



Sexualidad, Género y VIH: Experiencias con mujeres

M^a Ángeles Rodríguez Benito
Federación de mujeres jóvenes

Sinergias Invisibles

III Jornadas sobre Violencia de Género y VIH

Madrid, 28 de noviembre de 2006

La realidad:

La realidad es que las jóvenes y los jóvenes no tienen interiorizado el uso de medias preventivas frente al VIH en sus relaciones sexuales, ni siquiera la percepción del riesgo que ello supone es reconocida cuando se les plantea abiertamente, porque los mitos y estereotipos, los mecanismos de defensa frente al miedo, las informaciones contradictorias que a veces conviven entre diferentes líneas de actuación y los condicionamientos sociales que aun hoy existen entorno a la sexualidad tienen más peso.

Pero además, la realidad para las mujeres jóvenes es que están creciendo en una sociedad que a través de sus mecanismos de socialización las coloca en una posición de desventaja que imposibilita la conciencia de cambio y el cambio en sí mismo, que hace que defiendan valores que las pone en peligro y que asuman esta situación como parte de “su ser”, de su forma de estar en este mundo desde la sumisión.

Las líneas estratégicas de intervención para abordar un trabajo feminista en las relaciones personales y en las relaciones con nosotras mismas, y todo lo que eso conlleva en el concepto de salud, de enfermedad y por supuesto en el posicionamiento frente al VIH, requiere de intervenciones políticas, educativas y cambios globales a nivel social. Pero además es necesario intervenir desde las propias mujeres.

Cuando compartimos espacios de reflexión y debate con mujeres jóvenes sobre su sexualidad, sobre sus relaciones personales, sobre su percepción de riesgo frente al VIH y sus hábitos frente a la prevención, nos seguimos encontrando con situaciones, planteamientos y conductas que parecen inamovibles e incluso incuestionables para la gran mayoría y que son impermeables a la información y a la sensibilización porque el papel socialmente aprendido, la minusvaloración de lo que somos como mujeres, la idealización de nuestras relaciones, (...) nos impide asumir cambios en nuestra conducta porque nos han hecho sentir incapaces, nos da miedo no sentirnos queridas, no se nos educa en la individualidad, estamos y existimos en función de las demás personas, **NO SOMOS PROTAGONISTAS.**

Si no somos protagonistas, si no vivimos nuestra sexualidad desde la libertad, si nuestro cuerpo es mutilado permanentemente, si desconocemos que tenemos deseos, si no somos conscientes de nuestros derechos, si tenemos miedo a no ser amadas; ¿Es posible establecer relaciones de igualdad?, ¿es posible pensar en nuestra salud?, ¿es posible dar importancia en una relación

sexual a la prevención?, ¿es posible proponer e incluso imponer el uso del preservativo en una relación sexual?, ¿es posible decir no? (....)

Desde la Federación Mujeres Jóvenes consideramos imprescindible incorporar la perspectiva de género en cada una de las actuaciones que se lleven a cabo en materia de prevención de VIH, pero además es necesario abordar la prevención actuando directamente sobre las variables que influyen en ella y que son la base para que una mujer pueda incorporar un cambio en materia de prevención en su vida.

Desde Mujeres Jóvenes, estamos trabajando en diferentes líneas y proponemos tres ejes de intervención que para nosotras son parte de la base necesaria sobre la que ir avanzando:

1. AUTOIDENTIDAD Y AUTOESTIMA. IDENTIDAD Y SUBJETIVIDAD.

Nadie puede hacerte sentir inferior si tú no lo permites.(Eleonor Roosvel).

La auto identidad la logramos con la experiencia y siempre en relación con l@s otr@s.

Desde que nacemos nos transmiten identidades estereotipadas (nos visten de rosa, nos rodean de muñecas...) Durante los primeros años de nuestra vida, los deseos de l@s otr@s suelen funcionar como mandatos debido a la diferencia de edad y a la jerarquía.

Ante estas primeras experiencias cada una interpretamos estos mandatos y según esto, obedecemos o nos rebelamos, creando nuestra propia visión del mundo. Nuestros deseos se hacen patentes e interactúan permanentemente, de manera que conforme crecemos podemos lograr que las expectativas de l@s otr@s dejen de suponernos mandatos.

