyendo en el cuidado del sí. La dimensión política se profundiza y se vuelve consciente para favorecer una transformación en la performatividad.

Esta apertura a la co-creación con el entorno político y social de la masculinidad y del bienestar no es descabellada ni sobrepasa límites, de hecho, es justo por los criterios por los que se suele buscar un proceso terapéutico: una insuficiencia personal detectada ante la realidad conocida, una exigencia del entorno inmediato que no se cumple, una preocupación ante una amenaza hacia el sí mismo, un soporte para reafirmar la identidad personal. Es desde esta dinámica de la performatividad en las que se observa la manifestación de lo masculino dentro del espacio terapéutico y dentro del relato de los consultantes, desde la consideración relacional y política del género.

El reconocimiento de estos patrones de moldeamiento social de la parte terapeuta le permitirá favorecer el análisis de la parte consultante de su realidad social, lo que da la oportunidad de revisar su situación propia y particular, pero solo cuando haya una apertura; es necesario el contacto con un evento que ponga de manifiesto las fallas de la estructura normalizada o presentar la suficiente evidencia para mostrar las insuficiencias del sistema social.

El Evento/Evidencia de Insuficiencia

Esta dimensión corresponde al objetivo de estudiar posibles recurrencias existentes entre los hombres previo a un proceso previo (hechos, eventos, situaciones, conflictos, etc.) que facilitan el acercamiento de y mantenimiento de un proceso terapéutico voluntario.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

La examinación de la comprensión relacional y política del género llevará a una expansión de las nociones básicas en el cuidado de sí: en cómo se asume a sí como persona, posibilidades que tiene y apoyo de sus primeros círculos sociales. Esta reformulación señala las insuficiencias, limitaciones e injusticias que ejerce una estructura patriarcal en distintas dimensiones de interseccionalidad (Connell, 2003), esto en caso de que el propio consultante no se haya acercado desde un evento que evidencia estas insuficiencias en su propia vida, como en la imposibilidad de acceder a una vida emocional plena (hooks, 2004). Las insuficiencias percibidas, los problemas que traen los hombres a terapia serán identificados en la estructura social que los formó y donde se mueven (Connell, 2003, 2005b, 2005a; Holter, 2005; Lagarde, 2018): carencia económica, exigencias desde estereotipos, expectativas demandantes, interiorización de reglas tradicionales, creencias discriminatorias sobre estándares de conducta o apariencia, etc. No es voltear a ver la injusticia que se vive y tan solo validar el malestar que genera, es comprender estas exigencias dentro de un sistema social que puede ser transformado y suele ser transformado.

Interrogar los componentes de la masculinidad y la base del *performance* es aterrador (Butler, 2021; Connell, 2003), es necesario un acercamiento cuidadoso que no olvide la responsabilidad personal y presiones sociales alrededor. La violencia normalizada tomará forma de estas exigencias sobre sí mismo y será un punto de apoyo para reconocer el impacto que se tiene sobre los demás al mismo tiempo – una presión que se ejerce sobre sí y sobre otros desde su actuar por los criterios de viabilidad de la sociedad patriarcal.

En este cuestionamiento empieza a surgir la habitabilidad – criterio subjetivo de una vida deseable – como un tema importante; partiendo de la premisa de que la cultura patriarcal mutila la vida emocional de quienes masculiniza, se tiene que buscar reconectar con ella en el proceso de reformulación de masculinidad; detectar el criterio propio de lo que es habitable (Butler,

2021) es prioridad, es el estándar subjetivo de comodidad y se explora en terapia en relación con lo social, cómo este criterio se ve limitado en lo social, por cuales relaciones y estructuras (Butler, 2007). Este contacto involucrará un esfuerzo constante por la autodeterminación en el contexto de lo socialmente aceptado, contexto que en México va de la mano con la noción patriarcal de masculinidad (Connell, 2005a; Lagarde, 2018; Núñez Noriega, 2017; Núñez Noriega, 2017; Viveros-Vigoya, 2016) que muy probablemente se replica en las relaciones cercanas, incluso manifestando una doble experiencia masculina (hooks, 2004; Real, 2002): por un lado, con relaciones cercanas donde la vulnerabilidad es central y válida y, por otro lado, relaciones patriarcales de desconexión.

Será la realidad social de una estructura de género patriarcal la que genera recurrencias entre los hombres, previo al inicio de cualquier proceso, que facilitan el acercamiento voluntario al mismo de parte de los consultantes y lo que favorece el mantenimiento de este apoyo profesional.

Autoanálisis de la Realidad Social Situada

Esta dimensión corresponde al objetivo de identificar eventos de transformación que puedan surgir en común o en lo individual que sirvan de referencia para la transformación de la performatividad de lo masculino en los participantes.

El reconocer el evento/evidencia dará pie a una oportunidad, donde se observa lo normalizado como algo distinto a lo natural, que se pueden iniciar a plantear puntos de solidaridad con otros desde vulneraciones existentes en lo emocional, económico, social, en la historia de vida, divergencias con el modelo hegemónico, etc. El conocimiento teórico del terapeuta se transforma en práctica autogestiva, autorreferente y reflexiva del consultante en compañía de la parte terapéutica orientada a identificar los eventos/evidencia que en común con otros o en lo individual

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

que sirvan de referencia para la transformación de la performatividad de las nociones de masculinidad.

No son abordajes impuestos, sino señalamientos de desafíos que él mismo plantea y reconoce como problemas que pueden desarrollarse, explorarse a profundidad para comprender la vulneración vivida desde la visión personal del hombre. Toda intervención que busque profundizar el conocimiento sobre los efectos sociales en la conducta (formación primaria de su performatividad masculina en una cultura patriarcal) siguen este interés personal, de lo contrario, ante una confrontación directa en este punto de la responsabilidad personal sin contextualización adecuada puede llevar a un quebrantamiento. Para los hombres es muy fácil refugiarse en la estructura patriarcal en cualquier momento (Connell, 2003) y los primeros contactos para buscar la reformulación de la masculinidad deben cuidar no antagonizar, pues sería una revictimización del mismo modelo hegemónico – “tú deberías ser mejor que esto y no caer ante provocaciones” - . Saldrán temas de interés en donde existe una percibida insuficiencia y será la oportunidad de empezar a reformular la performatividad como una práctica del cuidado de sí.

Será normal que haya conflictos con relaciones que desafíen la norma patriarcal por la comodidad que representa la estructura hegemónica (Connell, 2003). Estos conflictos, dentro de la relación terapéutica, toman la forma de intentos de cierre o búsqueda de terminar el proceso; siendo que ya se ha “descubierto la raíz del malestar”, será tentador considerar el conocimiento como suficiente. Lo más directo es el abandono del proceso sin más; el rechazo a cambios profundos, evitar profundizar en antiguas nociones, distraerse en los mismos puntos o insistir en que no existen novedades también pueden ser expresiones de este conflicto. El terapeuta se topará con este muro de la enseñanza patriarcal donde una adaptación individual es suficiente para volverse ‘uno de los buenos’ (Connell, 2003), por esto el trabajo que involucra la masculinidad, a

tesis tesis tesis tesis tesis

toda identidad de género en realidad, tiene una cualidad política que requiere involucrar a la persona consultante en una relación social expansiva desde su performatividad – en consideración de su comodidad subjetiva en relación con los demás para la construcción de una salud más compleja y completa –; la naturaleza política del género plantea la necesidad de extenderse al mundo social (Connell, 2003; White et al., 2023). Esta expansión no significa una formación política o ideológica específica, sino extender a una consecuencia lógica las reflexiones de las dinámicas de género en una sociedad con jerarquía genérica patriarcal: las relaciones que sostiene, las amistades que tiene y cómo se relaciona, los temas que tolera en conversación, las formas de su discurso, el cuidado de su salud emocional y de personas cercanas a él; puesto en otros términos, si el hombre ha reconocido como es él mismo victimizado por la estructura patriarcal, toca reconocer en qué áreas de su vida es copartícipe en la victimización de otros y su propia revictimización. Su performatividad de masculinidad patriarcal no fue formada en solitaria y todavía existen espacios de co-creación de esta, incluso hay espacios en donde una performatividad patriarcal es un criterio de viabilidad – donde las pruebas de masculinidad están ligadas a la desconexión emocional, la sexualización de lo femenino, la agresividad como muestra de validez.

Desgenerización de Atributos

Esta dimensión corresponde al objetivo de definir las dinámicas de la performatividad en las que se observa la manifestación de lo masculino dentro del espacio terapéutico y la posición de lo masculino en el relato.

Es un autoanálisis de visiones de lo masculino generado desde el encuentro de consultante con terapeuta a través del relato; como se mencionó, la masculinidad saldrá por sus vinculaciones y relaciones más frecuentemente que como un tema propio. Esto lleva al cuestionamiento mismo de la incidencia que la construcción social de la masculinidad que formó las ideas del consultante

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

y que tiene efecto en su propia performatividad antes del proceso, durante y hacia el futuro. Este proceso amplía las nociones básicas de performatividad y cuidado de sí de la misma manera que la masculinidad pasa de ser una identificación personal a ser un proceso de socialización en el cual es participe y puede actuar de maneras diversas o similares desde una elección consciente desde las necesidades particulares. Las dinámicas propias del concepto de performatividad obligan a que se contacte con el sentido de habitabilidad y, para la masculinidad, esto lleva a abordar la vida emocional eventualmente.

