

**LAS DINÁMICAS DEL SELF EN EL PROCESO DE DECONSTRUCCIÓN DE LA
RIVALIDAD FEMENINA POR MEDIO DE LA SORORIDAD.**

Autora:

NATHALIA SANTAFE AYALA.

Trabajo de grado para optar por el título de:

Psicóloga.

Área de Estudios de Familia, Infancia y Sociedad.

Línea dinámicas sociopolíticas, familia, género y generación.

Universidad Externado de Colombia.

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas.

Programa de Psicología.

Bogotá D.C. 2022.

Qué habría sido de las mujeres en el patriarcado
sin el entramado de mujeres alrededor,
a un lado, atrás de una, adelante,
guiando el camino, aguantando juntas.
¿Qué sería de nosotras sin nuestras amigas?
¿Qué sería de las mujeres sin el amor de las mujeres?

Marcela Lagarde

Tabla de contenido

Agradecimientos	4
Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
Capítulo 1: El self femenino y su modificación a partir de relaciones femeninas sororas.	11
1.1 La construcción del self de la mujer a partir de un entorno patriarcal.	11
1.2 Deconstrucción de las relaciones femeninas basadas en la mirada masculina.	15
1.3 La transformación del self de la mujer al construir relaciones sororas.	17
Capítulo 2: Aproximación del trabajo de investigación desde una mirada sistémica.	24
2.1 Planteamiento del problema.	24
2.2. Objetivos.	27
2.2.1 Objetivo general.	27
2.2.2 Objetivos específicos.	27
2.3 Marco teórico y referentes conceptuales.	27
2.4 Metodología de investigación.	36
2.4.1 Técnicas e instrumentos.	36
2.4.2 Trabajo de campo.	39
Capítulo 3: Hallazgos de la investigación	45
3.1 Conversación y tejido de experiencias entre mujeres del 1er grupo focal.	45
3.1.1 Conflictos entre el pensar y actuar de la mujer que ha pasado por experiencias de rivalidad femenina.	46
3.1.2 El autocuidado y el reconocimiento femenino, aspectos fundamentales para la distinción de sentimientos y pensamientos entre el sí mismas y el resto de las personas.	50
3.1.3 El reconocimiento de sí mismas como conductor de deconstrucción de las rivalidades femeninas.	54
3.1.5 Experiencias de sororidad y autocuidado, reconociendo mis capacidades y criterios.	58
3.2 Conversación y tejido de experiencias entre mujeres del 2do grupo focal.	60
3.2.1 La confusión en procesos cognitivos y emocionales de las mujeres como un espejo de sus experiencias de deconstrucción de rivalidad femenina y sororidad.	61
3.2.2 El autocuidado y el repensarse a sí misma como aspectos de transformación de quién soy y quienes son los otros.	65

3.2.3 La ambivalencia de no reconocerse a sí misma, un aspecto que influye en las relaciones familiares.	70
3.2.4 La deconstrucción de la rivalidad femenina y la intolerancia como paralelos que influyen en la construcción del self femenino.	74
3.2.5 Conocimiento y desconocimiento de sí mismas, una dualidad que construye al self.	76
3.3 La transformación del significado de rivalidad y sororidad como espejo del cambio que ha tenido su self.	79
Capítulo 4: Apartado disciplinar.	88
4.1 Mi experiencia en la investigación.	91
Capítulo 5: Conclusiones y recomendaciones.	94
Bibliografía.	97
Anexos.	101

Agradecimientos

Agradezco infinitamente a cada una de las mujeres que hicieron parte del proceso de conocimiento que aquí expongo, por permitirme acercarme a sus experiencias, dolores y alegrías. Estas mujeres, son la vida de mi tesis, me permitieron aprender de cada una, reconocer la importancia de mi investigación por medio de sus vivencias y hacer que mi trabajo de grado se sienta lleno de tanto amor y fuerza, porque esto es lo que ellas son y lo que me transmitieron en cada espacio.

Agradezco a mis amigas, especialmente a María Alejandra, Angelica y Laura por escucharme cada vez que me sentía perdida o con miedo, su compañía en este proceso fue fundamental, sobre todo cuando sabía que cada palabra, abrazo o videollamada tenía un recordatorio de “creo en ti” que me ayudó a que mi tesis fuera más llevadera. A mis papas, Alba y Ricardo, por confiar en mí de una forma tan genuina, la cual sentía en cada mirada y palabra de aliento, también a mi hermano Sebastián por ser un apoyo incondicional, siempre sabía en que momento decirme algo, abrazarme o mantener un silencio que acompañaba. A mi pareja Javier, por apoyarme en cada uno de mis procesos de encuentro y desencuentro con mi investigación, su amor y compañía en cada una me ayudó a seguir trabajando en mi tesis, aunque hubiera momentos difíciles. Finalmente, quiero agradecer a mi cuñado Andrés, sus palabras de aliento convirtieron mi miedo en una tranquilidad enorme.

También agradezco a mis asesores de tesis, Rosa Elena Duque y Jairo Estupiñán por estar para mí a lo largo del proceso, apoyando y retroalimentando cada uno de los pasos que iba dando. Por su permanente amor pedagógico que me acompañó en procesos tanto académicos como en crisis personales. Gracias por ser un apoyo más allá de lo académico.

Finalmente quiero agradecerme por seguir escribiendo y creyendo en mi investigación a pesar de los problemas que sucedieron a lo largo de este tiempo, permitirme reconocer lo que estaba sintiendo y tener espacios para transitarlo fueron clave dentro de este proceso tan significativo.

Resumen

La rivalidad femenina es un fenómeno que ha estado presente en la vida de las mujeres desde hace siglos, sin embargo, este no se ha estudiado como un problema debido a que se percibe como una pequeña violencia de la vida cotidiana. Esta perspectiva va ligada a la estructura patriarcal que se encuentra en el trasfondo de cada aspecto de la vida humana.

La presente investigación realizó una aproximación a la transformación que tiene el self cuando las mujeres deconstruimos la rivalidad entre nosotras y comenzamos a habitar relaciones y espacios sororos. Esto con el fin de tener control de nuestro self para tener una vida en donde el bienestar y el autocuidado prime en cada relación femenina que se teja. También se abordaron algunas instituciones que aportan a la construcción de relaciones sororas y aquellas que mantienen comportamientos competitivos que generan la rivalidad.

