

Artículos

Expresiones de Violencia en Parejas Jóvenes

Expressions of Violence in Young Couples

Nadia Navarro Ceja, Adriana Guadalupe Reyes Luna, Laura Evelia Torres Velázquez y Adriana Garrido Garduño

Universidad Nacional Autónoma de México

Resumen

La violencia que existe en las relaciones de pareja es un problema que se va incrementando a nivel mundial, específicamente en parejas de jóvenes. El objetivo de este trabajo fue analizar las expresiones de violencia en las relaciones de pareja que viven jóvenes universitarios. Participaron 41 estudiantes universitarios que mencionaron vivir en una relación de violencia, se aplicó un cuestionario ad hoc que contenía datos sociodemográficos y preguntas relacionadas con la violencia vivida con su pareja. Se encontró que los participantes mencionan sentirse violentados emocionalmente, manipulados y controlados por sus parejas. Los jóvenes reconocen esta violencia y describen situaciones en su relación que consideran violentas; sin embargo, al mantener dichas relaciones, podemos suponer que existen otros factores que los lleva a continuar en esas relaciones violentas, como son la identificación de emociones y falta de habilidades asertivas. Se concluye que se requieren estrategias para la prevención de la violencia en la pareja desde edades tempranas para reconocer y actuar ante dichas situaciones.

Palabras clave: violencia, relaciones de pareja, universitarios, expresiones de violencia, tipos de violencia

Autores

Nadia Navarro Ceja. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2014-6528>

Adriana Guadalupe Reyes Luna. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3618-6084>

Laura Evelia Torres Velázquez. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8258-0920>

Adriana Garrido Garduño. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2465-1006>

Autor para correspondencia: Laura Evelia Torres Velázquez email: lauratv@unam.mx

Abstract

Violence that exists in relationships is an increasing worldwide problem, particularly in young couples. The objective of this work was to analyze expressions of relationship violence experienced by young university students. The sample consisted of 41 university students who identified as living in a violent relationship. An ad hoc questionnaire was applied that contained sociodemographic data and questions related to violence experienced with their partner. It was found that the participants reported feeling emotionally violated, manipulated, and controlled by their partners. Young people recognize this violence and describe situations in their relationships that they consider violent; however, when maintaining these relationships, we can assume that there are other factors, such as the identification of emotions and lack of assertive skills, that lead them to continue in those violent relationships. It is concluded that strategies are required to prevent intimate partner violence from an early age, and to recognize and act in such situations.

Key words: violence, couple relationships, university students, expressions of violence, types of violence

DOI <https://doi.org/10.36793/psicumex.v15i1.705>

Recibido 05 – Enero – 2024

Aceptado 06 – Enero – 2025

Publicado 11 – Abril – 2025



Introducción

Desde hace algunos años se considera necesario investigar sobre el tema de pareja, ya que es percibida como una relación afectiva importante en la vida de las personas. Es en la familia donde se establece ese primer acercamiento a la idealización del tener o no una pareja. Para algunos, elegir a esa persona con quien compartir su vida se convierte en un proceso importante que traerá diversos cambios personales, así como en la nueva dinámica de pareja que se establezca (Garrido Garduño et al., 2008).

Actualmente, hablar de pareja implica una forma de interacción compleja que incorpora una serie de aspectos biológicos, psicológicos y culturales, que para la vida de los individuos se vuelve fundamental, donde la calidad de relación que se tenga puede generar consecuencias benéficas o perjudiciales a nivel personal y social. La dinámica de pareja dependerá de diversos factores sociales y culturales. Por esta razón, autores como Quintana Arias et al. (2020) y Fitria y Tondok (2022) rescatan la importancia de investigar a mayor profundidad este proceso, ya que en una relación con otra persona se integran aspectos culturales de ambos individuos que van a influir directamente en cómo se perciben y comportan dentro de la relación. No obstante, aunque el contexto social y cultural son importantes en el funcionamiento de la pareja, será en la familia donde se transmitan valores, reglas, ideas y patrones de conducta que se evidenciarán en las relaciones sentimentales de las personas.

Al respecto, Saldívar Hernández et al. (2023) mencionan la necesidad de trabajar en diferentes comunidades y grupos sociales, como la familia y la escuela, sobre habilidades de prevención ante el problema de la violencia y reducir los altos costos que se generan a nivel personal y social. Más particularmente, las investigaciones han mostrado la gran influencia que tiene la familia en la educación de la violencia, es decir, los hijos e hijas repiten comportamientos violentos aprendidos y los representan en otros contextos sociales, como la escuela o con los amigos (Rosales Díaz et al., 2017).



Violencia en la relación de pareja

La violencia se ha convertido en una problemática mundial no solo por las acciones que se llevan a cabo para ejercerla, sino también por las consecuencias de salud y sociales que se presentan en los individuos. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2006, como se citó en Cobo y Tello, 2008) define la violencia como:

Toda acción u omisión que atenta contra la integridad física, psicológica, sexual y moral de cualquier persona. Toda acción violenta que tiene la intención de causar daño y ejercer abuso de poder; puede provenir de personas, instituciones y realizarse de forma activa o pasiva.

Algunos autores como Heise y García Moreno (2003), Morales y Rodríguez (2012), Pazos et al. (2014) y Pueyo (2009) han mencionado que la violencia en la pareja es el comportamiento dentro de la relación íntima que tiene la intención de causar un daño psicológico, físico o sexual de un miembro de la pareja contra el otro. En relación con esto, diferentes autores como Alegría del Ángel y Rodríguez Barraza (2015), Aguirre-Ñique y Alva-Castillo (2020), y Rosales Díaz et al. (2017) han descrito algunos tipos de violencia, resaltando que en una relación de pareja se pueden ir presentando uno o varios de ellos de manera simultánea:

Violencia física: son los actos de maltrato físico, como patadas, cachetadas, empujones, puñetazos, mordidas e intentos de estrangulamiento.