El reconocimiento de la vida emocional como parte de lo humano, más allá de una identificación de género, es parte central en el reclamo de los estudios de las masculinidades (Armengol, 2022; hooks, 2004). El proceso requiere de esta ampliación del adormecimiento; la práctica de la vida emocional donde la socialización no ha sido suficiente o ha sido bajo un orden patriarcal caracterizará a ciertos atributos básicos de los humanos como características de los géneros, por lo que debe llevarse a cabo un proceso de desgenerización de atributos.

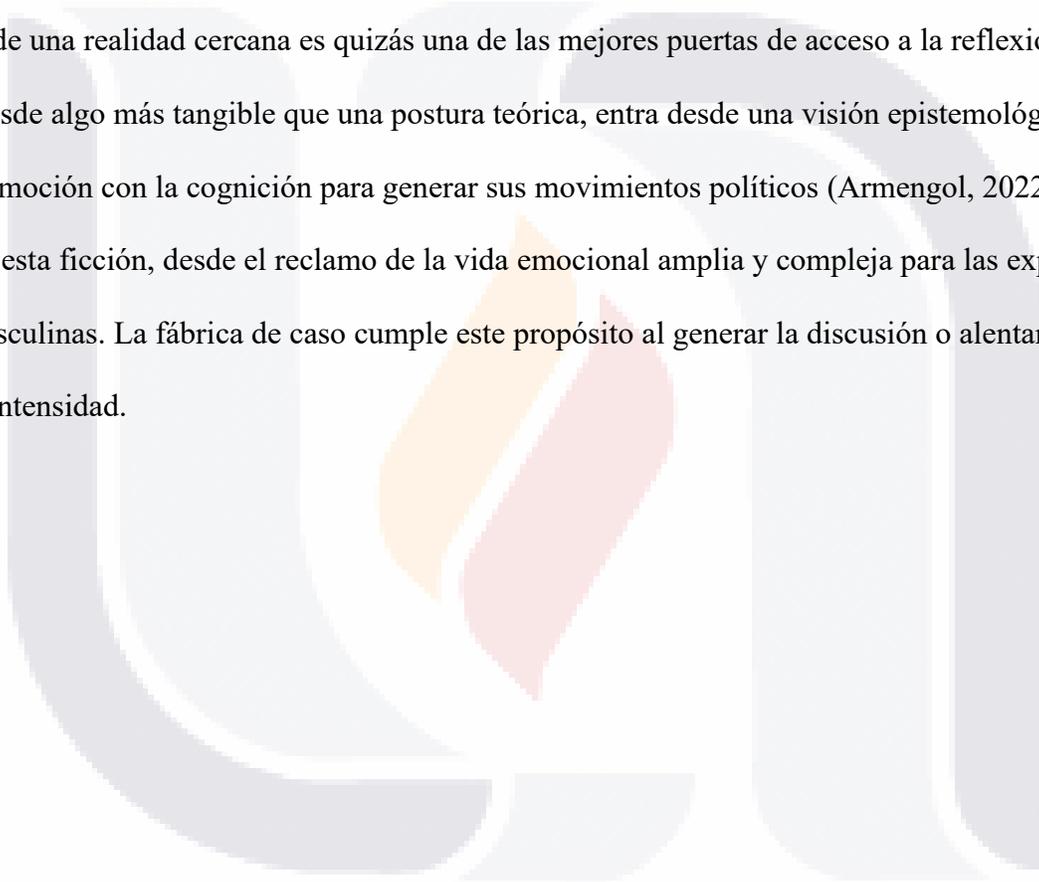
Aquí el relato se transforma y lo masculino se asume como una construcción modificable, su performatividad puede variar y, de hecho, cambia y se adapta a las situaciones. Los consultantes toman consciencia de la construcción política del género desde el reconocimiento de posibilitar la realidad para sí y para los demás y orientada a la construcción de políticas de género más amables para sus círculos (Connell, 2003).

La Fábrica de Caso Como Ejemplificación del Proceso

Para los hombres, empezar un proceso terapéutico es desafiante. No es una elección individual ubicada en un vacío social e histórico, lleva consigo la carga de historias familiares y moldeamiento social, pero siempre tendrá que ser voluntaria para llegar a desarrollar una expansión del cuidado de sí desde la performatividad en sus coordenadas sociales particulares. Cuando los

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

hombres inician un proceso solo por quitar la presión externa, no ven necesidad ni interés en cambiar algo, no hay una habitabilidad frustrada ni una viabilidad discutida a un nivel importante; cuando se decide abordar con compromiso un proceso terapéutico se entiende que hay una presión interna – desde la solidaridad o desde la habitabilidad – que sostiene ese interés por transformar algo vinculado con su comprensión de sí mismos. La ficción es un recurso por el cual se apela a esas experiencias internas como argumento en favor de un objetivo, la puesta en escena de una realidad cercana es quizás una de las mejores puertas de acceso a la reflexión pues entra desde algo más tangible que una postura teórica, entra desde una visión epistemológica que une la emoción con la cognición para generar sus movimientos políticos (Armengol, 2022), en el caso de esta ficción, desde el reclamo de la vida emocional amplia y compleja para las experiencias masculinas. La fábrica de caso cumple este propósito al generar la discusión o alentarla con mayor intensidad.



Conclusión

La terapia es uno más de los escenarios donde se desenvuelven los fenómenos sociales y es responsabilidad de quienes ejercen el cuidado a la salud mental asumir estas dimensiones. La naturaleza política de esta lectura es la que sustenta su fuerza epistemológica (Connell, 2003) y se parte del supuesto que los sujetos buscarán transformar su entorno social por el mero hecho de un sentido de habitabilidad propio (Butler, 2021), renovado en las nociones de justicia social (Connell, 2003) y en la separación categórica de la masculinidad y el patriarcado como construcciones sociales: ligadas, pero distintas (Holter, 2005). Este punto es de interés para quienes trabajen en terapia con hombres y para los mismos hombres, es la diferencia entre plantear que “el hombre hace daño” y que “esta visión de masculinidad hace daño”. La humanización de sí mismo y de sus iguales sin quitar las responsabilidades de acciones es la base para atender las nociones patriarcales de masculinidad (hooks, 2004), llevado a cabo con la responsabilización adecuada comprendiendo su formación como parte de una estructura social más grande que no se eligió, pero que es presente y que sostienen o desafían activamente, sin terreno medio (Connell, 2003). El proceso terapéutico con hombres, entonces, tomará elementos de crítica a lo social y verá una incorporación en la vida específica de los hombres, según sus necesidades y posibilidades; la discusión en terapia tiene la responsabilidad de reapropiar la dimensión política del género desde una relación íntima con respeto a las individualidades.

No puede ni debe plantearse un modelo de masculinidad que sea el resultado ‘deseable’ de un proceso terapéutico; el proceso solo representa una interacción temporal más en un proceso vital complejo y situado en decenas de intersecciones, no resuelve los problemas estructurales. Sin embargo, sí puede plantearse como línea base las características que hooks (2004) le atribuye a la masculinidad feminista, hasta cierto punto, junto con criterios de justicia social de Connell

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

(2003) y de habitabilidad de Butler (2021). Como objetivo de un proceso de terapia con masculinidades, entonces, se espera reformular la masculinidad hacia una plenitud en su vida emocional, en constante búsqueda de un sentido de satisfacción y conexión con otros, opuesta activamente con las estructuras de inequidad y al ejercicio de la violencia en todas sus manifestaciones, con consciencia de los privilegios y vulneraciones a las que es sujeto en el patriarcado y con disposición a involucrarse en la construcción de relaciones equitativas. Todos estos criterios siguen líneas personales, de respeto, responsabilidad, no violencia y crítica a la estructura social con objetivo de su transformación con acciones específicas y razonables; en ningún momento se involucra necesariamente una afiliación específica y no es lugar de quienes trabajen con masculinidades dirigir esa transformación.

Presentar alternativas, referentes culturales o privados, históricos o contemporáneos, reales o imaginarios, en imágenes artísticas (a veces amables, a veces terribles, a veces simples, a veces complejas) es un recurso indispensable para la normalización de este proceso de construcción de la novedad en lo personal y lo cercano. Es reconocer las múltiples visiones que hay y dar alternativa a cada persona para formarse con los elementos que le son más agradables, haciendo su existencia más habitable; para que cada persona reconozca que no está 'equivocada' por tener una existencia alternativa a lo que está en su entorno inmediato y que no hace inválida su experiencia; para que las personas reconozcan las presiones sociales en las que participan para repetir patrones, incluso cuando estos les son desagradables o dañinos; este reconocimiento es tarea de quienes ejercen como psicoterapeutas para cumplir su rol de facilitadores en la exploración segura del *performance* de toda persona consultante, pero es una urgencia especial para los hombres usuarios por las pocas alternativas que estos tienen.