Palabras claves: Rivalidad femenina, deconstrucción, sororidad, self femenino, familia, colegio, universidad.

Abstract

Female rivalry is a phenomenon that has been present in the lives of women for centuries, however, it has not been studied as a problem because it is perceived as a small violence of daily life. This perspective is linked to the patriarchal structure that is found in the background of every aspect of human life.

This research makes an approach to the transformation that the self has when women deconstruct the rivalry between us and begin to inhabit relationships and sororities. This in order to have control of our self to have a life where well-being and self-care prevail in every female relationship that is woven. Some institutions that contribute to the construction of sister relationships and those that maintain competitive behaviors that generate rivalry were also addressed.

Keywords: Female rivalry, deconstruction, sisterhood, female self, family, school, university.

Introducción

El sistema patriarcal en el que vivimos ha transformado y moldeado el pensamiento, el self, las estructuras familiares, vinculares y organizacionales de manera que la mujer sea vista de forma inferior respecto a los hombres, este problema ha transitado por diferentes aspectos de la vida social y personal de cada mujer, afectando su self y la forma como se posiciona en el mundo. De acuerdo a Castillo (2017) el sistema patriarcal influye y afecta las relaciones entre mujeres, creando relaciones basadas en la rivalidad y competencia, esto sucede debido a los roles de género que son asignados socialmente puesto que los hombres se encuentran encima de las mujeres en cualquier ámbito y la rivalidad femenina surge al querer ser superior a una mujer puesto que socialmente no está bien visto que una mujer este encima (socialmente) de un hombre. Este problema estructural que se ha consolidado con el tiempo ha creado repercusiones a lo largo de la vida de las mujeres debido a que la rivalidad no tiene edad, ni espacio de tiempo donde se dé, sino que se encuentra en la trayectoria vital de cada una de las mujeres.

De acuerdo con esto, pude evidenciar en la literatura que las investigaciones realizadas tienen un rango de edad, lo cual llega a limitar la población con la que se está trabajando y así mismo el fenómeno, es por esto que decidí realizar mi investigación con mujeres de diferentes edades, entendiendo que dentro de su trayectoria vital han llegado a construir relaciones de rivalidad femenina las cuales son distintas por los espacios en los que se encuentran, la familia y amigos que tienen, las ideologías o creencias que siguen, etc.

Teniendo en cuenta lo anterior, esta investigación surgió a partir de los vacíos encontrados en la literatura ya que la rivalidad femenina no es vista desde su deconstrucción y la forma como esto cambia el self de las mujeres y permite abrir relaciones femeninas basadas en la sororidad.

A partir de este problema se materializó esta investigación con el fin de conocer cómo las mujeres experimentamos e interpretamos el mundo que construimos al interactuar con otras de forma sorora, haciendo parte de un entramado social donde es posible comprender las relaciones femeninas como un espacio seguro, donde está bien sentir y construir nuestro self de forma autónoma, siendo y sintiendo lo que realmente se quiere. Para esto es fundamental descubrir y construir significados compartidos, que permitan comprender que no hay verdades con más valor que otras, sino que son relevantes para cada persona de acuerdo a su trayectoria de vida, donde la búsqueda de la verdad se da a través de la diversidad de sus experiencias y sentires.

El texto que se presenta a continuación está construido a lo largo de 5 capítulos.

En el capítulo 1 se presenta una aproximación del fenómeno de la rivalidad femenina, entendiendo como una problemática que surge en cada uno de los espacios que nos encontremos, es decir que este se da de forma ecológica, por otra parte, se aborda el tema del self y la sororidad, estos se dan con el fin de comprender la forma como la sororidad encarna las relaciones femeninas a medida que el self se va transformando en este proceso.

El capítulo 2 de la investigación propone un acercamiento a la misma desde una mirada sistémica, también se retoma el anteproyecto, comenzando por el planteamiento del problema del cual surgen los objetivos; esto se entrelaza con el sustento teórico desde el enfoque sistémico y el marco conceptual desde el cual se posiciona la investigación. Finalmente, el capítulo termina con la metodología, en la cual se plantean las técnicas e instrumentos que se utilizaron para la recolección de la información y el análisis de los resultados.

El capítulo 3 corresponde a los resultados obtenidos a partir de la recolección de información que se hizo para esta investigación, estos se encuentran divididos por 3 partes, ya que en el trabajo de campo realicé 2 grupos focales, decidí dividir los resultados en dos triangulaciones de método, es decir que abordó cada grupo de forma separada, teniendo como base del análisis las 3 técnicas que utilicé. En la 3a parte tomó aspectos que quedaron por fuera de las triangulaciones para dar cuenta de los objetivos faltantes.

El capítulo 4 se centra en el apartado disciplinar, el cual busca aterrizar la investigación a la mirada psicológica, con el fin de abrir procesos investigativos y de intervención que permitan crear un cambio positivo dentro de las relaciones femeninas, además, se construyen ideas para el fortalecimiento de espacios sororos en colegios tanto mixtos como femeninos. Por otra parte abordaré mi experiencia en la investigación y la forma como esta me transformo.

Por último, el capítulo 5 aborda las conclusiones del proceso de investigación y las recomendaciones que surgen de la experiencia investigativa.

Capítulo 1: El self femenino y su modificación a partir de relaciones femeninas sororas.

Este capítulo tiene como objetivo realizar un recorrido general sobre el self femenino y la forma como este se moviliza por medio de estructuras patriarcales, las cuales son fundamentales en su proceso de construcción, teniendo esto como base se abordaron aquellas investigaciones que comprenden la rivalidad femenina como una problemática y la forma como estas se pueden deconstruir con redes sororas. Con esto se busca contextualizar el panorama bajo el cual se enmarca esta investigación.