Violencia psicológica: se caracteriza por afectar la integridad de la persona, pueden ser verbales (humillaciones e insultos), actos de control y poder (aislamiento familiar y amistades, no permitir que la pareja tome decisiones y abandono económico), persecución, hostigamiento, acoso, amenazas, humillación y chantaje.

Violencia sexual: son acciones de sexo forzado (genital, anal, oral, objetos insertados en vagina y/o ano), violencia física no deseada durante la relación sexual (golpes, mordidas, patadas, cachetadas, etc.), amenazas de golpes y violencia verbal por rechazar el sexo, y uso forzado de pornografía.



Violencia económica: es el control que se le tiene a la pareja de su propio dinero, quitándoselo o impidiéndole gastarlo en beneficio suyo o de su familia, restringiendo su independencia.

El Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI, 2021), en la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH), evidenció que 47.3 millones de mujeres de 15 años y más (93.7 %) tienen o han tenido una relación de pareja. De ellas, 39.9 % han vivido algún tipo de violencia con su pareja actual o en su última. Y los tipos de violencia ejercida contra las mujeres por su pareja actual o última fueron, en primer lugar, la violencia psicológica (35.4 %), después, la violencia económica o patrimonial (19.1 %), la violencia física (16.8 %) y la violencia sexual (6.9 %). Mientras que, para los hombres, no aparecen datos actuales sobre la violencia de pareja; sin embargo, en el comunicado de prensa del INEGI (2020), se reporta que ellos también han sido violentados por sus parejas sentimentales, siendo la violencia psicológica la más experimentada en sus relaciones.

Las cifras antes mencionadas solo evidencian una parte de la violencia que viven las y los jóvenes en sus relaciones de pareja, siendo una problemática muy común en nuestro país. Es preocupante ver que tres de cada diez jóvenes en México han vivido violencia en el noviazgo y que es muy difícil para los jóvenes detenerla y decir “no más violencia” (Mayoral, 2024). Algunas investigaciones han centrado su atención en las relaciones de parejas adultas. Sin embargo, conocer qué tipo de relaciones de pareja están formando hoy en día los adolescentes y jóvenes, y cuáles son los factores de protección y de riesgo que están presentes en su contexto, permite visualizar la violencia que se puede estar viviendo y propiciar alternativas de cambio que capaciten a los jóvenes a saber reconocer y actuar ante situaciones de violencia en sus futuras relaciones de pareja.

En este sentido, la literatura científica muestra la alta prevalencia de violencia dentro de las relaciones de pareja, sobre todo porque las y los jóvenes. Ellos, como muchos adultos que viven esta violencia, no perciben que están en una relación violenta, lo que implica una normalización, impidiéndoles reconocerla y



actuar para concluir este tipo de relaciones, en las que pueden permanecer mucho tiempo. Incluso, pedir ayuda a un familiar o profesional no suele ser común, siendo las y los amigos cercanos la fuente de apoyo más frecuente (Lachman et al., 2019; Rojas Solís y Romero Méndez, 2022).

Para algunos autores existen factores relacionados con la violencia de pareja, Rubio Garay et al. (2015) los agrupan en dos categorías: los factores (inter)personales, que incluyen lo biológico, psicológico, conductual y relacional; y los factores situacionales, que son el contexto físico, cultural, familiar, comunitario y social. Asimismo, Rocha Narváez et al. (2021) describen factores asociados como la edad, el nivel socioeconómico y la tipología familiar, porque están relacionados con la presencia y posible sensibilidad con ciertos tipos de violencia presentada durante las relaciones de pareja de adolescentes y jóvenes. Ponce-Díaz et al. (2019) incluyen dificultades en la regulación emocional, autoeficacia en la relación, experiencias previas de violencia familiar y dependencia emocional. Mientras que Rosales Díaz et al. (2017) mencionan factores como los roles de género rígidos y estereotipos que demandan y promueven conductas sexuales socialmente esperadas, que se vinculan a las expectativas sociales de ser hombre o ser mujer.

De la misma manera, Rodríguez Hernández et al. (2018) expresan que muchos adolescentes y jóvenes carecen de habilidades sociales, y que ello se relaciona con las altas tasas de prevalencia en conductas violentas de parejas jóvenes, así como en las consecuencias físicas y mentales que se generan. Esto se vuelve relevante justamente por la etapa de vida en la que se están reportando estos datos, al ser una etapa que se caracteriza por el inicio de relaciones sentimentales en donde apenas se van aprendiendo formas de interacción en pareja.

En este sentido, la violencia de pareja genera consecuencias que se manifiestan en problemas de salud física y mental, como la depresión, ansiedad, problemas de alimentación, sueño, ideas e intentos de suicidio y abuso de alcohol y drogas. Mientras que en lo físico se observan desde cicatrices hasta traumatismos,



enfermedades de transmisión sexual e, incluso, la muerte. A nivel social, algunas consecuencias son el aislamiento social, ausentismo laboral y pérdida de empleo (Guzmán, 2024; Lara et al., 2019; Rodríguez Hernández et al., 2018).

Si bien la presencia de esta problemática resulta alarmante, Riesgo et al. (2019) aseguran que gran parte de los adolescentes y jóvenes no saben identificar cuando se encuentran en una relación de pareja con violencia, y una razón puede ser el tipo de violencia que se presenta de forma sutil, ya que muchas veces en las etapas de adolescencia y juventud la violencia es interpretada como muestras de interés o cariño hacia el otro(a), llegando a ser aceptada en el contexto de broma o juego (Guzmán, 2024; Muñoz-Rivas et al., 2007; Osorio-Guzmán et al., 2021).