Referencias

- Addis, M., & Mahalik, J. (2003). Men, Masculinity, and the Contexts of Help Seeking. *The American psychologist*, 58, 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.5>
- Affleck, W., Carmichael, V., & Whitley, R. (2018). Men's Mental Health: Social Determinants and Implications for Services. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 63(9), 581-589. <https://doi.org/10.1177/0706743718762388>
- Allan, J. (2017). Masculinity as cruel optimism. *NORMA*, 13, 1-16. <https://doi.org/10.1080/18902138.2017.1312949>
- Armengol, J. M. (2022). *Reescrituras de la masculinidad*. Alianza editorial.
- Arriola, C. P. G. (2016). Resignificando la masculinidad. La violencia hacia los hombres: Un análisis desde la teoría de género. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 19(3), Article 3. <https://revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/57278>
- Bacigalupe, A., González-Rábago, Y., & Jiménez-Carrillo, M. (2022). Desigualdad de género y medicalización de la salud mental: Factores socioculturales determinantes desde el análisis de percepciones expertas. *Atención Primaria*, 54(7), 102378. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2022.102378>
- Beel, N., Brownlow, C., Jeffries, C., & du Preez, J. (2020). Counseling Men: Treatment Recommendations From Australian Men's Therapists. *Journal of Men's Studies*, 28(1), 101-121. <https://doi.org/10.1177/1060826519861969>
- Black, O., Lane, T. J., Flatau-Harrison, H., Canuto, K., & Smith, J. A. (2023). Exploring Health Literacy and Psychological Resilience as Moderators of Symptoms of Mental Illness Among Australian Men. *American Journal of Men's Health*, 17(6), 15579883231211054. <https://doi.org/10.1177/15579883231211054>

- Bourdieu, P. (2013). *La dominación masculina*. Anagrama.
- Bowleg, L. (2008). When Black + Lesbian + Woman \neq Black Lesbian Woman: The Methodological Challenges of Qualitative and Quantitative Intersectionality Research. *Sex Roles*, 59(5), 312-325. <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9400-z>
- Bryde Christensen, A., Krohn, S., Høj, M., Poulsen, S., Reinholt, N., & Arnfred, S. (2023). “Men are not raised to share feelings” Exploring Male Patients’ Discourses on Participating in Group Cognitive-Behavioral Therapy. *The Journal of Men’s Studies*, 31(1), 3-24. <https://doi.org/10.1177/10608265221077298>
- Butler, J. (2007). *El género en disputa*. Paidós.
- Butler, J. (2021). *Deshacer el género*. Paidós.
- Cámara de diputados del H. congreso de la unión. (2007). *Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia*. Cámara de diputados del H. congreso de la unión. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf>
- Cepeda Hernández, S. L. (2019). Que no se nos vaya el tren Las terapias complementarias como apoyo para la transformación de la masculinidad hegemónica. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 30(2), 268-288.
- Christofidou, A. (2021). Men and masculinities: A continuing debate on change. *NORMA*. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/18902138.2021.1891758>
- Clark, L. H., Hudson, J. L., Rapee, R. M., & Grasby, K. L. (2020). Investigating the impact of masculinity on the relationship between anxiety specific mental health literacy and mental health help-seeking in adolescent males. *Journal of Anxiety Disorders*, 76, 102292. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102292>
- Connell, R. (2003). *Masculinidades*. Universidad Nacional Autónoma de México.

Connell, R. (2005a). Globalization, Imperialism, and Masculinities. En *Handbook of studies on men and masculinities* (pp. 71-89). Sage Publications.

Connell, R. (2005b). Growing up Masculine: Rethinking the Significance of Adolescence in the Making of Masculinities. *Irish Journal of Sociology*, 14(2), 11-28.

<https://doi.org/10.1177/079160350501400202>

Connell, R., Hearn, J., & Kimmel, M. S. (2005). Introduction. En *Handbook of studies on men and masculinities* (pp. 3-15). Sage Publications.

Connell, R., & Messerschmidt, J. W. (2005). Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept. *Gender & Society*, 19(6), 829-859.

de Stéfano Barbero, M. (2022). Por qué la vulnerabilidad importa. La relación entre masculinidad, emociones y vulnerabilidad en el ejercicio de violencia contra las mujeres en la pareja. *Anthropologica*, 40(49). <https://doi.org/10.18800/anthropologica.202202.008>

Eggenberger, L., Komlenac, N., Ehlert, U., Grub, J., & Walther, A. (2022). Association Between Psychotherapy Use, Sexual Orientation, and Traditional Masculinity Among Psychologically Distressed Men. *Psychology of Men & Masculinity*.

<https://doi.org/10.1037/men0000402>

Etienne, C. F. (2018). Addressing masculinity and men's health to advance universal health and gender equality. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 42, e196.

<https://doi.org/10.26633/RPSP.2018.196>

FENAPSIME. (2018). *Código de ética de las y los psicólogos mexicanos*. FENAPSIME.

Ferrer Pérez, V., & Bosch Fiol, E. (2013). DEL AMOR ROMÁNTICO A LA VIOLENCIA DE GÉNERO. PARA UNA COEDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA AGENDA EDUCATIVA. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 17(1),

105-122.

Ferrer-Perez, V. A., Ferreiro-Basurto, V., Navarro-Guzmán, C., & Bosch-Fiol, E. (2016).

Programas de intervención con maltratadores en España: La perspectiva de los/as profesionales. *Psychosocial Intervention*, 25(3), 159-168.

<https://doi.org/10.1016/j.psi.2016.06.001>

Foucault, M. (1994). *Dits et Écrits*. Gallimard.

Foucault, M. (2009). *El gobierno de sí y de los otros*. Fondo de cultura económica.

García del Castillo, J. A. (2012). Concepto de percepción de riesgo y su repercusión en las adicciones. *Salud y drogas*, 12(2), 133-151.

Geldschläger, H., & Ginés Canales, O. (2013). Abordaje terapéutico de hombres que ejercen violencia de género. *FMC - Formación Médica Continuada en Atención Primaria*, 20, 89-99. [https://doi.org/10.1016/S1134-2072\(13\)70527-9](https://doi.org/10.1016/S1134-2072(13)70527-9)

Genuchi, M. C., Hopper, B., & Morrison, C. R. (2016). Using Metaphors to Facilitate Exploration of Emotional Content in Counseling With College Men. *Journal of Men's Studies*, 25(2), 1-17.

Goldner, L., & Ruderman, Y. (2020). Toward creating positive masculinity? Art therapy as seen by male art therapists and male adolescent clients. *The Arts in Psychotherapy*, 68, 101613. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2019.101613>

Gough, B., & Novikova, I. (2020). *Mental health, men and culture: How do sociocultural constructions of masculinities relate to men's mental health help-seeking behaviour in the WHO European Region?* WHO Regional Office for Europe.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559706/>

Gough, B., Robertson, S., & Robinson, M. (2016). Men, 'masculinity' and mental health: Critical

reflections. En *Handbook on Gender and Health* (pp. 134-147). Edward Elgar Publishing.

<https://www.elgaronline.com/display/edcoll/9781784710859/9781784710859.00018.xml>

Guttman, M. C., & Viveros Vigoya, M. (2005). Masculinities in latin America. En *Handbooks os Studies on Men and Masculinities*. Sage Publications.

Guvensel, K., Dixon, A., Chang, C., & Dew, B. (2018). The Relationship Among Gender Role Conflict, Normative Male Alexithymia, Men's Friendship Discords With Other Men, and Psychological Well-Being. *The Journal of Men's Studies*, 26(1), 56-76.

<https://doi.org/10.1177/1060826517719543>

Hankivsky, O. (2012). Women's health, men's health, and gender and health: Implications of intersectionality. *Social Science & Medicine* (1982), 74(11), 1712-1720.

<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.11.029>

Harding, C., & Fox, C. (2014). It's Not About "Freudian Couches and Personality Changing Drugs". *American Journal of Men's Health*, 9(6), 451-463.

<https://doi.org/10.1177/1557988314550194>

Hermosillo de la Torre, A. E., Ponce de León Arroyo, O., Flores García, M., Arteaga de Luna, S. M., Castro Ruiz, M. A., & Ortega Parga, S. (2020). El suicidio en Aguascalientes. *Ixtab*.

Herreen, D., Rice, S., & Zajac, I. (2022). Psychological inflexibility mediates the relationship between conformity to masculine norms and depression: Preliminary support for a transdiagnostic approach to working therapeutically with men. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 26, 210-216. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2022.10.007>

Herron, R. V., Ahmadu, M., Allan, J. A., Waddell, C. M., & Roger, K. (2020). "Talk about it:" changing masculinities and mental health in rural places? *Social Science & Medicine*,

258, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113099>

Holter, Ø. G. (2005). Social Theories for Researching Men and Masculinities: Direct Gender Hierarchy and Structural Inequality. En *Handbooks of Studies on Men and Masculinities* (pp. 15-34). Sage Publications.

hooks, bell. (2004). *The will to change*. Atria books.

INEGI. (2019). *Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT) 2019. Presentación de resultados*. INEGI.

INEGI. (2021). *Estadísticas a propósito del día mundial para la prevención del suicidio (10 de septiembre)* (520/21; Comunicado de prensa). INEGI.

INEGI. (2023a). *Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre Seguridad Pública (ENVIPE) 2023 Principales resultados. Prevalencia e incidencia delictiva*.

INEGI. (2023b). *Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre Seguridad Pública (ENVIPE) Principales Resultados. Aguascalientes*.

INEGI, & INMUJERES. (2023). *Mujeres y Hombres en México 2021-2022* (24). INEGI.