1.1 La construcción del self de la mujer a partir de un entorno patriarcal.

Dentro del contexto patriarcal y neoliberal se encuentran los ejes de poder que condicionan la forma de ser y estar como individuos, pero también dentro de la relación y construcción con el otro. Benedicto, (2018) en su artículo sobre Malestares de género y socialización: el feminismo como grieta, habla sobre la influencia que tiene los mandatos de género, es decir lo que es masculino y lo femenino, dentro de la formación de la autoestima, autonomía y el papel de las emociones; a partir de dicha influencia pone la mirada feminista como una metodología para reconstruir desde la vulnerabilidad e interdependencia.

En el apartado de su texto autoestima y sororidad: vernos en otras, Benedicto, C (2018) habla sobre el papel que tiene el género femenino dentro de las relaciones teniendo una “tendencia sacrificial” es decir que tradicionalmente somos seres para otros y les damos el poder sobre nuestra autoestima, la importancia de esto es el giro que se le debe dar. Lagarde M (2000) en su texto Claves feministas para la autoestima de las mujeres propone usar el valor de los recursos que cada una tiene y potenciarlos para así compartirlos, creando procesos pedagógicos entre iguales pero con roles dinámicos de “maestra y discípula”, así cada mujer

puede darle un espacio a la escucha interna y externa en relación con las otras mujeres, generando aprendizajes, habilidades en el rango de autoridad e identidad. A partir de estos procesos se logra construir la autoestima de género personal, creando conciencia del yo en el mundo; la visión feminista aporta la interdependencia conectando los cambios en el mundo con los cambios internos de la subjetividad, para así encaminarse hacia que mujer se quiere ser. Benedicto, C (2018) dice que el objetivo de esta autoestima de género es el empoderamiento tanto personal como colectivo por medio de la sororidad, esta requiere *“una autoestima de género, la identificación genérica en la que se comparten especificidades y diferencias, y una aceptación y reconocimiento de las otras”* (Lagarde, 2000, en Benedicto, 2018)

En la investigación de Torres titulada la violencia escolar femenina: una mirada desde los adolescentes tiene como objetivo presentar la violencia escolar femenina como fenómeno social que se evidencia dentro de las instituciones educativas, pero su origen está en la familia, la misma escuela y el barrio. Esto permite dar paso a la interpretación del papel que tienen las relaciones, los estereotipos y los roles de género, propiciando comportamientos agresivos y de violencia en las adolescentes.

Ellas no presentan una solución que no sea violenta o reactiva ya que no conocen otra forma de hacerlo porque sus comportamientos son violentos, permitiéndoles tener un espacio de reconocimiento dentro de sus relaciones y el ecosistema escolar.

La investigación utiliza el enfoque cualitativo en 71 estudiantes seleccionadas, de colegios de las localidades de Usme, Usaquén y Fontibón. Dentro de las sesiones realizadas Torres dio cuenta que en los 5 colegios se presenta violencia micro social la cual es resultado del

conflicto interno que vive el país pero que al ser de menor escala no es visibilizada. García dice que

Estas violencias también se les denomina “impulsivas, difusas, internas... o “pequeñas violencias de la vida cotidiana”, son el producto de la situación de conflicto social, a través de las cuales se pierde el “lazo social” y generan deterioro en la red de relaciones existentes en las instituciones sociales primarias como la familia y la escuela” (García, 2003, en Torres, 2012)

Por otra parte, en la investigación de Gómez titulada *Violencia y Agresión entre Mujeres Escolares: Conductas que Afectan el Desarrollo Humano*, se realizó un estudio analítico-descriptivo con 20 estudiantes de secundaria del colegio Paulo VI, se escogieron estas estudiantes ya que fueron reportadas por convivencia respecto a actos de agresión y violencia contra otra mujer en el periodo de tiempo 2014 – 2015. Se identificó que el aspecto o capacidad más afectada por las agresiones y violencia es la capacidad de Afiliación donde el respeto y la empatía se ven deteriorados en el interior de la comunidad.

La forma de agresión más frecuente es relacional, esta se evidencia a partir de los chismes, la discriminación, la exclusión y la difamación. Además, se encontraron siete razones que dan cuenta de las causas de agresión, el autor se centre en 3 las cuales son prestigio, rivalidad y envidia.

De acuerdo con León en su investigación *Feminidades en conflicto y conflictos entre mujeres*, se plantea como objetivo analizar aquellas feminidades que transgreden las normas de género teniendo un acercamiento a las características atribuidas históricamente al sexo opuesto y por otra parte analizar las feminidades que muestran un exceso del desempeño de los roles sexuales, el estudio tiene como población a adolescentes de 2 colegios públicos. Se

identificó que dentro de las formas de violencia entre las adolescentes se encuentra la exclusión y discriminación dentro del grupo de amigas, los chismes, insultos causados principalmente por celos, envidias, antipatías personales o conflictos que involucran la atracción por un muchacho.

En la investigación León (2013) habla sobre la violencia simbólica la cual se da por medio de comportamientos sociales que se registran en los cuerpos y las relaciones con los otros, teniendo conocimiento de que estas son marcadas por los roles de dominante y dominador, esto explica la aceptación de ciertas mujeres por posicionarse de forma subordinada dentro de la sociedad y construyéndose a través de una auto concepción desde la mirada masculina.

Por otra parte, desde el pensamiento de Messerschmidt “*Las feminidades constituyen universos simbólicos y empíricos contruidos por y en torno a la experiencia de las mujeres. Asimismo, se trata de construcciones elaboradas en la interacción con diferentes espacios y personas que se adaptan, reinterpretan y se resisten a las normas e ideales convencionales*” León, 2013 en (Messerschmidt en Strocka 2008,).

Estas se construyen y transforman por medio de elementos contextuales que pueden ser seleccionados de manera consciente o inconsciente de familiares, pares, medios de comunicación, historia, etc. De acuerdo con Ferrándiz y Feixa “ *para quienes las prácticas culturales específicas están ancladas en estructuras de desigualdad social que hacen posible la violencia entre los sujetos y las reproducen, constituyendo entonces, más que meras prácticas aisladas, un continuum presente en la cotidianidad de nuestras vidas* ”. (Ferrándiz y Feixa, 2007, en León, 2013).