Considerando la información anterior, resulta necesario investigar y proponer nuevas formas de atención y sobre todo prevención de violencia en etapas tempranas. En esta investigación se consideró a la población de universitarios, ya que la gran mayoría de estos jóvenes tienen o han tenido parejas sentimentales más estables que en etapas anteriores, en las que van aceptando y normalizando vivir con violencia a fin de mantener dichas relaciones, reflejando falta de habilidades y estrategias que les permitan reconocer y actuar ante distintos tipos de violencia. Esto sin duda muestra la importancia de educar en la formación de parejas asertivas, ya que es un tema que no se habla ni se trabaja dentro del contexto familiar y escolar, siendo los “consejos” de aquellos amigos de edades similares la única información con la que las y los jóvenes van aprendiendo, dificultándoles pedir apoyo o ayuda cuando se vive violencia.

Por lo tanto, el objetivo de esta investigación fue analizar las expresiones de violencia en las relaciones de pareja que viven jóvenes universitarios.



Metodología

Se realizó una investigación cuantitativa, no experimental, transversal, de tipo descriptivo, ya que no se manipularon variables y los datos se recopilaron en un solo momento para su posterior análisis (Hernández–Sampieri et al., 2014).

Participantes

Para seleccionar a los participantes, se utilizó un muestreo no paramétrico por conveniencia, ya que este tipo de muestreo permite seleccionar a los participantes según la conveniencia del propio investigador (Blanco, 2011; Hernández–Sampieri et al., 2014). Se utilizaron como criterios de inclusión ser estudiante universitario, tener una edad de 18 a 30 años, afirmar tener pareja en el momento en que contestaron la batería de instrumentos y considerar que tenían una relación de pareja con violencia.

De una muestra de 753 estudiantes de todas las carreras de una universidad pública ubicada en el municipio de Tlalneptla perteneciente a la Zona Metropolitana de Ciudad de México, se realizó un primer filtro de aquellos estudiantes que mencionaron tener pareja, dando un total de 344. Posteriormente, un segundo filtro se utilizó para conocer el número de alumnos que dijeron vivir en una relación con violencia, resultando 56. Sin embargo, se eliminaron 15 participantes al no cumplir con el criterio de inclusión de edad máxima, por lo que la muestra final de participantes con quienes se llevó a cabo la investigación fue de 41.

Instrumento

Se elaboró una batería de instrumentos relacionados con la dinámica familiar (la escala para la evaluación de las relaciones intrafamiliares [ERI], la escala comunicación padres–hijo/a y el instrumento de patrones de comunicación familiar-R). Para lograr la confiabilidad de esta batería, se utilizó el alfa de Cronbach, obteniendo para la escala ERI un alfa de 0.75, para la escala de comunicación padres e hijos 0.72 y para el instrumento de patrones de comunicación familiar 0.80. Además, se realizó un análisis factorial exploratorio y confirmatorio para conocer los factores que integraron cada instrumento. Finalmente, con los



datos obtenidos se concluyó que dichos instrumentos son confiables para ser aplicados en población de estudiantes universitarios y de bachillerato de la Zona Metropolitana de Ciudad de México.

Esta batería se complementó con los siguientes datos sociodemográficos: edad, sexo, escolaridad y promedio académico; así como con preguntas que se agruparon en temas relacionados con la dinámica familiar, por ejemplo, salud y enfermedades crónicas, discapacidad, violencia familiar, violencia de pareja y rendimiento académico.

En esta investigación se reportan los datos obtenidos a las preguntas específicas de violencia en la relación de pareja, las cuales incluyen respuestas cerradas, abiertas y de opción múltiple, y se mencionan a continuación: ¿qué es para ti la violencia?, ¿qué tiempo llevas de relación con tu pareja?, ¿cómo consideras que es tu relación de pareja?, ¿consideras que en tu relación de pareja hay violencia?, si consideras que en tu relación hay violencia, ¿qué tipo de violencia es?, ¿tu pareja te ha agredido físicamente?, ¿tu pareja intenta manipularte para conseguir lo que quiere?, ¿te has sentido humillado(a) por tu pareja?, ¿tu pareja te ha forzado a tener relaciones sexuales?, y ¿tu pareja dispone de tu dinero sin consultarte?

Procedimiento

La batería utilizada, que incluía los instrumentos, así como las preguntas agrupadas por los temas, se adaptó a un formulario Google Forms, en el cual, se incluía el objetivo y consentimiento informado, donde se preguntaba si se quería participar. Es importante mencionar que esta investigación fue avalada por la comisión de ética de la Universidad. Este cuestionario fue enviado por el personal de la secretaría académica de la institución educativa a todos los estudiantes de la Universidad y estuvo disponible para los alumnos aproximadamente un mes; posteriormente se descargó la base de datos para su análisis.

Análisis de datos

Para analizar los resultados, se descargó la base de datos del Google Forms y se utilizó el programa estadístico gratuito JASP (2019) para efectuar las siguientes operaciones:



1. Se realizaron las operaciones para obtener las frecuencias y análisis descriptivos, como rango, media y desviación estándar de los datos sociodemográficos.
2. Se obtuvieron las frecuencias de las respuestas dadas del concepto de violencia y de los tipos de violencia.
3. Se categorizaron las respuestas a las preguntas abiertas sobre las expresiones de violencia vividas en su relación de pareja.

La información obtenida por medio de las tablas de frecuencias permite realizar un análisis descriptivo, obteniendo la distribución de frecuencias para cada variable (Blanco, 2011).

Resultados

De los 41 estudiantes que participaron, 35 fueron mujeres y 6 hombres, con un rango de edad de 18 a 28 años, una media de 22 años y una desviación estándar (DE) de 2.6. El promedio académico de estos jóvenes tuvo una media de 8.2 y una DS de 0.7. Los 41 participantes mencionaron tener una relación de pareja con violencia, donde el rango de tiempo en sus relaciones iba de 1 a 8 años, con una media de 3.4 y una DE de 2.2.