Instituto para la Economía y la Paz. (2024). *Índice de Paz México 2024: Identificación y medición de los factores que impulsan la paz*. Instituto para la Economía y la Paz. <https://www.indicedepazmexico.org>

King, T. L., Shields, M., Shakespeare, T., Milner, A., & Kavanagh, A. (2019). An intersectional approach to understandings of mental health inequalities among men with disability. *SSM - Population Health*, 9, 100464. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2019.100464>

King, T. L., Shields, M., Sojo, V., Daraganova, G., Currier, D., O'Neil, A., King, K., & Milner, A. (2020). Expressions of masculinity and associations with suicidal ideation among young males. *BMC Psychiatry*, 20(1), 228. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-2475-y>

- Lagarde, M. (2018). *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*. Siglo XXI.
- Landers, F. (2002). Dismantling violent forms of masculinity through developmental transformations. *The Arts in Psychotherapy*, 29(1), 19-29. [https://doi.org/10.1016/S0197-4556\(01\)00132-0](https://doi.org/10.1016/S0197-4556(01)00132-0)
- Lee, H. Y., Hwang, J., Ball, J. G., Lee, J., Yu, Y., & Albright, D. L. (2020). Mental Health Literacy Affects Mental Health Attitude: Is There a Gender Difference? *American Journal of Health Behavior*, 44(3), 282-291. <https://doi.org/10.5993/AJHB.44.3.1>
- López, arco A. M. (2006). Algunas puntualizaciones sobre la fábrica del caso. *Uaricha, Revista de Psicología*, 3(9), Article 9. <https://doi.org/10.35830/urp.v3i9.382>
- Mac an Ghail, M., & Haywood, C. (2012). Understanding boys': Thinking through boys, masculinity and suicide. *Social Science & Medicine*, 74(4), 482-489. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.07.036>
- Madsen, S. A. (2009). Men's Mental Health: Fatherhood and Psychotherapy. *The Journal of Men's Studies*, 17(1), 15-30. <https://doi.org/10.3149/jms.1701.15>
- Núñez Noriega, G. (2016). Los estudios de género de los hombres y las masculinidades: ¿qué son y qué estudian? *Culturales*, IV(1), 9-31.
- Núñez Noriega, G. (2017). El narcotráfico como dispositivo de poder sexo-genérico: Crimen organizado, masculinidad y teoría queer. *Estudios de género de El Colegio de México*, 3(5), 90-128.
- Núñez Noriega, G. N. (2017). "El mal ejemplo": Masculinidad, homofobia y narcocultura en México. *El Cotidiano*, 202, 45-58.
- Olavarría, J. (2020). Algunas reflexiones sobre los avances y pendientes en los estudios de hombres y masculinidades en América Latina en las últimas dos décadas. En

Masculinidades en América Latina. Veinte años de estudios y políticas para la igualdad de género (1° edición, pp. 59-84). Universidad Academia de Humanismo Cristiano.

Oliffe, J. L., Kelly, M. T., Montaner, G. G., Kealy, D., Seidler, Z. E., Ogrodniczuk, J. S., Sharp, P., & Rice, S. M. (2022). Men, relationships and partner-initiated break-ups: A narrative analysis. *Health Psychology Open*, 9(2), 20551029221142465.

<https://doi.org/10.1177/20551029221142465>

Oliffe, J. L., Kelly, M. T., Montaner, G. G., Seidler, Z. E., Kealy, D., Ogrodniczuk, J. S., & Rice, S. M. (2022). Mapping Men's Mental Health Help-Seeking After an Intimate Partner Relationship Break-Up. *Qualitative Health Research*, 32(10), 1464-1476.

<https://doi.org/10.1177/10497323221110974>

Oliffe, J. L., Kelly, M. T., Montaner, G. G., Seidler, Z. E., Ogrodniczuk, J. S., & Rice, S. M. (2022). Masculinity and mental illness in and after men's intimate partner relationships. *SSM - Qualitative Research in Health*, 2, 100039.

<https://doi.org/10.1016/j.ssmqr.2022.100039>

OMS. (1948). *Official records of the World Health Organization*. OMS.

OMS. (2022). *World mental health report*. OMS.

OPS. (2015). *Intersectorialidad y equidad en salud en América Latina: Una aproximación analítica*. OPS.

Pérez, J. A., & Guzmán, M. O. (2014). La fábrica de caso en psicoanálisis: Algunos elementos estructurales y principios de su método. *Uaricha, Revista de Psicología*, 11(25), Article 25. <https://doi.org/10.35830/urp.v11i25.61>

Preciado, P. B. (2020). *Yo Soy El Monstruo Que Os Habla*. Anagrama.

Preciado, P. B. (2022). *Dysphoria mundi*. Anagrama.

<https://es.everand.com/book/597557997/Dysphoria-mundi>

- Ramírez-Toscano, Y., Canto-Osorio, F., Carnalla, M., Colchero, M. A., Reynales-Shigematsu, L. M., Barrientos-Gutiérrez, T., & López-Olmedo, N. (2023). Patrones de consumo de alcohol en adolescentes y adultos mexicanos: Ensanut Continua 2022. *Salud Pública de México*, 65, s75-s83. <https://doi.org/10.21149/14817>
- Real, T. (2002). *How Can I Get Through to You?: Reconnecting Men and Women*. Simon and Schuster.
- Requena, A. T., Planes, V. C., & Miras, R. M. S. (2006). *Teoría fundamentada «Grounded theory»: La construcción de la teoría a través del análisis interpretacional*. CIS.
- Seidler, Z. E., Rice, S. M., Kealy, D., Oliffe, J. L., & Ogradniczuk, J. S. (2020). What gets in the way? Men's perspectives of barriers to mental health services. *International Journal of Social Psychiatry*, 66(2), 105-110. <https://doi.org/10.1177/0020764019886336>
- Sharp, P., Bottorff, J. L., Rice, S., Oliffe, J. L., Schulenkorf, N., Impellizzeri, F., & Caperchione, C. M. (2022). "People say men don't talk, well that's bullshit": A focus group study exploring challenges and opportunities for men's mental health promotion. *PLOS ONE*, 17(1), e0261997. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0261997>
- Smith, D. T., Mouzon, D. M., & Elliott, M. (2018). Reviewing the Assumptions About Men's Mental Health: An Exploration of the Gender Binary. *American Journal of Men's Health*, 12(1), 78-89. <https://doi.org/10.1177/1557988316630953>
- SMP. (2012). *Código ético del psicólogo*. Trillas.
- Stewart, R., Roberts, S., Wright, B., & Smith, L. (2023). 'Men Actually Need to Practice the Conversation': Collective Learnings from Australian Programs Seeking to Challenge Outdated Masculine Stereotypes and Norms -. *Journal of Men's Studies*, 31(1), 44-68.

- Valdez-Santiago, R., Villalobos Hernández, A., Arenas-Monreal, L., Benjet, C., & Vázquez García, A. (2023). Conducta suicida en México: Análisis comparativo entre población adolescente y adulta. *Salud Pública de México*, *65*, s110-s116.
<https://doi.org/10.21149/14815>
- Valkonen, J., & Hänninen, V. (2013). Narratives of Masculinity and Depression. *Men and Masculinities*, *16*(2), 160-180. <https://doi.org/10.1177/1097184X12464377>
- Viveros Vigoya, M. (2020). Los colores de la masculinidad. Experiencias de interseccionalidad en Nuestra América. En *Masculinidades en América Latina. Veinte años de estudios y políticas para la igualdad de género* (1° edición, pp. 135-154). Universidad Academia de Humanismo Cristiano.
- Viveros-Vigoya, M. (2016). Masculinities in the continuum of violence in Latin America. *Feminist Theory*, *17*(2), 229-237. <https://doi.org/10.1177/1464700116645879>
- White, A., Connell, R., Griffith, D. M., & Baker, P. (2023). Defining “Men’s Health”: Towards a More Inclusive Definition. *International Journal of Men’s Social and Community Health*, *6*(1), e1-e9. <https://doi.org/10.22374/ijmsch.v6i1.100>
- White, A., & Tod, M. (2022). The need for a strategy on men’s health. *Trends in Urology & Men’s Health*, *13*(2), 2-8. <https://doi.org/10.1002/tre.842>

Anexo 1

Consentimiento Informado para Consultantes Participantes

Declaración de Consentimiento Informado para la Participación en el Proyecto de Investigación “Masculinidades que Buscan Ayuda: Narrativas y Performatividad de Hom- bres en Terapia”

Aguascalientes, Ags., a __ de _____ de 2024

Al firmar la presente declaración de consentimiento, yo, _____, en calidad de participante del proyecto de investigación del Doctor Miguel Ángel Sahagún Padilla y del Licenciado Rodrigo Valencia Mantilla declaro mi conformidad con los siguientes puntos:

- AUTORIZO al Cuerpo Académico del Centro de Ciencias Sociales y Humanidades de la UAA a recoger de mi proceso terapéutico los datos que necesiten para su investigación sobre transformaciones en la performatividad masculina dentro de la terapia.
- DECLARO tener conocimiento de que los datos se utilizarán ÚNICA y EXCLUSIVAMENTE con fines científicos o de difusión del conocimiento y ACEPTO que mi proceso sea analizado y procesada para extraer conclusiones para el estudio así como en caso de entrevista de seguimiento ACEPTO participar y ACEPTO que sea grabada, analizada y procesada para los intereses de esta investigación.
- SE ME HA INFORMADO de que mis datos personales serán tratados y custodiados de forma estrictamente CONFIDENCIAL, con respeto a mi intimidad, conforme a las disposiciones de los códigos de ética del psicólogo y normativa legal vigente.
- SE ME HA INFORMADO de los posibles riesgos, siendo parte de la naturaleza de

la investigación la exploración de mi vida personal y relaciones cercanas a mí y a abordar temas que me expongan a emociones desagradables y por ende un malestar emocional mínimo.