1.2 Deconstrucción de las relaciones femeninas basadas en la mirada masculina.

En la investigación de Mingo «¡Pasen a borrar el pizarrón!» Mujeres en la universidad, se utilizó el método cualitativo, realizando grupos focales con estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de México de 3 facultades diferentes, se pudo evidenciar que las alumnas desarrollan su quehacer académico en un espacio que expresa de diferentes formas el menosprecio hacia la población femenina.

Mingo (2016) evidencia que dentro de las relaciones de género convencionales las estudiantes presentan 5 comportamientos como 1. La competencia en la que se desgastan diariamente, impidiendo identificar problemas como hostigamiento sexual y enfrentarlo de forma colectiva. 2. Ceder el liderazgo académico a sus compañeros y el poder para que deleguen en la solución de los conflictos entre ellas. 3. Asumen el papel “femenino” de cuidar al otro, en este caso el bienestar de sus compañeros. 4. Son complacientes con las personas que no cumplen con sus responsabilidades dentro del aula. 5. Se auto descalifican apelando a cualidades establecidas que se oponen a las virtudes atribuidas por “los varones”.

Dentro de la discusión se llegó a un espacio donde ellas hablaron desde sus experiencias y las cosas que le sucedieron, creando un cambio actitud de “yo” a “nosotras”, uno de los ejemplos que da el autor es:

Cómo es posible que nos digan a un grupo de cincuenta mujeres eso de que las mujeres somos responsables de las violaciones y ninguna dice nada. Pero yo creo que es eso, es el miedo, y ese miedo surge a partir del individualismo que tenemos: «no, es que cómo la voy a ir a apoyar si a lo mejor eso va a repercutir en mí y yo por defender a alguien más no me voy a titular; no, pues mejor no. (Mingo, 2016, pp.16).

De acuerdo con lo anterior es relevante comprender el papel que cumple el nombrar o darle una categoría a algo, de acuerdo con Giberti y Fernández.

Poner nombre, nominar el malestar, no es exclusivamente un acto semántico o un hecho del discurso; la capacidad de dar existencia explícita, de publicar, de hacer público, de decir objetivado, de visibilizar, de enunciar, de teorizar aquello que -al no haber accedido a la experiencia objetivada colectiva- continuaba en estado de experiencia individual, privada, como malestar, expectativa, ansiedad, inquietud, frustración, representa un formidable poder social. (Giberti y Fernández, 1992, en Mingo 2016).

Por otra parte, en la investigación de Castillo titulada Sororidad en el módulo “Fortaleciendo mis capacidades para una mejor calidad de vida” del programa avanzamos mujeres del INAMU, región Chorotega. Se planteó determinar elementos constitutivos de la relación entre 16 mujeres egresadas del programa avanzamos mujeres, identificando la vivencia y percepción de ellas y así explorar sus relaciones femeninas. Se realizaron 2 grupos focales que duraron 1 hora, un grupo era del cantón de Liberia y el otro del Cantón de Santa Cruz. Dentro de los resultados se identificó que los roles de género asignados por la sociedad afectan la identidad femenina especialmente aquellos que se relacionan con las tareas domésticas, la maternidad y el cuidado hacia los otros además de los escenarios negativos como es el maltrato infantil, trabajo infantil y violencia intrafamiliar.

También se dio cuenta que el sistema patriarcal influye y afecta las relaciones entre mujeres, creando relaciones basadas en la rivalidad y competencia. Para estos hallazgos Castillo presenta unas recomendaciones como replantear actividades de liderazgo y organización, con el fin de fortalecer el módulo de calidad de vida. Además, es pertinente revisar la identidad de cada mujer para sanar la autoestima y crear redes sororas. Castillo hace

énfasis en que la sororidad se debe replantear como unidad en mínimo 3 sesiones de capacitación para otorgar conocimiento y bases a las mujeres para construir y tejer alianzas por sus derechos.

1.3 La transformación del self de la mujer al construir relaciones sororas.

En la investigación de Matud, sobre Autoestima en la mujer: un análisis de su relevancia en la salud, se utilizaron 12 pruebas donde participaron 2583 mujeres españolas de edades entre 18 a 65 años, la edad media fue de 33 años. Dentro de los hallazgos se encontró que las mujeres con más confianza en sí mismas y las que se valoran de manera positiva tienen mejor salud, es decir que presentan menos síntomas depresivos, ansiedad y disfunción social, además su forma de afrontamiento es más racional que emocional, en cambio las mujeres que se valoraban negativamente tenían un estilo de afrontamiento ligado al estrés emocional.

Trzesniewski dice de acuerdo con la autoestima en cuanto la edad *“Su estabilidad varía en función del ciclo vital, siendo baja en la infancia, aumentando durante la adolescencia y los primeros años de juventud y disminuyendo durante la edad madura y la vejez”*.

(Trzesniewski, Donnellan y Robins, 2003, en Matud 2004) esto se ve reflejado en las correlaciones de las variables sociodemográficas con la autoestima puesto que las mujeres con más edad tienen una valoración negativa.

En la investigación de González. M titulada *“Las amigas dan fatigas”* Una aproximación a las relaciones de amistad entre mujeres, se trabajó con 30 mujeres por medio de la entrevista con el fin de explorar la naturaleza de las relaciones entre mujeres por medio de sus vivencias, retomando las relaciones de amistad, dando un giro en el diálogo donde se permitiera

entender el tipo de relación que se tiene para liberarlo de lugares comunes que transmite el patriarcado. Dentro de los hallazgos encontrados se explora las relaciones entre las mujeres como eje trascendental en el cambio cultural y social para promover alianzas y pactos que deconstruyan y reconstruyan la sociedad equitativa, una de las voces de las mujeres decía “*Con ellas, con las amigas, se comparten retazos de vidas, logros, fracasos, crisis, ilusiones y decisiones, y es en esa relación que las mujeres traen al mundo, el amor, que es la clave de la vida*” (González, 2014, Pp. 23). Este fragmento promueve la discusión y el análisis que se presenta sobre las formas de relacionarse e identificar liderazgos positivos y significantes.