Con relación al concepto de violencia, se elaboró la pregunta de opción múltiple “¿qué es la violencia?”, que tuvo tres posibles respuestas, pero sólo una correcta; 32 participantes pudieron identificar la respuesta correcta, la cual refería que la violencia era el uso de la fuerza o poder con la intención de causar daño a otro(a); cinco estudiantes confundieron el término *violencia* con agresión, ya que puntuaron la opción que la describía como la acción de golpear o insultar a otros(as). Esto suele ser muy común, ya que dichos términos se han utilizado de manera indistinta por la mayoría de las personas; cuatro estudiantes eligieron la opción de *otra* para referirse a dicho concepto.

Ante la pregunta “¿cómo consideras que es tu relación de pareja?”, se presentaron tres posibles respuestas: buena, regular y mala, con la finalidad de que, una vez reconocida la violencia en su relación de



pareja, pudieran cuestionar que esa relación no era “normal”, sin embargo, nueve mencionaron que su relación era buena, 25 dijeron que regular y siete estudiantes reportaron tener una mala relación.

Las respuestas que dieron cuando se les cuestionó a través de una pregunta abierta sobre el por qué consideraban que en su relación había violencia, se muestran en la Tabla 1. Es importante mencionar que varios de estos jóvenes indicaron más de una respuesta, las cuales fueron agrupadas en distintas categorías, en donde la respuesta con mayor frecuencia fue “porque existe violencia psicológica”, seguida de la presencia de impulsividad y falta de control, y después por celos y desconfianza en la relación.

Tabla 1

¿Por qué consideras que hay violencia en tu relación de pareja?

Categorías de respuesta	Frecuencia
Existe violencia psicológica	11
Impulsividad y falta de control	7
Celos y desconfianza	6
Conflictos de comunicación	5
Manipulación	5
Gritos y groserías	3
Criticas constantes	3
Frustración	2
Invalida emociones	1
Acoso	1
Yo la permito	1
Hay violencia física	1

Con relación a los tipos de violencia, se les pidió a las y los jóvenes mencionar el tipo de violencia que se presenta en su relación, pudiendo elegir más de una opción. En la Tabla 2 se observa que la violencia psicológica tuvo una frecuencia de 39, siendo la que presenta una mayor incidencia en las relaciones de pareja de las y los estudiantes, y cuatro marcaron la opción de “otra”, sin especificar a qué tipo de violencia se referían.



Tabla 2*Tipos de violencia*

Tipos de violencia	Frecuencias
Psicológica	39
Económica	9
Sexual	7
Física	6
Otra	4

En este sentido, muchas de las parejas manifestaron más de un tipo de violencia y al preguntarles sobre los tipos de violencia que viven dentro de su relación de pareja, se evidencia que cinco personas mencionan vivir tres tipos de violencia, 14 dijeron sufrir dos tipos de violencia y 22 jóvenes contestaron un tipo de violencia.

Dentro de la violencia psicológica que estas parejas viven, se hicieron tres preguntas abiertas sobre algunas de las expresiones de violencia que se vivían en su relación, categorizando nuevamente sus respuestas.

Ante la pregunta “¿Tu pareja intenta manipularte para conseguir lo que quiere?”, 25 personas dijeron que sí, por lo que se les preguntó “¿Cuáles son las manifestaciones de violencia que te han hecho sentir manipulada(o) por tu pareja?”. La Tabla 3 muestra la frecuencia de respuestas dadas por los participantes, las cuales abarcan un gran número de acciones que se han normalizado para mantener el poder sobre la pareja.



Tabla 3*Expresiones de violencia que te ha hecho sentir manipulada(o) por tu pareja*

Categorías de respuesta	Frecuencia
Me hace sentir culpable	9
Se enoja porque no hago lo que él/ella quiere	7
Se victimiza	5
Me deja de hablar	3
Me miente	2
Amenaza con lastimarme con el tema de que hay hijos de por medio	1
Me dice que no puedo estar sin ella o él	1
Me hace sentir mal o loca(o)	1
Se hace la o él enfermo para que yo no salga	1
Me aleja de mi familia y amigos	1

Al preguntar si se han sentido humillados por sus parejas, 16 jóvenes contestaron que sí; al cuestionar por qué, en la Tabla 4 se reflejan las respuestas mencionadas por las y los participantes.

Tabla 4*Expresiones de humillación en la relación de pareja*

Respuestas	Frecuencia
Me hace sentir menos, que no valgo nada	7
Me exhibe ante los demás	7
Me culpa de lo que pasa	3
Cuestiones de poder	2
No le interesa lo que yo quiero	1
Me dice “perra, puta, fácil”	1
Me habla con groserías	1

Con respecto a la violencia sexual y económica, se realizaron dos preguntas cerradas con opción de respuesta de sí/no, las cuales ejemplificaban acciones ante estos tipos de violencia. Al preguntar “¿Tu pareja te ha forzado a tener relaciones sexuales?”, 10 participantes contestaron afirmativamente y al preguntar “¿Tu pareja dispone de tu dinero sin consultarte?”, cinco estudiantes indicaron que sí.



Finalmente, ante la violencia física, se preguntó a las y los jóvenes si su pareja les ha violentado físicamente, respondiendo afirmativamente 11 participantes, por lo que se les preguntó específicamente cómo la o lo violenta físicamente. La Tabla 5 muestra las respuestas obtenidas ante dicha pregunta, exponiendo que son diversos los actos de violencia física que se viven dentro de una relación de violencia.

Tabla 5

Expresiones de violencia física en la relación de pareja

Respuestas	Frecuencia
Golpes de todo tipo	6
Jalones	3
Aventar	2
Ahorcar	1
Manotazos	1
Puñetazos	1
Empujones	1

Vale la pena mencionar que las respuestas que estos jóvenes reportaron fueron contabilizadas como frecuencias, ya que muchos de ellos daban más de una respuesta. Resulta importante conocer cómo se expresa la violencia cotidianamente en las relaciones de pareja de estos jóvenes para tener mayor claridad en su identificación y lograr un trabajo de prevención.