- OTORGO libremente mi CONSENTIMIENTO a participar en el proyecto y a que los resultados puedan ser utilizados en alguna publicación o presentación. REITERO este CONSENTIMIENTO con mi PARTICIPACIÓN en caso de ser solicitada a lo largo de la investigación y hasta que se me señale su conclusión.

- RECIBO una copia de este consentimiento para guardarlo y poder consultarlo en el futuro.

- CONSERVO la prerrogativa de REVOCAR este consentimiento en cualquier momento si así lo decido y comunico a los investigadores responsables del mismo, por lo que reconozco mi participación como VOLUNTARIA.

Consiento y autorizo que mis datos personales sean tratados conforme a lo previsto en el presente documento.

Participante

Investigador/a

Rodrigo Valencia Mantilla

Nombre

Nombre

Firma

Firma

Nombre y firma de tutor legal (solo aplica en

participantes menores de edad)

Anexo 2

Aviso de privacidad para Consultantes Participantes

El proyecto de investigación “Masculinidades que Buscan Ayuda: Narrativas y Performatividad de Masculinidades en Terapia” es realizado por el licenciado Rodrigo Valencia Mantilla, estudiante de la Maestría en Investigación en Psicología y bajo la tutela del doctor Miguel Ángel Sahagún Padilla y el doctor Gustavo Muñoz Abundez. El objetivo general es detectar las transformaciones que ocurren en la performatividad masculina de varones cis género como resultado de un proceso terapéutico voluntario.

De parte de los participantes se espera lo siguiente:

- 1) Responder de manera clara a correos electrónicos o cualquier otro tipo de mensajería instantánea para agendar una entrevista según horarios adecuados para ambas partes.
- 2) Dar mi consentimiento de manera clara y por escrito acerca de mi participación voluntaria para que la información de mi proceso terapéutico sea analizada, procesada y publicada siempre con respeto a mi privacidad y de mis seres queridos bajo la consideración de encubrimiento de elementos identitarios:
 - a. Fabricación de un caso ficticio con elementos que asemejen parcialmente a mi propio proceso terapéutico.
- 3) En caso de requerir una entrevista (en modalidad virtual o presencial según la conveniencia), la participación involucra apertura a la narración de las vivencias pertinentes de manera honesta desde la óptica correspondiente de asistente de terapia, la experiencia que hubo y las transformaciones observadas a lo largo del proceso.

4) Revisión de las transcripciones y datos relevantes extraídos para la fabricación de un caso clínico inspirado en mi proceso así como la entrevista, de ser el caso, para representar de manera adecuada el contenido compartido. Es voluntario y se da la opción de retirar su participación aún cuando ya se haya realizado este análisis.

De parte de la investigación se le garantizan los siguientes derechos:

- 1) Derecho de retiro (pre-publicación): desde el primer contacto y hasta que se realice la impresión final del proyecto de investigación, los participantes tienen toda libertad de solicitar retirar su participación total o parcialmente contactando directamente al director del proyecto o al entrevistador.
- 2) Derecho de acceso a los resultados: Los participantes tienen derecho a acceder a los resultados finales una vez concluido el trabajo.
- 3) Derecho a la privacidad: Los datos obtenidos en esta investigación serán utilizados con fines meramente académicos y queda prohibido cualquier distribución, comercialización y discusión de ellos fuera de este propósito. La confidencialidad está garantizada al ser manejada por un grupo de profesionales autorizados por el grupo de investigación de tesis tomando medidas administrativas, técnicas y físicas para resguardar su integridad y confidencialidad. El manejo de esta información queda en responsabilidad del grupo mencionado previamente.

Los elementos del proceso terapéutico personal que sean relevantes para la investigación serán usados como material para el desarrollo de un trabajo ficticio por escrito, por lo que elementos identitarios de los casos clínicos serán develados por elementos análogos sin que se perjudique

su caracter relevante para la investigación.

4) Derecho de rectificación o cancelación (post-publicación): para modificar u oponerse al tratamiento de sus datos dentro de entrevista será necesario hacer su solicitud a través del correo electrónico privacidaduaa@correo.uaa.mx o por escrito dirigido al Departamento Jurídico con domicilio en Avenida Universidad No. 940, Edificio 1-B planta baja, Ciudad Universitaria, Aguascalientes, Ags. C.P. 20131.

Así mismo, para atender el riesgo mínimo que existe durante la elaboración de fábrica de caso y las entrevistas tentativas que puedan surgir, se tomarán las siguientes medidas:

- 1) Las notas clínicas de los procesos, recurso material para la investigación, no serán compartidas con ninguna persona además del psicólogo que atendió (Rodrigo Valencia Mantilla) y su supervisora de casos (terapeuta certificada). En ninguna circunstancia las notas clínicas serán digitalizadas, resumidas, fotografiadas, publicadas, enviadas o ninguna otra acción que implique poner en riesgo la confidencialidad de las intervenciones clínicas concluidas y en proceso.
- 2) Las entrevistas serán realizadas por el licenciado Rodrigo Valencia Mantilla, director del proyecto de investigación y terapeuta Gestalt (titulación en proceso para enero 2025), garantizando un acompañamiento profesional y un trato ameno, humano y sensible según los temas que con su participación surjan naturalmente.
- 3) En su participación tiene derecho a interrumpir la entrevista. Se toma como prioritaria la comodidad de los/las participantes y se buscará ofrecer espacios cómodos y una comunicación abierta a las necesidades que puedan surgir en la entrevista.

- 4) En caso de un desbordamiento emocional se ofrecerá contención. La preparación como terapeuta del entrevistador lo capacita para dar un acompañamiento pleno y sensible a las necesidades de quienes participen en la entrevista y no tengan herramientas o lleguen a sentir un desborde emocional. Se le referirá acompañamiento de parte de profesionales externos en caso de solicitarlo.

Con todo lo expuesto se aclara que como parte de la participación no se busca forzar explorar la intimidad de los participantes ni de sus conocidos, por lo que queda a discreción de los participantes omitir información sensible que les genere malestar emocional. Al aceptar participar en la investigación, los participantes asumen el riesgo de abordar temas delicados y asumen la responsabilidad de expresar con claridad sus deseos de parar u omitir información siempre y cuando esto no represente una pérdida de información de interés para la investigación. En caso de que se desee omitir información relevante la participación se da por terminada por retiro de consentimiento.

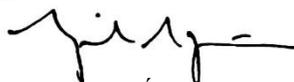
El grupo de investigación de tesis está conformado por los siguientes miembros:



Lic. Rodrigo Valencia Mantilla,

tesista

rodriogo.valencia@correo.uaa.mx



Dr. Miguel Ángel Sahagún

Padilla, director de tesis y

tutor

masahagun@correo.uaa.mx



Dr. Gustavo Muñoz

Abundes, co-tutor.

gmuñoza@correo.uaa.mx

Anexo 3

Fábrica de Caso Presentada a los Consultantes Participantes

Presentación del caso

La ficción que se presenta en este trabajo, la fábrica de caso (López, 2006; Pérez & Guzmán, 2014), busca ser solo una representación de un camino que puede tomar el curso de un proceso terapéutico para la transformación de la identidad de género y expresión de género masculina en búsqueda de este sentido de bienestar, esta salud mental. La masculinidad no es un elemento central, sino un hilo conductor entre las experiencias, decisiones y visiones; sus transformaciones no siempre son dramáticas, pueden ser pequeñas reorientaciones o confrontaciones con el entorno que llevan al consultante a replantearse ideas básicas en un contexto de seguridad y de exploración; surgen ideas de la masculinidad y conductas que se relacionan con ella según su contexto e historia de vida y queda entre líneas sus objetivos, pues son personales, subjetivos y muchas veces se identifican por la ausencia de una explicación más que por la justificación – es decir, la subjetividad de cada lector rellena con su propia historia los huecos donde no se habla – y a su vez es una declaración de las condiciones que se deben cumplir para llegar a ese proceso – condiciones materiales, sociales, económicas, emocionales, etc. –. La ficción que se presenta es, igual que toda representación, un vehículo para reconocer las realidades posibles de las múltiples experiencias y abrir el panorama a su transformación (Armengol, 2022).

Fábrica, la experiencia de Roberto.

Mi nombre es Roberto, mi psicólogo me pidió que escribiera sobre mis experiencias a lo largo de mi vida en procesos terapéuticos y cómo me han influido; me pidió que hablara ampliamente siendo que este relato personal tiene el potencial de ser una ayuda para otros que quisieran tomar terapia conocer cómo es ser atendido desde mi visión como un hombre

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

tomando terapia. Es la primera vez que hago un trabajo parecido a esto, pero como ya tenía experiencia escribiendo en un diario, pensé que era una buena idea; quiero aterrizar cómo me he formado en la persona que soy. La premisa que me dio es seguir la idea de “el tipo de hombre que soy hoy y cómo influyó la terapia”, es esta visión lo que voy a seguir.