En el libro de Lagarde y Ríos titulado *el feminismo en mi vida, hitos, claves y topias* da un panorama de la rivalidad que se presenta en las relaciones entre mujeres. “*El enfrentamiento misógino entre mujeres constituye la enemistad patriarcal.*” (Lagarde 1987). Esto se ve reflejado en la competencia y la desidentificación del género entre las mujeres, reproduciendo comportamientos patriarcales, un ejemplo de esto es la comparación competitiva que tiene una mujer con otra, construyendo una jerarquía donde se posiciona superiormente, dando paso a las categorías de dominante-opresor. Lagarde habla sobre la política patriarcal la cual

Se sirve de las mujeres para dañar a las mujeres. Se convoca a las mujeres a ser insolidarias con las otras para ser aceptadas, valoradas o para ascender. En la sociedad competitiva, capitalista y neoliberal las mujeres luchan unas contra otras para ocupar espacios, hacer prevalecer sus ideas o sus principios, y para avanzar en sus posiciones. (Lagarde, 2012, Pp. 546)

Dentro de la competencia se da la enemistad amorosa, generando amor – odio que puede ser durante ciertas condiciones o tiempo, en la perspectiva femenina las “buenas” son las mujeres con las que hay afinidad y las “malas” son las extrañas. Lagarde (2012). A pesar de su

enemistad, las mujeres se necesitan, su existencia requiere de la relación con la otra, *“para poder ser mujeres, para cumplir con su medio social y personal, requieren de las otras. Ninguna mujer es capaz de desarrollar por sí misma las actividades y las funciones y de mantener las relaciones que le son exigidas por su género. Cada mujer requiere de la otra para existir”* (Lagarde, 2012, Pp. 475).

La perspectiva femenina ha sido parte de las preocupaciones dentro del país, el Curriculum Nacional Base Guatemala ha construido un módulo de género donde se abordan temas de sororidad como una nueva forma de relacionarse, este tiene como objetivo que las mujeres identifiquen aquellos problemas que tienen en común respecto a las vivencias y el contexto en que se encuentran. La metodología que se trabaja son casos donde se ve reflejada la sororidad con el fin de promover y plantear relaciones entre mujeres que tengan como base el apoyo y la ayuda, además dicho módulo tiene como fin estimular la creatividad de las mujeres como herramienta de reflexión y diálogo.

En el Área de desarrollo regional del INAMU se estableció una nueva edición módulo denominado *“Fortaleciendo mis capacidades para una mejor calidad de vida”* se tiene como objetivo reconocer las competencias de liderazgo para así propiciar la organización como forma de accionar proyectos individuales y colectivos. Dentro de la sesión 2 del módulo se encuentra *“Relaciones de poder entre mujeres: Sororidad y representatividad. Tiene como objetivo construir relaciones sororas entre mujeres para la incidencia política en los ámbitos personales, comunales, locales nacionales y regionales que favorecen el mejoramiento de la calidad de vida de las mujeres en sus diferencias y diversidad”*. (INAMU, 2013, en Castillo, 2017). A continuación muestro la tabla que se desarrolló sobre la sesión II: Relaciones de

poder entre mujeres ya que permite ver la forma como se organizan las actividades con el fin de priorizar el mejoramiento de la vida de las mujeres y la unión como comunidad.

Tabla I: Sesión II.

Tema	Resumen de la actividad
Actividad 1 Sororidad	Se utiliza la dinámica del nudo humano, con el objetivo de reflexionar sobre el concepto de sororidad y las estrategias que necesitan realizar las mujeres para lograr objetivos.
Actividad 2 Somos mujeres, tenemos obstáculos en nuestras vidas y en nuestras relaciones como mujeres.	En esta actividad se propone la técnica de vendar los ojos a mujeres voluntarias y pasarlas por medio del salón, poniendo obstáculos en el camino, el objetivo es que las mujeres analicen: ¿cómo se sintieron?, ¿si habrían podido hacerlo solas?, ¿cómo se sintieron las compañeras? y ¿cómo visualizaron los obstáculos?
Actividad 3 Intervenir en nosotras mismas, incidir en nuestras necesidades personales, comunales, Nacionales y Regionales	Se utiliza la dinámica el tren, consiste en que se forman dos filas de mujeres que representan los trenes, a la mitad se le vendan los ojos y ambas filas deben andar por todo el salón hasta llegar al otro extremo, posterior a llegar a la meta se reflexiona en base a las siguientes preguntas: - ¿El camino lo podrían hacer solas? - ¿El apoyo sororario de las otras permitió que se llegara a la meta? - ¿Cómo se relaciona el juego con la vida de las mujeres? - ¿Es importante el trabajo en grupo?
Actividad 4 Sororidad de las mujeres desde nuestras diferencias y diversidad	Se ejecuta la técnica, la torre de papel, consiste en dividir el grupo de acuerdo con la cantidad de personas, se les entrega papel y se les indica que deben construir la torre más alta. Cuando termina el trabajo reflexionan sobre las siguientes preguntas: - ¿Las mujeres que están en cada grupo son todas iguales?, ¿tienen el mismo interés y necesidades? ¿Reconocemos diferencia de acuerdo a nuestra edad, nivel educativo y lugar? - ¿Cómo aprendemos la sororidad entre mujeres? - ¿Qué significa para cada una aprender la diversidad y respetarla?

Fuente. Tomado de Castillo, 2017, en INAMU, 2013.

En la investigación de Tamayo titulada Construyendo una pedagogía de la sororidad desde la casa cultural tejiendo sororidades de Cali (Colombia). Se tuvo como objetivo caracterizar la experiencia de las mujeres dentro de la casa cultural, para su ejecución se desarrollaron 3 dimensiones. La primera tenía como fin la reconstrucción de la experiencia de la sororidad, a través de la participación de sus principales actores y así identificar sentidos, actividades, y referentes teóricos. En la segunda se interpretó su lógica interna y los aprendizajes significativos para su fortalecimiento, en la tercera se potenció la experiencia de la sororidad en la casa cultural, identificando su incidencia dentro de la vida de las mujeres en Cali. Esto con el objetivo de construir una pedagogía sorora la cual parte de la creación de diferentes círculos de mujeres en los cuales son fundamentales las relaciones de hermandad entre las mujeres, destacando aspectos como

La construcción de intereses comunes a partir de las opresiones de género en la cultura patriarcal. El actuar a partir de esos intereses para mejorar las condiciones de las mujeres desde la perspectiva de sus derechos y la erradicación de las violencias contra las mujeres a través del diálogo de saberes. (Tamayo, 2016, p.30)

“El ser reconocida por la otra, refuerza la autoestima, la confianza en una misma, ayuda a tomar decisiones” (Batliwala Srilatha, 1998, en Tamayo). Con las mujeres participantes se apoya este proceso a través de la pedagogía sororal, proporcionando espejos afirmativos para la construcción de su identidad, reconociendo su cuerpo, sanando sus vidas.