Discusión

Para analizar las expresiones de violencia en las relaciones de pareja que viven los jóvenes universitarios, en primer lugar, podemos identificar cómo la violencia se ha convertido en un problema social muy grande y, específicamente, en las relaciones de pareja se ha evidenciado un serio incremento. No obstante, para muchas parejas reconocerse dentro de una relación violenta resulta muy complicado.



En este sentido y, en relación con la información con la que cuentan las y los estudiantes sobre el término de *violencia*, esta investigación nos brinda un panorama general sobre lo que ellos saben y entienden sobre este concepto. La mayoría de los participantes sabe qué es la violencia, identifican que dentro de esta existe una “intención” de dañar al otro; aun así, el saber la información no significa que se tengan las herramientas o habilidades para saber reconocerla o actuar ante ella. Esto difiere con la información reportada por Rosales Díaz et al. (2017), quienes revelan que la falta de información y el poco conocimiento sobre lo que significa la violencia propicia la normalización e invisibilización de ella.

También, podemos observar que estos estudiantes han normalizado o se han adaptado a una relación de pareja con violencia. Algunos de ellos, a pesar de reconocer vivir en violencia, cuando se les pregunta “¿cómo consideran que es su relación?”, mencionan que es “buena”, dejando ver un problema que va más allá de conocer el significado de la palabra violencia, el cual está relacionado con los procesos psicosociales que formaron parte de sus aprendizajes. Al normalizar esta violencia y confundirla con “amor” es aún más difícil lograr que las y los jóvenes terminen con dicha relación y, por el contrario, van escalando en los actos de violencia. Esto coincide con Batiza Álvarez (2017), quien asegura que muchas conductas violentas dentro de las relaciones de pareja se confunden con amor y es así como inician los ciclos de la violencia que con el paso del tiempo se convierten en situaciones más graves, incluso pueden terminar en el homicidio de una persona.

Dentro de sus respuestas, los participantes mencionaron los procesos a los que ellos atribuían el vivir en una relación de violencia. Referían, en primer lugar, la existencia de violencia psicológica, seguida de impulsividad, celos y desconfianza por sus parejas, reflejando cómo la violencia psicológica forma parte de muchas relaciones de pareja que en ocasiones es difícil reconocer. No obstante, estos jóvenes sí reconocen esta violencia y describen acciones que consideran violentas, lo que nos lleva a pensar que existen otros factores, como sus historias de vida, la falta de habilidades sociales, la identificación y expresión de



emociones, que hacen que ellos y ellas continúen viviendo en esas relaciones. En este sentido, Rubio Garay et al. (2015) expresan que cuando las parejas continúan con este tipo de relaciones, la presencia de mitos o creencias sobre lo que debe ser una relación de pareja, la exposición a modelos de violencia y las características de la relación (antigüedad, edad de los integrantes y nivel de compromiso) son factores que fomentarán su continuidad y permanencia.

Otros autores también mencionan que el miedo a la pérdida contamina la relación afectiva en la pareja y la vuelve vulnerable e inestable. Creencias erróneas que se tienen acerca del amor y de la vida en pareja influyen en la aparición de pensamientos irracionales. Por ejemplo, que la persona no pueda pensar la vida sin una relación, aunque esta no sea satisfactoria; esto a partir de ideas como la abnegación, la seguridad familiar, la preservación de la imagen pública, la no asertividad y la dependencia emocional (del Castillo Arreola et al., 2015; Ponce-Díaz et al., 2019).

Con respecto a los tipos de violencia que se presentaron en las y los jóvenes, tenemos que la violencia psicológica tiene una frecuencia de 39, seguida de la violencia económica con nueve respuestas, sexual con siete, física con seis y “otra” (que no se especificó por los participantes) con cuatro respuestas. Esto coincide con Espinoza Moraga et al. (2019), Garrido Antón et al. (2020), Ponce-Díaz et al. (2019), Rosales Díaz et al. (2017) y Yera Alós y Medrano Allieri (2018) al asegurar que la violencia de tipo psicológico es la más frecuente entre las parejas, tanto jóvenes como adultas, al presentarse poco a poco dentro de la relación de forma sutil y, posteriormente, se va incrementando.

Los participantes describen las principales expresiones de violencia psicológica de manipulación y de humillación en actos como: “se enoja cuando no hago lo que él/la quiere”, “me hace sentir culpable”, “se victimiza”, “dejar de hablar” y “hacerla(o) sentir menos”, “que no vale nada”, “exhibirla(o) frente a los demás”, “no interesarse por lo que hace”, entre otras. Ello refleja cómo estas conductas, a pesar de reconocer que son ofensivas para quien las vive, se dejan pasar, creándose ideas de un posible cambio en la pareja



como por arte de magia; de esta forma, la violencia se va convirtiendo en un estilo de vida al que se adaptan, normalizando dichos comentarios y conductas mencionados por estas y estos jóvenes.

En cuanto a la violencia física vivida, las y los jóvenes mencionaron que dentro de estos actos se encuentran los golpes, jalones, aventar, manotazos, ahorcamiento, entre otros. Muñoz-Rivas et al. (2007) señalan que entre las parejas jóvenes esta violencia física, como los empujones o golpear, se interpreta como señales de interés y por lo tanto son aceptados en sus relaciones al considerarse como un juego, producto de su juventud. Los participantes mencionan que en sus relaciones de pareja este tipo de violencia no es tan frecuente, aun así, esta información puede cuestionarse y considerarse importante retomar, ya que no todas las personas reconocen la violencia física que pueden estar viviendo. Esto ha sido reportado por autores como Rubio Garay et al. (2015), quienes han investigado que para muchos adolescentes y jóvenes la violencia física forma parte de una relación y la van minimizando o negando, sobre todo cuando son situaciones esporádicas. Por ello estos actos de violencia física se vuelven una forma de resolver los conflictos y se van considerando como una práctica “normal”.