Fue raro empezar a ir a terapia, no tuve alternativa en ese momento y fue incomodo en un primer momento, pero me fui sintiendo más cómodo poco a poco. Me atendió la psicóloga de la escuela, era joven, muy linda, cálida y atenta a cada uno de los estudiantes que íbamos con ella. Algunos amigos fueron con ella antes que yo y justo fue la razón por la que la escuela pidió que yo también fuera; un día que nos echamos la pinta de clases hubo un pleito cerca de la escuela entre otros chicos, nosotros fuimos a ver y por chismosos la escuela asumió que tuvimos que ver. Si queríamos conservar carta de buena conducta sería a condición de ir a sesiones con la psicóloga de la escuela y solo con el visto bueno con ella; entiendo el razonamiento, pero en su momento estábamos molestos, yo estaba molesto, porque no tuvimos nada que ver. De cualquier manera la psicóloga pronto me señaló que me dejaba llevar fácilmente por estos amigos y que ellos me metían en problemas, la verdad era que ya no me llevaba tan bien con ellos, pero no sabía como alejarme; el resto del breve proceso que tuve con ella fue buscando estrategias para alejarme de ellos y hacer otros amigos, creo que en total la vi 10 veces en un año, era una secundaria pública y había muchos otros niños y niñas por atender. Esa psicóloga en específico me ayudó a ver a los psicólogos como una ayuda, pero solo en cosas más serías, como cuando estaba en problemas; cosa que por un lado ayudó, por otro lado no, porque me veía como alguien capaz de resolver la mayoría de mis problemas.

A lo largo de lo que quedó de la secundaria y preparatoria me quedé con esta visión de resolver los problemas por mi propia cuenta. Sentía que podía yo solo y no recurrí a terapia, de

hecho, me dediqué a buscar libros y videos de reflexión y filosofía, me metí mucho en el estoicismo desde algunos videos de youtube que hablaban del tema: rutinas de disciplina, arreglar el cuarto, hacer ejercicio, hacerse responsable de las emociones y controlarlas, asumir algunos gastos de la casa poco a poco, asumir las consecuencias de decisiones y no hacerse responsable de los demás, entender que cada uno se vale por sí mismo. Fue una época muy curiosa en ese sentido donde siento que saqué mucho provecho de estas lecciones, pero sí me hacían pensar y sentir que yo podía solo con todos mis temas y no necesitaba ayuda, que por mi propia cuenta lograba lo suficiente. Al menos hoy lo reflexiono así y lo menciono porque fueron creencias que últimamente me he cuestionado en mi proceso actual y las que hicieron difícil que volviera a tomar terapia.

Me distancié de mi familia en esta época, no hubo algún problema o situación en específico, solo empecé a crecer en mis intereses personales y a dedicar más tiempo a mis amigos o a jugar videojuegos; mis papás me mantenían en varias actividades fuera de la escuela, lo que se mantuvo y hasta la fecha sigo haciendo, aunque a menor grado, son las artes marciales. Mi mamá ha practicado Tang Soo Do toda su vida y mi papá solía jugar muchos deportes, fue algo que me inculcaron desde niño e incentivaban, yo también he practicado Tang Soo Do y Taekwondo de manera intermitente a lo largo de mi vida; además buscaron que yo y mis hermanas tuviéramos nociones básicas de música y aprendimos algo de piano de pequeños, en la prepa me metí a clases de guitarra en las tardes para complementar mis actividades, pero no me encantó tanto, más que nada era estar con amigos y de vez en cuando sacábamos canciones que nos gustaran. Empecé a pasar más tiempo fuera de casa, entre las actividades y mi deseo de salir, mis papás no parecían tener mucho problema con esto; no tenía libertad absoluta, tenía que volver para dormir temprano, pero en su mayoría me dejaban salir en la semana según como yo

manejara mis tiempos, los fines de semana sí los apartaban para que hiciéramos algo los 5 juntos, ellos, mis dos hermanas y yo. Siento que estuve muy metido en mi mundo y creo que para mis papás eso estuvo bien, de vez en cuando sí se interesaban por mí, aunque después de la secundaria no hubo situaciones por las que me voltearan a ver, más bien se enfocaron en mis hermanas; en la mayor porque iba a salir del estado para ir a la universidad y en la menor porque ella estaba en sus propios problemas de entrar a la pubertad; pasé desapercibido cuando dejé de tener problemas en la escuela y por mí, eso estaba perfecto, sabía que debía mantenerme alejado de los problemas y que “yo debía cuidarme”, al menos así lo entendía.

Ya durante la mayoría de la carrera tampoco estuve asistiendo a terapia, en retrospectiva reconozco que no quería volver, me resistía, sí había varias cosas que no sabía cómo atender, pero me mantuve con mi convicción de resolverlo solo. Estudié ingeniería en sistemas, tomé la decisión a partir de unos primos que conocí que estudiaban lo mismo y les iba bien económicamente, aunque claro que también tenía un interés personal de por medio; quería dedicarme a la música también y pensé que sería una buena combinación que me permitiría ser mi propio productor. A finales de la prepa la música se convirtió en “mi terapia” – era lo que decía – pues analizaba y canalizaba mis emociones escribiendo letras, escuchando música nueva y aprendiendo varios instrumentos – una lección que conservaba de mi primera psicóloga y que encajaba con lo que me enseñaron mis papás -. Ya conocía lo básico de piano y guitarra, por lo que invertí a aprender la batería y se volvió mi instrumento principal cuando hice un grupo con mis amigos de la prepa; todas mis emociones las procesaba tocando, cantando, metiendo energía en ensayos personales que me distraían y hacían sentir que crecía más como músico. Conservé este gusto en la universidad y mis notas se mantenían en buen nivel porque en cada oportunidad realizaba proyectos que alimentaran esta pasión personal y creo que eso generaba simpatía con

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

varios profesores, pues algunos de ellos se interesaban y me asistían cuando solicitaba ayuda, cuando tenía dudas o me topaba con un desafío muy avanzado para mí en ese momento.

Me sentía muy capaz, tenía buenas notas y me la pasaba bien y empecé mi primera relación más seria para cuarto semestre con Michelle, una chica que estudiaba historia, pero nos conocíamos desde la prepa. Fue por recomendación de ella que me acerqué a un psicólogo de nuevo; empezamos bien la relación, aunque sí tuvimos algunos problemas menores y ella me sugirió atenderlo en terapia conforme la relación se volvió más seria y los problemas seguían ahí; me da gusto que haberlo hecho, pero de nuevo creo que no estaba dispuesto al cien de comprometerme con un proceso. Lo busqué por internet, tenía buenas referencias hasta eso, pero no lo conocía, solo encontré su publicidad y lo contacté. Cuando le pedí el apoyo a mis papás para ir no me preguntaron nada, creo que les pareció algo caro lo que me cobraba y yo ofrecí poner la mitad, dijeron que no era necesario, pero insistí en hacerlo y así lo manejamos.

Este segundo psicólogo era también muy atento, era más directo que la primera que me atendió, pero no grosero, creo que también influye mucho la diferencia de edad entre mis experiencias; me sorprendió ser tratado así, pero de buena manera. Le hablé a grandes rasgos de cómo empecé esta relación con Michelle y teníamos a veces unos problemas porque no siempre tenía ganas de verla y ella se lo tomaba a mal o que yo le hablaba muy duro y que no sabía como hablarle de manera más tranquila, siendo que estaba acostumbrado también a ser directo con lo que no me gustaba o no quería; le conté como ella me jalaba mucho a sus planes y estaba menos dispuesta a acoplarse a los míos; en otras sesiones le conté sobre cómo me distraía con la música, escuchándola o tocando con amigos, muchas veces porque me sentía incómodo de estar solo; en su momento me llevó a reflexionar sobre mi relación con Michelle y a caer en cuenta que yo no estaba tan contento con esa relación después de que ella quisiera terminar conmigo, aunque fue

mutuo al final. Él me estuvo acompañando en estas situaciones y creo que fue un apoyo muy grande en cuestionarme, cuestionar lo que me pasaba y extender más las herramientas que ya tenía, pero me seguía resistiendo a hablar ciertas cosas; el final del proceso con este terapeuta se dio cuando empecé mi servicio social, más o menos un año y medio después de iniciar con él, solo le empecé a dar largas sobre mis tiempos y dejé de asistir con él. Él era muy cálido y me aportó mucho, pero yo me fijaba más en celebrar mis logros y no indagar muy profundo en nada, solo quería solucionar los problemas que tenía delante: manejar mis tiempos, marcar límites con amigos, seguir cuidando mi cuerpo y mis intereses, saber cómo hablar con mis papás o profesores para conseguir un permiso o una concesión que deseaba; él interrogaba para comprenderme yo mismo y la verdad me incomodaba mucho, le respondía rápido o desviaba el tema, él me señalaba esto y yo terminaba diciendo que no quería hablar del tema, que me incomodaba, que solo quería resolver el problema delante de mí, no examinar nada más, que así estaba bien.