Se realizaron 9 círculos de mujeres a partir de ellos se dio cuenta del tipo de relaciones que se establecen entre las mujeres, es el centro de esta pedagogía sorora. Estas relaciones se basan en el respeto por cada una, reconociendo sus diferencias y diversidad asumidas. Relaciones de igualdad. Construcción de confianza y equidad. Son relaciones que promueven

la autoestima y la autonomía. Para ello se debe gestionar la participación y escucha activa de cada participante, el lenguaje corporal es fundamental para transmitir estas relaciones.

La investigación de Erazo, Jiménez y López, titulada Empoderamiento y liderazgo femenino; su papel en la autogestión comunitaria en el corregimiento El Hormiguero – Valle del Cauca da a conocer el papel del empoderamiento de la mujer y la forma como su rol es fundamental en ámbitos económicos, sociales y medioambientales, convirtiendo un liderazgo transformacional que permite un espacio para que sus voces sean escuchadas, de acuerdo con Zapata

El empoderamiento es un proceso personal, cada mujer tiene que empoderarse a sí misma, no es posible hablar de dar poder a otras personas. No obstante, sí se pueden abrir espacios y dar posibilidades para que se desarrolle este proceso, de ahí la importancia de crear conciencia de la discriminación de género y del compromiso de las organizaciones como agentes facilitadores de este (Zapata et. ál., 2002, en Erazo, 2014)

La investigación se desarrolló con 20 mujeres líderes, la mayoría de ellas son mujeres adultas entre los 57, se les realizó una entrevista, a partir de la información se escogieron 6 mujeres para hacer entrevistas a profundidad con el fin de conocer sus historias de vida por medio de sus relatos, transmitiendo su memoria personal y/o colectiva. En esta dimensión se explora la percepción que tienen las mujeres de sí mismas y se señalan las cualidades y características que las definen como líderes, con poder de aportar a su comunidad, para esto fueron ingresando por medio de talleres o capacitaciones y la interacción con otras mujeres les permitió conformar asociaciones y vinculación en nuevas actividades, no solo de aprendizaje, sino también de labor sociales. A través de sus relatos se evidenció la importancia que tiene la intervención comunitaria, ya que les ha permitido fortalecerse, autoafirmarse y pasar de

espacios privados a constructoras de lo público. Además, las capacitaciones les permitieron desarrollar un sentimiento de mayor autoestima, de reconocimiento de sus propias cualidades y capacidades.

En la investigación de Riba titulado *Memorias De Mujeres: La sororidad como experiencia de empoderamiento para resistir a la violencia patriarcal* se realiza una lectura del papel de la mujer dentro de la sociedad y las formas como la sororidad permite construir empoderamiento femenino. Lagarde y de los Ríos afirman que

La sororidad es una dimensión ética, política y práctica del feminismo contemporáneo. Es una experiencia de las mujeres que conduce a la búsqueda de relaciones positivas y la alianza existencial y política, cuerpo a cuerpo, subjetividad a subjetividad con otras mujeres, para contribuir con acciones específicas a la eliminación social de todas las formas de opresión y al apoyo mutuo para lograr el poderío genérico de todas y al empoderamiento vital de cada mujer. (Lagarde y de los Ríos, 2012, en Riba, 2016)

Dentro de las reflexiones a las que llega Riba (2016) en su texto, cabe destacar que la sororidad se manifiesta por medio de movimientos de mujeres que construyen redes, tejidos, mosaicos, para así ligar aquellas dinámicas vividas y producidas por ellas mismas y también por otras mujeres con diversas magnitudes, madurez, recursos, oportunidades y desafíos. Dichos movimientos se encuentran presentes en casi todas las épocas, las regiones y culturas permitiendo pensar sobre la importancia de la otra mujer para construir un mundo libre de violencia.

Capítulo 2: Aproximación del trabajo de investigación desde una mirada sistémica.

En este capítulo presentaré los procesos que se llevaron a cabo para la construcción de esta investigación, comenzaré con el planteamiento del problema ya que esta es la razón por la cual se realizó la investigación, también se abordarán los objetivos, el paradigma y los referentes conceptuales que dan respuesta a cómo se entiende cada uno dentro de la investigación. Por último, abordaré la metodología con el fin de dar a conocer el desarrollo del trabajo de campo, tanto operativo como en su recolección.

2.1 Planteamiento del problema.

La sociedad patriarcal en la que viven miles de mujeres está regida por comportamientos y estereotipos masculinos que moldean su self, el problema que evidenció a lo largo de las revisiones documentales es que el fenómeno de la rivalidad femenina surge a partir de la reproducción de conductas masculinas y estas se encuentran estructuradas desde ecosistemas como la familia y todo tipo de instituciones donde ésta se movilice, es decir colegios, iglesias, empresas, etc. Al concebir la feminidad desde lo masculino, teniendo una autopercepción de esta, la mujer no tiene libertad para identificarse y construir su self de forma autodeterminada.

En este sentido surge el problema ético de esta investigación ya que a partir de diferentes cifras he podido comprender la magnitud que tiene el problema de la rivalidad femenina, de acuerdo con la firma británica Demos “rastreo los tuits producidos en Reino Unido del 23 de abril hasta el 15 de mayo de 2016 con palabras ofensivas para las mujeres. Los resultados concluyen que hasta 6.500 personas recibieron alrededor de 10.000 mensajes misóginos. Un 50 por ciento de los comentarios misóginos publicados en la red social vienen de perfiles

femeninos” (Fucsia.co). La rivalidad, la competencia o la envidia son algunos de los motivos por los que algunas mujeres prefieren construir una amistad con hombres.