Como se pudo observar en los resultados, 22 de los participantes reportaron vivir un tipo de violencia, seguido de 14 estudiantes que dijeron vivir dos tipos de violencia, lo cual es preocupante, porque cuando no se ha aprendido a reconocer y a actuar ante la violencia, se convierte en una condición que va incrementando, siendo un grave problema que se manifiesta en diversas consecuencias de salud. Por este motivo, resulta necesario tener la capacidad de identificar variables que rodean a la violencia de pareja en etapas tempranas, coincidiendo con Garrido Antón et al. (2020), quienes aseguran que es en estas primeras etapas de vida, la adolescencia y juventud, donde se crea y desarrolla la personalidad y los patrones relacionales en el contexto íntimo de pareja. Se deben frenar los estereotipos de género, el uso de la violencia para resolver conflictos y los mitos del amor romántico presentes, con la finalidad de crear estrategias de prevención ante situaciones de violencia.



Los resultados antes mencionados reflejan cómo las y los jóvenes siguen manteniendo diferentes expresiones de violencia en sus relaciones de pareja. Es alarmante reconocer que estudiantes que se encuentran en un proceso formativo para salir al mundo laboral vivan situaciones de violencia; ¿Qué está pasando en la vida de estos jóvenes y de las nuevas generaciones para que este tipo de relaciones de pareja se siga manteniendo e incrementando? Causas probables podrían ser la falta de habilidades sociales, estrategias de autocuidado y prevención en estos jóvenes. Nos encontramos frente a estudiantes que no saben identificar sus emociones ni cómo actuar ante ellas, desconocen cómo establecer límites a los demás, no tienen una comunicación asertiva y difícilmente saben dónde y cómo pedir ayuda, prefiriendo silenciar lo que están viviendo.

Se considera importante centrar la atención en nuevas estrategias de tipo preventivo desde edades más tempranas y, al mismo tiempo, considerar que este problema existe en los estudiantes universitarios. Es necesario que las instituciones educativas tomen medidas de acción para entrenar a estos alumnos en la adquisición de otras estrategias y habilidades que les permitan enfrentar problemáticas en sus vidas personales y sociales de manera asertiva.

Las y los jóvenes de esta investigación que aseguraron vivir en una relación de violencia evidenciaron una falta de factores protectores que les permitieran hacer frente al problema. Lo cual, nos lleva a reflexionar sobre las carencias que tienen los y las jóvenes en cuanto a información, habilidades sociales y otras estrategias; no están preparados para saber actuar antes situaciones de violencia y, sobre todo, terminar con este tipo de relaciones. Tampoco saben a quién recurrir para solicitar ayuda.

Esta investigación descubrió un índice alto de violencia psicológica en las relaciones de pareja, así como algunas de las expresiones que se tienen de ella en su vida cotidiana, lo que es sumamente preocupante, ya que la violencia psicológica se mantiene invisible ante los demás y dificulta su reconocimiento. Incluso, es común escuchar hoy en día la palabra *toxica(o)* a modo de sarcasmo para referirse a su pareja sentimental



como esa persona generadora de violencia sobre todo psicológica. No obstante, referirse así se ha convertido en motivo de juego o diversión para muchos adolescentes, jóvenes y adultos que no reconocen la verdadera problemática que existe dentro de sus relaciones y van adaptándose a vivir de esa manera.

Un dato importante que resaltar es el tiempo que se tiene dentro de este tipo de relaciones, evidenciando cómo vivir en situación de violencia es algo que se puede permitir y mantener en muchas ocasiones “toda la vida” porque las personas se acostumbran a vivir de esa forma. A pesar de estudiar una licenciatura y de que la misma Universidad te pueda brindar la información para atender este tipo de problemáticas, nos encontramos ante una realidad donde esto no ha sido suficiente.

Ahora bien, como menciona la Mtra. Piñones Vázquez, secretaria de proyectos estratégicos del Centro de Investigaciones y Estudios de Género de la UNAM, la violencia en parejas jóvenes puede verse reflejada en “baja autoestima, deserción o escaso rendimiento escolar, trastornos de la alimentación, agresiones físicas, violaciones recurrentes, infecciones de transmisión sexual, inestabilidad emocional, embarazos precoces y consumo de sustancias adictivas” (Mayoral, 2024, p 1).

Por lo anterior, es fundamental entrenar a las y los jóvenes para adquirir nuevas habilidades y estrategias que les permitan enfrentar este tipo de problemáticas y es importante retomar otros temas además de la violencia, como el entrenamiento en habilidades asertivas para la relación de pareja, redes de apoyo, factores de protección y de riesgo, cuestionar los mitos del amor romántico como promotores de violencia en las relaciones de pareja, promover el entrenamiento en solución de problemas, entre otros.

Ante esto, algunos autores han expresado como medidas de prevención contra la violencia en las relaciones de pareja realizar acciones dirigidas a solucionar el modo de resolver conflictos personales, implementar cursos preventivos para fomentar relaciones de pareja equilibradas y funcionales, habilidades interpersonales y de afrontamiento que fomenten una vida más satisfactoria, además de identificar las principales fuentes de apoyo (Garrido Antón et al., 2020; Moore et al., 2015; Ponce-Díaz et al., 2019).



Incluso, Miller y McCaw (2019) y Dicola y Spaar (2016) proponen que dentro del servicio médico que se brinda a las personas en las instituciones de salud pública o privada, y al ser este un espacio privado y profesional, se tenga la oportunidad de discutir sobre el tema de violencia en la pareja.

Conclusiones

Podemos concluir que la violencia, gradualmente, se está naturalizado en la vida cotidiana de las personas y, a pesar de que la familia no se haya abordado en lo reportado en de esta investigación, vale la pena mencionar su importancia en el proceso educativo de las y los hijos, como ese espacio en donde se promueven o no aquellas habilidades y estrategias que les permitirán saber reconocer y actuar ante situaciones de violencia, específicamente, dentro de una relación de pareja. En cuanto a esto, Saldívar Hernández et al. (2023) expresan que “los estudios sobre factores de riesgo y factores protectores evidencian a la familia como lugar de aprendizaje sobre la violencia y como factor de enseñanza para relaciones saludables” (p.18).