Escribiendo todo esto me pongo a pensar que fue muy atento en esos momentos y respetó esos límites cuando yo finalmente lo decía, aunque me costaba mucho. Dejé de ir después de trabajar en sesión con él un plan de cómo manejar mis tiempos los siguientes meses para sacar adelante la uni (que se estaba poniendo más pesada) y seguir con mis intereses de música y cuidar mi salud; los tiempos se me venían encima y aproveché el espacio que tenía con él para hacer ese horario, cuando vi ese problema resuelto ya no veía una razón para ir. Él no me insistió en seguir trabajando, me dijo que tenía la puerta abierta con él para volver después de la tercera ocasión que le moví sesión y que le había dejado en visto un mensaje de seguimiento; me sentí mal, le pagué lo correspondiente a esa sesión que le cancelé y le pedí disculpas, también le agradecí por su tiempo y apoyo. Ya no veía problemas por delante, cuando menos me veía capaz

de resolver los más próximos, y en mi mente eso era razón suficiente para dejar de ir; tenía presente que había cosas que no hablé, pero solo era eso, cosas que no hablé y eran un asunto privado que yo podía controlar y resolver sin ayuda.

Ya no tenía tanto tiempo para dedicarme a leer como hacía en la prepa, pero desde que empecé a ir al gimnasio agarré la costumbre de escuchar audiolibros y me enfocaba en mis sensaciones corporales cuando hacía Taekwondo por mi cuenta, un cambio que surgió a recomendación del psicólogo y mantuve pues tenía buena armonía con prácticas que ya hacía; era parte de la nueva combinación de filosofías que asumía, estoicismo ante la adversidad y dejarme fluir con lo que viniera. Empecé a escuchar más de espiritualidad también, si bien nunca me asumí de ninguna religión; mis padres son católicos, pero nunca fuimos muy practicantes, entonces me era fácil escuchar otras religiones, agarrar lo que me gustaba y funcionaba, pero seguir como católico yo mismo. Estas eran mis herramientas que me sostenía y me ayudaban, lo que entendía como mi nueva forma de terapia, ejercicio a consciencia, un tipo de oración ocasional a una fuerza superior a mí y seguir adelante a pesar de la adversidad. También en este tramo de tiempo ocupé más de mi tiempo con mi papá, él estaba involucrándose más y más en la política a un nivel local y me invitaba a participar a mí y mi hermana mayor, no era algo que me fascinara, pero obtuve un par de trabajos gracias a esto y sí encontraba gusto en tener una participación y apoyo de esta manera al salir de la carrera. Estaba buscando ocuparme más y sentía mucha confianza en mí, seguía seguro de que no había problemas por resolver y que era capaz de superar desafíos.

En el trabajo del partido conocí a Andy, éramos el “equipo de tecnología”, así nos hicimos llamar en juego pues yo era el de sistemas y ella se encargaba de todo lo de mercadotecnia – aunque estaba en su último semestre de comunicación -, nos la pasábamos

trabajando con computadoras todo el tiempo y hablábamos seguido por lo mismo, yo ayudándole a solucionar problemas y consiguiendo los programas que requería y para los cuales no había presupuesto. Nos hicimos buenos amigos y rápido iniciamos una relación de noviazgo que hasta la fecha todavía tenemos; desde que la conocí ella llevaba su propio proceso de terapia y me pareció excelente, también le dio gusto saber que yo había ido con psicólogo y en un par de ocasiones me preguntó si tenía pensado volver, a lo que respondía que no veía motivo por lo pronto, pero que no veía nada de malo en volver en caso de necesitarlo. En términos generales empezó siendo una muy buena relación, pero creo importante hablar de un par de situaciones que no atendí, que iban creciendo poco a poco y terminaron por generar una crisis en nuestra relación y en mi vida personal por la que volví a terapia.

Tengo un problema con el alcohol, empecé cuando estaba en la carrera. Mencioné que en las fiestas no me sentía tan a gusto, pues al beber encontré gusto y la verdad me gusta seguir tomando, pero sí llegó a ser un problema muy grande con el que sigo lidiando. La mayoría de las veces cuando tomaba y cuando sigo tomando no pasa nada, me la paso de maravilla, me divierto, tomo uber de regreso y en cuanto estoy en casa me tomo un vaso grande de agua o electrolitos para evitar la cruda; sí llego a ser más aventado e impulsivo cuando tomo y al inicio era motivo de diversión, para cuando empecé mi relación con Andy esto no había escalado más que en una ocasión que nos echó pleito un grupo que le traía pleito a un amigo mío, nos hicimos de palabras y empujones, pero nos corrieron del lugar y como íbamos con unas amigas le bajamos para que no se asustaran de vernos pelear; también me era más fácil coquetear o buscar chicas que me gustaran cuando estaba algo tomado, nunca me besé con alguien o tuve relaciones estando alcoholizado si no éramos pareja, pero sí me volvía muy coqueto cuando tomaba, era un juego más y me parecía muy inocente; por último, si bien no era de ir de fiesta cada fin de semana o

entre semana, cuando se daban estas salidas, en ocasiones, gastaba más de lo que tenía planeado, entre que no me fijaba en los precios y que otros se hacían menos y nunca me pagaban de regreso llegó a hacerse una pequeña deuda que por temporadas era más difícil de mantener. Andy sabía que me gustaba tomar y no le molestaba y aunque al inicio sí me gustaba lucirme pagando todo, llegó a ser muy comprensiva cuando yo estaba más apretado de dinero y ella también me invitaba o teníamos un plan más casual. Este problema no era tan grave cuando empezó la relación y nunca fue algo que escaló; no consumía drogas más duras, nunca fui infiel, mantenía un presupuesto mayormente equilibrado y aprendí a llevar dinero en efectivo solo para lo mío y evitar que otros abusaran, también para limitarme. En mi mente todo estaba bajo control, durante dos años así fue y todo marchaba sobre ruedas.

Todo estalló en una fiesta en casa de un amigo donde estaba coqueteando con una amiga, nunca fuimos novios y era un juego entre los dos, no era serio, a los dos nos gustaba tirarnos la onda; ella llevaba a otra amiga a la que se me hizo fácil soltarle unos piropos para que se relajara en la plática, ya era de madrugada y estábamos muchos que nos conocíamos desde hace tiempo. Por supuesto que Andy no estaba, nunca lo hacía delante de ella – ‘por respeto’, decía antes – y en su mayoría éramos amigos cercanos, solo estaba esta chica y otro par de sujetos; resulta que eran el novio de la chava y un primo suyo que invitaron y supongo que también estaban algo subidos de copas por lo rápido que escaló el asunto. En breve, él se me puso al tiro y yo me envalentoné, diciéndole que le bajara, solo era un piropo, que no quería nada con ella; me lanzó un golpe y nos agarramos ahí, en so momento no fui consciente qué pasaba, luego me enteré de que su primo se me lanzó y mis amigos fueron a detenernos a los tres, ya se la esperaban al parecer y nos separaron después de que nos agarráramos unos golpes él y yo. Me dejó el labio partido y la cara hinchada de una patada que me dio antes de que yo respondiera, nada grave,

pero con eso bastó; se acabó la fiesta, cada uno a su casa y yo esperaba que se me bajara al día siguiente la hinchazón; Andy a veces esperaba mi mensaje de que había llegado a casa para irse a dormir, ella hacía sus cosas y le era normal quedarse despierta hasta tarde, me preguntó cómo me fue cuando le avisé y le dije que bien, solo que un cuate tomado me había golpeado, pero que no era grave. La tranquilicé cuando preguntó más, pero se quedó con preocupación y conforme me limpiaba la herida y me daba un baño le preguntó a los demás qué pasó, no tardó mucho en que le dieran el contacto de la chica a la que le coqueteé y ella le contó todo. Cuando volví a ver el teléfono Andy me mostraba capturas de pantalla de la conversación con esta chica en la que le decía que yo estaba coqueteando con mi amiga, que pensaba que éramos novios en realidad, que me le acerqué a ella y que fue cuando su novio entró, yo llevaba bastante rato tomando y al parecer en la pelea también me puse muy agresivo, amenazando a su novio incluso, cosa que no recordaba del todo; al parecer la policía llegó después de que me fuera por el alboroto, pero ya no había nadie mas que el dueño de la casa y no se presentó denuncia todavía, los vecinos habían escuchado y llamaron.

Durante la siguiente hora fue estar discutiendo, ella me confrontaba diciendo que le estaba siendo infiel, que la humillé frente a mis amigos y que le vi la cara de estúpida; si no, me decía que fui un idiota por exponerme así y pelearme de esa manera, que no era la primera vez que buscaba problemas de ese tipo y que tenía suerte de que él empezó o ya me habrían metido denuncia. Yo me defendía, pero no tuve mucho éxito, al final aceptó que lo hablaríamos al día siguiente con más calma, aunque cuando nos vimos no cambió mucho, ni descansé ni tenía mejores excusas; ella pidió pensar las cosas y fue cuando yo dije que volvería a terapia, no quería perder esa relación. La siguiente semana conseguí un nuevo psicólogo, me daba vergüenza volver con el anterior en parte, pero además sentía que no me sabría ayudar, no puedo explicarlo.