El patriarcado ofrece a la mujer una identidad de seres-para-otros, **sin auto identidad individual**, considera que las mujeres somos pertenencias de la familia, el trabajo, un grupo... (Aquello a lo que se fusiona nuestra identidad). Nuestra autoestima, por tanto, depende de la estima de l@s otr@s y, esto hace que sea dependiente y frágil.

Actualmente se mantiene la identidad tradicional asignada a las mujeres (menores poderes en las relaciones...) y a ella se superpone la moderna (deber de ascender económica, social, cultural y políticamente).

Inevitablemente esto nos lleva a **conflictos de identidad** y a una sensación de inestabilidad que especialmente en cuanto a las relaciones personales está llevando al mantenimiento de dependencias afectivas.

Nuestro estado de ánimo y auto percepción varía según las experiencias predominantes en cada situación o periodo.

Cuando incumplimos por falta de tiempo, por estrés... nosotras mismas y l@s otr@s las **interpretamos como incapacidades propias**. Socialmente se supone que las mujeres debemos compatibilizar esta contradicción sin inmutarnos, según el mito debemos saber hacer todo perfecto y aunque l@s otr@s reconozcan nuestro esfuerzo siempre queda la opinión de que podríamos haberlo hecho mejor. **Las mujeres siempre quedamos en deuda, somos insuficientes o incapaces.**

Potenciar la autoestima.

Comenzar a potenciar la autoestima no requiere aprender muchas cosas nuevas, sino **desaprender muchas de las enseñanzas que hemos recibido durante toda la vida**. Antes de empezar a valorarnos como somos, debemos desmitificar los mandados sobre cómo debemos ser. Para llegar a ser la persona que queremos ser y no la que la sociedad quiere que seamos, es necesario reflexionar sobre nuestro comportamiento para darnos cuenta de los estereotipos sexistas y poder cambiarlos. De esta manera estamos haciendo frente a la opresión específica de género.

Sin embargo, no se trata sólo de deconstruir, sino que debemos comprometernos con nosotras mismas a **construir alternativas que ocupen su lugar**.

No basta con dejar de ser-para-otros (proceso deconstructivo), sino además debemos de crear las condiciones del ser-para-mí (proceso reconstructivo). Esta predisposición a "ser-para-mí" puede resultarnos miserable, cruel, ruin... si no hacemos una reflexión acerca de las enseñanzas negativas que hemos recibido frente al auto cuidado.

En este proceso reconstructivo, da nuevos significados a nuestra identidad, debemos definirla cada vez más por la auto experiencia que por las enseñanzas patriarcales (modelos, tabúes y "deber ser"). La auto identidad debe ser flexible, adaptándose a nosotras y no al revés.

En el camino hacia a la autoestima de las mujeres (y varones) deben lograrse nuevas formas de relación entre ambos géneros, no jerárquicas, en las que seamos equivalentes e indispensables recíprocamente. Este es el principio de equidad y para alcanzarlo es necesario reconocer y proclamar la humanidad de las mujeres y redefinir la de los varones a partir de los principios éticos feministas. **La equidad es preventiva y reparadora.**

2. EDUCACIÓN EMOCIONAL.

La educación de los afectos y la educación emocional que se transmite socialmente tienen una clara y marcada diferencia de género tanto en vivencia, en expresión y en carga afectiva de cada uno de los sentimientos que se enseñan y que se aprenden.

La educación emocional que reciben las mujeres es muy limitante, es dependiente, no respeta la individualidad y no favorece un crecimiento personal. Si nos fijamos en las letras de las canciones que las jóvenes y los jóvenes escuchan observamos que abundan los mensajes relacionados con las relaciones afectivas y el significado de las emociones; así la sociedad define para hombres y mujeres que importancia dar a cada emoción, como resolver los sentimientos y que actuaciones acompañan a cada emoción.

EL AMOR. LA GRAN ESTRELLA DE LA DEPENDENCIA.