También, es importante mencionar que 200 estudiantes no contestaron las preguntas específicas de violencia a pesar de ser anónimo, lo cual nos lleva a pensar en lo complicado que es reconocer y enfrentar este tipo de problemática, lo que se refleja en la gran dificultad que los jóvenes tienen para expresarse de alguna manera en contra de la violencia o para rechazarla y no aceptarla (Mayoral, 2024).

Aunque esta investigación mostró evidencia sobre algunas expresiones de violencia que viven las y los estudiantes de la universidad, también existieron algunas limitaciones metodológicas. Una de ellas es que el instrumento utilizado no permitió profundizar en las respuestas de las y los jóvenes. En este sentido, se considera importante investigar el tema utilizando la entrevista como estrategia metodológica para conocer a profundidad cómo se presenta y mantiene dicha problemática, evidenciar si no existe violencia en la relación de pareja o bien si se ha normalizado; así como obtener información acerca de si los jóvenes han tenido alguna relación de pareja con violencia y, de ser así, por qué permanecen en ella.



Esta investigación evidenció las opiniones de las y los jóvenes universitarios acerca de sus relaciones de pareja. Cada grupo de opiniones necesita una atención diferente, y estos resultados permiten realizar grupos de atención específica para cada caso, a la par de seguir investigando con otro tipo de metodología para complementar la información.

Finalmente, se sugiere seguir investigando y cuestionar qué nos está faltando para atender esta problemática. Los estudios sobre el tema son muchos, no obstante, falta trabajar en medidas de acción e intervención que logren un cambio e incluir una visión con perspectiva de género que permita erradicar la idea única del hombre perpetrador y la mujer como víctima.

Conflicto de intereses

Las autoras declaran que no existen conflictos de intereses.

Financiamiento

El presente artículo se desarrolló gracias al financiamiento del Grupo de Investigación en Aprendizaje Humano para la línea de Investigación Análisis de la Dinámica Familiar.

Agradecimientos

Agradecemos a la Facultad de Estudios Superiores Iztacala - UNAM por las facilidades otorgadas para realizar la investigación.



Referencias

- Alegría del Ángel, M., & Rodríguez Barraza, A. (2015). Dating Violence: Perpetration, and Mutual Violence. A Review. *Actualidades en Psicología*, 29(118), 57–72. <https://doi.org/10.15517/ap.v29i118.16008>
- Aguirre-Ñique, M. L. y Alva-Castillo, P. E. (2020). Relaciones intrafamiliares y violencia en la etapa de enamoramiento en adolescentes. *Revista Científica SEARCHING de Ciencias Humanas y Sociales*, 1(1), 37-48. <https://doi.org/10.46363/searching.v1i1.105>
- Batiza Álvarez, F. (2017). La violencia de pareja: un enemigo silencioso. *Archivos de Criminología, Seguridad Privada y Criminalística*, 8(18), 144-151. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5813533>
- Blanco, C. (2011). *Encuestas y estadísticas: métodos de investigación cuantitativa en ciencias sociales y comunicación*. Brujas.
- del Castillo Arreola, A., Hernández Díaz, M. E., Romero Palencia, A. y Iglesias Hoyos, S. (2015). Violencia en el noviazgo y su relación con la dependencia emocional pasiva en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 5(1), 8–18. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v5i1.248>
- Cobo, P. y Tello, R. (2008). *Bullying en México. Conductas violentas en niños y adolescentes*. Quarzo.
- Dicola, D., & Spaar, E. (2016). Intimate Partner Violence. *American Family Physician*, 94(8), 646–651. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27929227/>
- Espinoza Moraga, S., Vivanco Muñoz, R., Veliz Burgos, A. y Vargas Peña, A. (2019). Violencia en la familia y en la relación de pareja en universitarios de Osorno, Chile. *Polis*, 18(52), 122-139. <https://polis.ulagos.cl/index.php/polis/article/view/490>



- Fernández de Juan, T., Martínez Pellégrini, S. E. y de Anda Hernández, M. (2023). Violencia de pareja en estudiantes de secundaria de Baja California. Un estudio exploratorio. *Psicumex*, 13(1), 1-26. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v13i1.502>
- Fitria, A., & Tondok, M. (2022). Family and Community as Protective Factors for Psychological Well-Being of Adolescents Survivors of Dating Violence: A Literature Review. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 639, 52-63. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220203.010>
- Garrido Antón, M. J., Arribas Rey, A., de Miguel, J. M. y García Collantes, A. (2020). La violencia en las relaciones de pareja de jóvenes: Prevalencia, victimización, perpetración y bidireccionalidad. *Revista Logos Ciencia y Tecnología*, 12(2), 8-19. <https://doi.org/10.22335/rlct.v12i2.1168>
- Garrido Garduño, A., Reyes Luna, A., Torres Velázquez, L. y Ortega Silva P. (2008). Importancia de las expectativas de pareja en la dinámica familiar. *Revista Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13(2), 231-238. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29213203.pdf>
- Guzmán, T. R. M. (2024). *Explorando la presencia de mitos del amor romántico, celos, dependencia emocional y violencia de pareja en jóvenes universitarios de la BUAP* [Tesis de licenciatura]. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. <https://n9.cl/1tqgb>
- Heise, L. y García Moreno, C. (2003). La violencia en la pareja. En E. G. Krug et al. (Eds.), *Informe mundial sobre la violencia y la salud* (pp. 95-131). Organización Panamericana de la Salud.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill Education.
- Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática. (2020). *Comunicado de prensa sobre estadísticas a propósito del día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer* [Comunicado de prensa Num. 568/20]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/Violencia2020_Nal.pdf



- Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática. (2021). *Encuesta nacional sobre la dinámica de las relaciones en los hogares (ENDIREH)*. <https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2021/>.
- JASP Team. (2019). *JASP* (Version. 0.11.1) [Computer software].
<https://jasp-stats.org/download/>
- Lachman, P., Zweig, J., Dank, M., & Yahner, J. (2019). Patterns of Help-Seeking Behavior Among Victims of Teen Dating Violence and Abuse: Variations Among Boys and Girls. *Journal of School Health*, 89(10), 791-799. <https://doi.org/10.1111/josh.12816>
- Lara, E., Aranda, C., Zapata, R., Bretones, C. y Alarcón, R., (2019). Depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia en la relación de pareja. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento (RACC)*, 11(1), 1-8. <https://doi.org/10.32348/1852.4206.v11.n1.21864>
- Mayoral, G. (febrero 14, 2024). UNAM: Tres de cada diez jóvenes en México experimentan violencia en el noviazgo. *La crónica de hoy*. <https://www.cronica.com.mx/nacional/unam-tres-diez-jovenes-mexico-experimentan-violencia-noviazgo.html>
- Miller, E., & McCaw, B. (2019). Intimate Partner Violence. *The New England Journal of Medicine*, 380(9), 850–857. <https://doi.org/10.1056/NEJMra1807166>
- Moore, A., Sargent, K. M., Ferranti, D., & Gonzalez Guarda, R. M. (2015). Adolescent Dating Violence: Supports and Barriers in Accessing Services. *Journal of Community Health Nursing*, 32(2), 39-52. <https://doi.org/10.1080/07370016.2015.991668>
- Morales, N. y Rodríguez, V. (2012). Experiencias de violencia en el noviazgo de mujeres en Puerto Rico. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 23, 57-90.
<https://www.redalyc.org/pdf/2332/233224386003.pdf>



- Muñoz-Rivas, M., Graña, J., O'Leary, K. y González, M. (2007). Agresión física y psicológica en las relaciones de noviazgo en universitarios españoles. *Psicothema*, 19(1), 102-107. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2231593>
- Osorio-Guzmán, M., Prado Romero, C., Morales Navarro, M., Maldonado, H., Carozzo Campos, J. C., Benites Morales, L., & Peralta, P. (2021). Intercultural Latin American Research on Abuse in Couple Relationships of Young university. *Revista Interamericana De Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 55(3), e1441. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v55i3.1441>
- Pazos, M., Oliva, A. y Hernando, A. (2014). Violencia en relaciones de pareja de jóvenes y adolescente. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 46(3), 148-159. [https://doi.org/10.1016/S0120-0534\(14\)70018-4](https://doi.org/10.1016/S0120-0534(14)70018-4)
- Ponce-Díaz, C., Aiquipa Tello, J. y Arboccó de los Heros, M. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. *Propósitos y Representaciones*, 7(spe), e351-364. <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7nSPE.351>
- Pueyo, A. (2009). La predicción de la violencia contra la pareja. En E. Echeburúa, J. Fernández-Montalvo, y P. Corral (Eds.). *Predicción del riesgo de homicidio y de violencia grave en la relación de pareja. Instrumentos de evaluación del riesgo y adopción de medidas de protección* (pp. 1-163). Diseñarte-Goaprint.
- Quintana Arias, D., Cardona García, L., Bolívar Restrepo, M. e Higueta Moreno, P. (2020). Pareja y familia. Construcciones en contexto. *Poiésis*, (38), 43-62. <https://doi.org/10.21501/16920945.3554>
- Riesgo, N., Fernández-Suarez, A., Herrero, J. B., Rejano-Hernández, L., Rodríguez-Franco, L., Paino-Quesada, S. G. y Rodríguez-Díaz, F. J. (2019). Concordancia en la percepción de conductas violentas en parejas adolescentes. *Terapia Psicológica*, 37(2), 154-165. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082019000200154>



- Rocha Narváez, B. L., Venegas Ariza, B. M., Ortiz Herrera, O. E. y Basto Urquijo, S. (2021). Violencia en las relaciones románticas y tipología familiar en jóvenes universitarios. *Diversitas*, 17(1), 1-34. <https://doi.org/10.15332/22563067.6536>
- Rodríguez Hernández, R., Riosvelasco Moreno, L. y Castillo Viveros, N. (2018). Violencia en el noviazgo, género y apoyo social en jóvenes universitarios. *Escritos Psicológicos*, 11(1), 1-9. <https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2018.2203>
- Rojas Solís, J. L. y Romero-Méndez, C. A. (2022). Violencia en el noviazgo: Análisis sobre su direccionalidad, percepción, aceptación, consideración de gravedad y búsqueda de apoyo. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 22(1), 132-151. <https://doi.org/10.21134/haaj.v22i1.638>
- Rosales Díaz, M., Flórez Madan, L. y Fernández de Juan, T. (2017). La violencia de pareja: análisis en una población universitaria de Santo Domingo. *Revista Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(2), 174-182. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29255774004>
- Rubio Garay, F., Carrasco, M., Amor, P. y López González, M. (2015). Factores asociados a la violencia en el noviazgo entre adolescentes: una revisión crítica. *Anuario de Psicología Jurídica*, 25, 47-56. <https://doi.org/10.1016/j.apj.2015.01.001>
- Saldívar Hernández, G. J., Moreno Reyes, A. y Trejo Arizmendi, J. G. (2023). Exposición a la violencia familiar y violencia en el noviazgo en adolescentes de Ciudad de México: factores protectores y riesgo. *Psicología Iberoamericana*, 30(2), e302475. <https://doi.org/10.48102/pi.v30i2.475>
- Yera Alós, I. y Medrano Allieri, Y. (2018). Violencia infligida por la pareja. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 34(2). 1-11. <https://revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/461/179>

Cómo citar este artículo: Navarro Ceja, N., Reyes Luna, A. G., Torres Velázquez, L. E., & Garrido Garduño, A. (2025). Expresiones de Violencia en Parejas Jóvenes. *Psicumex*, 15(1), 1-26, e705. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v15i1.705>