Empecé unos días después con otro psicólogo, le conté toda la situación y le dije directamente que lo que me interesaba era no perder mi relación consciente que no es algo que dependiera de nosotros; Andy y yo seguíamos hablando, ella estaba muy molesta y le pedí perdón, que me diera una oportunidad para mejorar, argumentando que ya había vuelto a terapia y que deseaba estar con ella. No quiero hacer muy larga esa parte de mi historia, ella me terminó y cortó comunicación de manera total conmigo después de unos meses de intentar seguir la relación; durante ese tiempo tuve una mayor apertura en mis sesiones, pero siempre lo aterriza a lo que yo quería: recuperarla. Sentía que no me ayudaba mi psicólogo, que era inútil lo que hacíamos si ya le había pedido perdón y ya no hacía nada de lo que le molestó a Andy; en una sesión poco después de haber terminado me dijo algo que se me quedó grabado, más bien es el cómo lo dijo porque no recuerdo exactamente qué era: fue algo en el sentido de que si mi propósito del proceso de terapia era estar con ella, estaba bien en dejarlo de una vez pues ya no se podía lograr, pero que si quería enfocarlo en mí era necesario tener esa claridad, que yo la tuviera y la reconociera como mi prioridad. Me dijo que lo pensara y que lo contactara si deseaba regresar con él, pero que de momento me diera mi tiempo para analizar mis prioridades. Esto me cayó como un cubetazo de agua fría, sentía que se me castigaba por no tomar terapia bien, al menos en el momento así lo sentí, quería que me diera respuestas, no que me diera trabajo; de nuevo estaba ante un problema que no sabía cómo resolver y en lugar de ayudarme a resolverlo me lo dejó enfrente para que me partiera la cabeza a solas.

A pesar de esto, me costó tiempo decir que yo tenía un problema, más allá de la relación y que yo quería atenderlo. Me obligaba a ir a hacer ejercicio y me tardaba más que de costumbre, no le prestaba atención a los audiolibros; quise retomar la batería (que la había dejado bastante de lado desde que empecé a trabajar) y era agradable, pero solo por un rato me ayudaba, más que

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

nada me llevaba a reconocer que estaba molesto y triste por cómo tocaba; no tenía nada de ánimos de seguir con artes marciales, sentí que hice mal al atacar a otra persona alcoholizada, aun cuando fue en defensa; cuando todo esto falló a nivel personal retomé el hábito de la escritura con el diario que mi segundo terapeuta me había dejado como actividad personal y pude darle más sentido a lo que sentía. Poco a poco me hice más a la idea de buscar ayuda al escribir y releer lo que ponía, me sentía desesperado, pero no quería apoyarme en la bebida o estarme distraendo en salidas. Eventualmente volví a contactar con mi segundo psicólogo y me recibió bien.

Tenía 26 años en el momento que retomé terapia, me sentí bien recibido de nuevo y hubo mucho de poner al corriente, sentía que hacía falta mucho contexto, que me hacía falta a mí hablar de todo lo que me había pasado para aterrizar bien lo que deseaba atender. Mi psicólogo me recibió bien y me dio tiempo de poner en orden mis ideas, me llegaba a cortar a momentos cuando percibía que divagaba mucho, pero yo quería hablar de todo, darle sentido y las primeras dos sesiones fueron de eso, yo vaciando todo lo que había vivido y hecho. Me preguntó sobre el otro psicólogo que cortó mi proceso y tenía sentimientos encontrados; pude reconocer que le daba muchas vueltas al tema y que yo me frustraba porque no me daba una tarea o una estrategia para ya sentirme mejor, con la cabeza más fría entendía lo que hizo, pero no quitaba que sentí que había otras maneras, que quería su apoyo; me preguntó entonces si ahora sí quería ser acompañado por esas partes más desagradables, a mi ritmo y dije que sí, obligándome un poco siendo sincero.

Fueron dos años de trabajo, muy duro y muy amoroso, es la mejor manera en que lo puedo poner. Reconocí en este psicólogo una compañía que me hacía falta al haber estado rodeado de mujeres y con un papá con poca cercanía emocional, no diría que lo veía como mi

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

papá – la diferencia de edad no era tan grande –, pero sí sentí esa cercanía y cariño que me hacía falta para desafiar la idea de confiar plenamente en otro hombre, sentir que no iba a ser juzgado ni atacado. No me daba por mi lado y, a diferencia de mis amigos – a quienes quiero mucho y hasta la fecha me siguen apoyando – tenía una manera muy gentil de confrontarme: mientras otros amigos o mi propio papá me decían, sobre la situación con Andy, que fui un idiota o que no quedaba de otra que esperar que me perdonara o aceptar que se fue, él me llevó a analizar mis relaciones con amistades y de pareja, qué límites pongo y qué valor le doy a cada relación, incluso a indagar sobre si la monogamia era para mí (cosa que jamás había cuestionado); hablamos sobre mi manejo de emociones y me sorprendió mucho cuando me señaló que recurría mucho a la sonrisa y al humor en toda situación, fuera con la incomodidad, aburrimiento, tristeza, miedo, etc., lo hizo con casualidad y con una curiosidad que me contagié, por lo que empecé a ser más consciente incluso de cómo respondía a los demás, al menos para notarlo; abordamos también mi consumo de alcohol, él llegó a sugerir a idea de un alcoholismo social, fue de las cosas que me sonó un poco más fuera de lugar y aunque quise mantenerme abierto, me pareció que era un poco exagerado – en este punto llevaba meses sin tomar, me puse el objetivo de 1 año sin beber e incluso lo cumplí –, aunque sí concedí sin quejas que una vez borracho sí me ponía mal. Surgieron muchos más temas, claro: la relación con mis padres, con mis hermanas, la autoexigencia que me ponía y que cultivé mucho tiempo, relaciones de amistad, mi vinculación con el partido y mi trabajo con él – que poco después dejé de trabajar con ellos, no me pagaban tan bien y había varias cosillas internas que no me gustaban – y, finalmente las posibilidades de continuar mis estudios con una maestría. Digo que esto fue de los últimos temas porque lo que quería estudiar implicaba salir del estado, era una inversión grande de dinero y tiempo de por sí, y decidí seguir por ese camino.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Conforme avanzaba el proceso de inscripción y buscaba lugar donde vivir cubrimos los temas que mencioné y él sugirió la posibilidad de continuar viéndonos de manera virtual, cosa que no me gustaba mucho, sentía y siento que no es lo mismo ver a la persona que estar con la pantalla o por teléfono. Finalmente se dio todo y tuve mi mudanza, esta vez cerré mi terapia bien y le agradecí por su tiempo y apoyo, le comenté que lo recomendaría a cada oportunidad y me dio las gracias.

El estar en otra ciudad sin conocer a nadie, de nuevo en los estudios y buscando chamba fue un desafío. Mis padres me cubrían la renta en esos primeros años y el transporte público no era un desafío grande, al menos me aliviaba la presión, pero igual, fue este nuevo desafío por el que decidí buscar otro psicólogo para acompañarme y apoyarme, darle un sentido de estabilidad a tanto cambio. Ya tenía 29 años cuando encontré un psicólogo, el actual con quien trabajo; es un punto de seguridad, solo sentía que necesitaba ese apoyo extra para sobrellevar todo. Conforme me establecí hice un círculo de amigos local con los de la maestría y reconectando con un viejo amigo que también está viviendo en la ciudad; decidí retomar formalmente la batería y las artes marciales para seguir con la estabilidad que me brindaban – con la batería siempre es fácil encontrar grupos musicales, actualmente ando en 2 principales; también encontré rápidamente un gimnasio donde dan Taekwondo y me incorporé –, fueron buenas decisiones y me hice de varias nuevas amistades. La terapia fue perdiendo relevancia rápidamente, pero no me confiaba del todo y seguí asistiendo, atento a mí desde varios frentes.

Hoy, mientras escribo esto, tengo 30 años, veo muchos cambios que he tenido y que sé que hay por delante. Me he visto en la necesidad de asumir muchas más responsabilidades de las que pensé que eran necesarias, conmigo mismo y con los demás; la terapia se ha convertido en una herramienta muy importante, no la única ni la principal, y cada vez es menos necesaria.

Estas últimas sesiones con mi psicólogo han sido más y más separadas, una vez al mes o a veces un poco más; siento que es un logro, me inquieta un poco el dejar de tener ese apoyo regular aún con todo lo que tengo a mi alrededor. No sé si me encargó escribir esto para que yo viera mi propia evolución y dar cierre al proceso, lo siento así hasta cierto punto; sé que estuve en situaciones desesperantes e hice lo mejor que pude y, aunque no deja de ser agri dulce, no quiero resumir mi vida en no ser suficiente o en esas fallas, sino en cómo aprendo a lidiar y que se vale que no siempre pueda lidiar, no estoy hecho de piedra ni soy amo del universo para saberlo todo. Siento como si la idea de quien era – que sostenía, cuidaba y a veces aún se asoma – perdiera su lugar frente a quien en realidad voy descubriendo que soy y que ese es mi mayor logro; la terapia me dio un espacio para analizarlo, pero fuera de ella lo ejercité y lo planteé una y otra vez frente a los demás, frente a mí sobre todo. Entonces, si respondo a lo primero que se me planteó, al ¿cómo me influyó la terapia en la persona que soy hoy?, fue a escucharme; influyó en que aprendí a escucharme y cuestionar lo que suena en mi mente, que no soy mis pensamientos ni mi pasado; a analizar qué dejó pasar de mi alrededor a mi interior, a verme a mi manera especial y complicada y a dar por su lado a lo que no me interesa; a reconocer que necesitaba de un espacio así y de personas así cerca, que nadie me enseñó a tener ese cuidado más allá de mi persona individual; influyó en que cuestioné el modo que tenía de observar al mundo y no tomarlo como una verdad absoluta, sí como mi verdad, capaz de cambiar o de mantenerse, pero tan válida como la de los demás. Creo que influyó, en parte y en conjunto con mis decisiones y mis personas más queridas y cercanas, a verme con más piedad y sensibilidad.