Todas las personas hablamos del amor, lo vivimos...sabemos que juega un papel muy importante en nuestras vidas. Tod@s necesitamos amar y ser amadas por nuestros familiares, amistades y por nuestra pareja. Pero nadie nos ha enseñado a aceptar que en nuestras relaciones afectivas se pueden dar actitudes poco saludables y que nada tienen que ver con el amor. Nadie nos enseña a ser críticas con las formas de amar que se nos han transmitido. Buscamos excusas para justificar lo que no nos gusta de nuestra relación en vez de proponer cambios porque tenemos miedo a decirle que NO por si nos deja, olvidamos nuestros deseos, objetivos,(...).

Para conseguir ser dueñas de nuestras relaciones el primer paso es reconocernos como ciudadanas con derechos, no solo los que la sociedad nos da, sino los que nosotras sabemos que nos pertenecen. **En el amor también tenemos derechos.**

- **Mitos sobre el amor**

Los mitos son guiones culturales a través de los cuales construimos nuestra identidad, nuestros valores, nuestras formas de pensar, sentir, actuar...y también nuestros modelos de amar. Aprendemos a través de la literatura, el cine, las canciones, las relaciones más cercanas...

En el amor existen gran cantidad de mitos.

EL AMOR UNIVERSAL.

Modelo Amor: Este mito plantea que todas las personas vivimos y sentimos el amor de la misma manera.

Realidad: Lo cierto es que hay tantas formas de amar como personas hay en el mundo. Lo que si es cierto, es que a pesar de las distintas variaciones que han ido dándose en el amor, hay una constante, varones y mujeres vivimos el amor de forma diferente. El modelo tradicional esta tan enraizado en nuestra memoria colectiva que nos es difícil salirnos de él. No solo por la dificultad que tiene el construir nuevos modelos, sino el miedo al castigo social por salirnos de lo establecido.

EL ALMA GEMELA

Modelo Amor: Da por sentado que chica y chico comparten los mismos deseos y necesidades. No es necesario hablarlo porque una y otro son parte de lo mismo se han completado a través de la relación.

Realidad: Cada persona tiene deseos y necesidades concretas. Es necesaria la comunicación sincera de lo que ambos esperan de la relación: para no acomodarse a lo que te dan, no ocultar tu verdadero "yo", etc. Para no sufrir la insatisfacción, el engaño y/o autoengaño. Cuando no nos mostramos al otro nos perdemos la posibilidad de disfrutar de la otra persona y que ella disfrute de nosotras.

EL PRINCIPE AZUL....Y LA BELLA DURMIENTE, CENICIENTA...

Rol del chico: activo, él nos salva, nos protege.

Rol de la chica: pasivo, esperamos que nos salve. A partir de entonces nosotras lo cuidaremos para no perderlo. Estamos en deuda con él.

Modelo Amor: Basado en la **dependencia**, nosotras esperamos del otro que nos proteja, nos salve, nos despierte...nos sentimos seguras a través de la relación con el otro.

Realidad: Las relaciones de dependencia nos perjudican. Deben basarse en el querer y elegir estar con alguien, no en la necesidad, esto no es justo para ninguna de las partes. Tú eres la única responsable de tu vida y tu felicidad. Las relaciones se deberían basar en el intercambio recíproco y equitativo.

LA MEDIA NARANJA.

Rol del chico: activo.

Rol de la chica: pasivo.

Modelo Amor: El amor entendido de esta manera nos ve como **seres incompletos** que necesitamos de la otra parte para completarnos y ser felices. Es una unión entre opuestos porque los chicos tienen unas cualidades que no tienen las chicas y viceversa. Este tipo de amor nos mutila tanto a chicas como a chicos, aunque a las chicas nos afecta más puesto que

nuestras cualidades no están igual valoradas que las de los chicos. Por otro lado, este mito también nos transporta al mundo de la magia. Si lo encontramos, a partir de este momento todo cambiará, será maravilloso. *¡¡Fueron felices y comieron perdices!!*

Realidad: *¡¡Suspense en matemáticas!!*. El amor es el encuentro entre 2 personas individuales con particularidades y deseos propios que quieren estar juntas. Aceptar que chicas y chicos tenemos cualidades que no pueden ser compartidas nos hace daño, puesto que limita nuestro crecimiento personal y amoroso. El amor es una experiencia fantástica siempre y cuando tengas los pies sobre la tierra. El amor no es nuestro destino es una elección. No podemos esperar que nuestro bienestar personal venga a través del otro. Nadie mejor que tú sabe lo que necesitas y lo que quieres.