De acuerdo con la revista *Semana*, Kelly Valen en su libro *Twisted Sisterhood: Unraveling the Dark Legacy of Female Friendships*, entrevistó a 3.020 mujeres entre 15 y 86 años, de diferentes lugares de Estados Unidos, para conocer sus relaciones con otras mujeres. Según el artículo de la revista *Semana*, la autora encontró que el 84% de las encuestadas dijeron haber sufrido por culpa de otras mujeres, el 88% había sentido mezquindad y negatividad y cerca de 1.000 entrevistadas aceptaron haber padecido de depresión por problemas entre ellas. Así mismo, el 75% por ciento dijeron sentirse heridas por los celos o la rivalidad de una amiga”. (Valen, 2010, en *Revista Semana*, 2010). Comportamientos como este o los que se ven dentro de instituciones educativas de agresividad y violencia entre las estudiantes permiten visualizar y dar una idea de la importancia que tiene el abarcar la deconstrucción de la rivalidad femenina.

Por otra parte, es importante estudiar la rivalidad femenina como una problemática y no solo como una violencia micro social, de acuerdo con Torres, estas violencias en comparación con las violencias instrumentales, que son el resultado del conflicto interno que vive el país y por presentarse en pequeña escala, no se les brinda la atención que requieren. A estas violencias también se les denomina “impulsivas, difusas, internas... o “pequeñas violencias de la vida cotidiana”, las cuales son el producto del conflicto social, a través de las cuales se pierde el “lazo social” y generan deterioro en la red de relaciones existentes en las instituciones sociales primarias como la familia y la escuela (García, 2003, en Torres, 2012). El comprender y manejar la rivalidad femenina de forma micro, da paso a una carencia de la atención necesaria, propiciando la reproducción de conductas violentas entre mujeres.

Dentro de los estudios investigados encontré dos vacíos que son fundamentales para realizar mi proyecto de investigación, la mayoría de fuentes manejan una metodología cualitativa, las entrevistas o los grupos focales permiten obtener más información respecto al fenómeno que manejan, sin embargo, es pertinente plantear el proceso de deconstrucción de la rivalidad femenina por medio de la sororidad; para dar cuenta de esto realizaré una triangulación metodológica con el fin de comprender los 3 puntos claves que sostuvieron mi investigación. Dentro del fenómeno social, abordé la deconstrucción de la rivalidad femenina la cual surge de la necesidad humana de construir vínculos sororos entre mujeres los cuales aportaron a su bienestar, pero este podría trabajarlo con el proceso psicológico del self ya que a partir de este sería posible conocer inter e intra psicológicamente a las participantes de mi investigación.

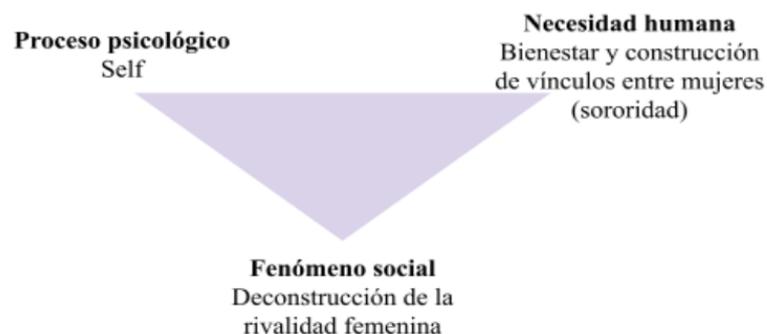


Figura No 1. Triangulación metodológica.

Planteo mi investigación de esta forma puesto que otro de los vacíos que encontré es la falta de información respecto al self dentro del fenómeno de la rivalidad femenina, y las dinámicas del self en la deconstrucción de la rivalidad femenina por medio de espacios sororos con el objetivo de fortalecer lazos entre mujeres, de manera que la pregunta de investigación de mi proyecto es ¿De qué manera la sororidad transforma el self de las mujeres que construyen sus relaciones femeninas en una dinámica de rivalidad?

2.2. Objetivos.

2.2.1 Objetivo general.

Comprender las dinámicas del self a partir de la deconstrucción de las relaciones femeninas basadas en la rivalidad por medio de espacios sororos.

2.2.2 Objetivos específicos.

- Comprender el significado de las redes de rivalidad femenina desde las experiencias de las mujeres.
- Reconocer la dinámica del self de las mujeres a partir de las relaciones construidas entre ellas.
- Interpretar la interacción entre mujeres por medio de un espacio seguro que permita construir significados sobre la sororidad.

2.3 Marco teórico y referentes conceptuales.

El marco teórico desde el cual se desarrolla este trabajo investigativo se basa en una epistemología sistémica que a su vez permite orientar la comprensión de los ejes centrales del interés de esta investigación: Self, rivalidad femenina y sororidad.

Para comenzar es fundamental resaltar que lo sistémico complejo se orienta hacia la comprensión de las relaciones entre elementos, subsistemas, estructuras o procesos que conforman un mundo diverso y heterogéneo (Garciandía, 2011). Aunque uno de los elementos centrales de la teoría de sistemas es la idea de que un sistema no son las partes que lo conforman, sino las relaciones que se generan entre estos y la forma como se da su organización.

De acuerdo con el interés de lo sistémico hacia las relaciones entre los elementos de un sistema, Garcíandía (2011) nos dice que lo sistémico complejo implica un pensamiento que le da total importancia al establecimiento de redes entre ideas y conceptos, conexiones entre elementos y una visión sobre un universo conectado. Por eso, este paradigma permite tener una comprensión más extensa de los fenómenos al momento de abrir los medios para entender la interconexión que se da entre los elementos de un sistema.

A partir de una visión multidimensional, de acuerdo con Morin en la teoría de los sistemas, se plantea que

Un sistema es una interrelación de elementos que constituyen una entidad o unidad globales. Tal definición comporta dos caracteres principales: el primero es la interrelación de los elementos y el segundo es la unidad global constituida por estos elementos en interacción (...) se puede concebir el sistema como unidad global organizada de interrelaciones entre elementos, acciones o individuos (Morin, 1993, P. 123-124).