EL PRINCIPE RANA.

Rol del chico: príncipe escondido debajo de un feo aspecto.

Rol de la chica: a través de su amor hacia él lo transformará en un maravilloso príncipe.

Modelo Amor: lo que se espera es que la mujer con su **incondicionalidad** y gran capacidad de amar, transforme aquello que no le gusta de su amado. Este tipo de relaciones depositan toda la responsabilidad en la mujer, que con su esfuerzo solucionará todos los problemas que se interponen en su relación. El rechazo e incluso las agresiones pueden llegar a ser interpretadas como una prueba de amor.

Realidad: La responsabilidad de la relación es de ambos. La comunicación es fundamental y el respeto a las diferentes maneras de ser también, pero hay cosas que no son negociables. Si hay cosas de tu pareja que no te gustan y no hay interés por cambiarlo deberías preguntarte si estas siendo justa contigo y con él.

QUIEN MAS TE QUIERE TE HARA LLORAR

Modelo Amor: se basa en el sufrimiento, a través de él reforzamos nuestro vínculos amorosos. Hay gran manifestación de este mito en el cine y la literatura, el ejemplo mas clásico Romeo y Julieta y todas sus versiones modernas.

Realidad: el sufrimiento va unido dentro de la cultura Judea-cristiana al concepto de amor. A través del sufrimiento y el sacrificio nos redimimos de la culpa, nos hacemos dign@s en el amor. Pero el **sufrimiento** no tiene nada que ver con el amor, sino con el desamor. Antes de nada tenemos que aprender a distinguir entre dolor y sufrimiento. El dolor es inevitable, pero el sufrimiento si. El sufrimiento es el dolor que se queda fijo en nuestro interior.

TODO POR AMOR

Modelo Amor: el sacrificio se muestra como una virtud, una virtud femenina. A través de nuestras renuncias llegamos al amor.

Realidad: el amor se construye no desde la renuncia y el sacrificio, sino desde la elección. Como cualquier decisión que tomemos en nuestra vida, el amor también tiene un coste (en afectos, en tiempo, espacios, responsabilidades...). Si estos costes solo los asumimos las chicas, esto que pensamos que es amor es, ni mas ni menos, un ejercicio de servidumbre. Si queremos una relación igualitaria tenemos que repartir los costes, buscar el equilibrio en

nuestro intercambio amoroso. *¿Te sorprendes una y otra vez diciendo frases como: total si a mi no me cuesta nada, si le hace feliz a él a mi también,...?*

Estos mitos de una forma más o menos consciente, camuflados en las versiones modernas de amor se encuentran en las canciones que escuchamos, en la literatura, en el cine,... y nosotras los vamos aprendiendo pero ya es hora de que comencemos a escribir nuestra propia historia.

Además del amor hay un elenco de emociones que debemos tener en cuenta a la hora de analizar desde la perspectiva de género nuestros afectos y la vivencia y expresión de los mismos:

La pasión, la culpa, el miedo, el perdón, el desamor y la dependencia.

3.EMPODERAMIENTO Y LIDERAZGO.

No quisiera que las mujeres tuvieran poder sobre los hombres, sino sobre sí mismas. (Wollstonescraft Shelly).

El empoderamiento permite a cada mujer el desarrollo de la capacidad con la que puede defenderse de la opresión y el dominio. Una mujer empoderada satisface sus propias necesidades y defiende sus propios intereses, es protagonista de su vida y otorga importancia a su propio placer.

Si no dedicamos espacio ni tiempo ni recursos para trabajar estos aspectos es muy difícil que podamos trabajar realmente la prevención de la transmisión del VIH porque las barreras que debe superar una mujer y en especial las jóvenes son muchas y son reales.