De acuerdo con esto, lo multidimensional se enlaza a la idea de que no es factible entender un sistema complejo a partir del análisis individual de sus componentes, sino que es importante revisar las propiedades emergentes que se dan entre las relaciones dinámicas con otros sistemas, debido que su identidad como sistema no es construida aisladamente sino en una relación orden-desorden entre lo uno y lo diverso (Barberousse, 2008).

Además, esta teoría trata de una concepción estructurada o metodología que tiene como propósito estudiar el sistema como un todo, de forma integrada, tomando como base sus componentes y analizando las relaciones e interrelaciones existentes entre éstas y mediante la aplicación de estrategias científicas, conducir al entendimiento del sistema. (Tamayo. 1999).

Entonces, exponemos que la aplicación de procesos en un sistema permite que al sistema se le den alternativas para comprender la cotidianidad sustentando que la metodología abarca un sentido razonable y subjetivo del sistema de relaciones asociado a diversas problemáticas.

De acuerdo con lo anterior, estas vinculaciones se entretajan, cambiando los comportamientos y formando nodos que conectan todas las partes (personas que hacen parte del sistema) con el universo de las mujeres ya que las diversas relaciones que conforman van retroalimentando y transformando su self.

Para esto trabajé con sus vivencias de rivalidad femenina a lo largo del tiempo con el fin de entender cómo esto han ido cambiando a lo largo del tiempo y así poder comprender el sistema de conexiones intersubjetivas tanto positivas como negativas que han venido desarrollándose a lo largo de sus vidas, conociendo a fondo sus experiencias y rupturas emocionales desde la lógica de sus vivencias, entretajando todas estas emociones y memorias con otras mujeres que han construido relaciones femeninas de rivalidad.

- **Self.**

Este concepto lo he retomado desde la perspectiva de Balbi, el cual afirma que el self es “un proceso abierto de autoconciencia, en continua reorganización” (Balbi, 2002, en Zambrano 2018). Desde la postura del autor, el sujeto vivencia el self a partir de dos posiciones, en la primera el sujeto es el protagonista de la experiencia que está viviendo, denominándose –yo-, por otra parte, en la segunda posición, el sujeto es su propio observador de la experiencia vivida, denominándose -mi-, de manera simplificada, el autor quiere decir que el self es “comprender la autoconciencia humana, como la experiencia peculiar de un ser viviente, que es al mismo tiempo capaz de percibir y evaluar su propia experiencia vivencial” (Balbi, 2002, en Zambrano, 2018).

Sin embargo, desde la postura de Hermans el self “en su organización, identidad y funcionamiento no es monolítico, no está organizado alrededor de un núcleo fijo, precisamente por su actividad constructiva en el relato emergente en la interacción narrativa o narrativa conversacional" (Hermans, 1999, en Estupiñán & González, 2015). Sin embargo, entendiendo el self como un sistema este es potencialmente abierto a transformaciones, auto organizante reflexivamente en los actos narrativos, organizadores e interpretantes de la experiencia situada del sujeto, este debe entenderse como un diálogo problémico (a veces roto y problemático) entre múltiples ‘versiones identitarias’ de la persona y por extensión, de los grupos (Estupiñán & González, 2015, p. 60).

- **Rivalidad.**

Este concepto lo retomó desde un contexto histórico, la rivalidad histórica de las mujeres está marcada por este desencuentro entre homólogas genéricas, que expresa la desagregación de la mujer en buena y mala, en madre e hija ... el mundo se organiza a partir del antagonismo y la dialéctica entre yo y la otra. (Lagarde, 2012, p. 473).

La rivalidad entre mujeres es producto de una envidia oculta, creando frustraciones y carencias que generan el ataque y destrucción de las demás, de acuerdo con Moreno es así como se reproduce este fenómeno debido que muchas mujeres “no confían en las otras, al verlas como rivales ante los hombres, porque piensan que es una competencia que les quita oportunidades o bien porque piensan que el género femenino es inferior. (Moreno, 2014, en Castillo, 2017). A partir de esta ambivalencia ellas rivalizan como resultado de un sistema patriarcal que ha desvinculado a las mujeres; tomando el papel de encasillar, desunir y construir enemistad, dejando de lado la idea de crear alianzas y pactos entre ellas.

Lagarde dice que “las relaciones amor/odio entre las mujeres están siempre atravesadas por la envidia que funda la rivalidad entre nosotras. En el mundo patriarcal esta rivalidad encuentra su fundamento y se reproduce en la competencia permanente por ocupar un sitio en él” (Lagarde, 2012, p. 287) Dando lugar a la inferioridad de la otra con el fin de generar algo bueno en sí misma, careciendo de empatía ante sus iguales y así causando daño a otras mujeres, es así que se da una ruptura en las relaciones entre mujeres y es difícil construir lazos de empatía y sororidad.

Además, la misoginia cumple un papel fundamental dentro de la rivalidad, debido a que hay ira y competencia, “Cada quien, la concentra en otras mujeres que están en otro nivel económico y social, otra clase, otra etnia, otra edad, otra condición. Por misoginia, se envidia, rechaza, desprecia o se anhela lo que es la otra. Es posible detectar la misoginia por la intensidad afectiva, por la irascibilidad, los conflictos y la manera de enfrentarlos, y por las conductas dañinas” (Lagarde, 2012, 524).

- **Sororidad.**

De acuerdo con las feministas italianas y francesas a mitad del siglo XX, Giselle Halimi, llama a esta nueva relación entre mujeres, Sororite, esto significa la amistad entre mujeres diferentes y pares cómplices que se proponen trabajar, convencer y crear. Esto “va más allá de la solidaridad, implica la modificación de las relaciones entre mujeres, para apoyarse y lograr las alianzas en la lucha social”. Castillo, 2017 (Lagarde, citado por Pérez, 2014). Esta es la dimensión feminista prioritaria que permite consolidar la herencia de la que somos portadoras y nuestra construcción vital. “El pacto sororario es el más terrenal de los pactos y es el fundamento ético de las prácticas políticas entre mujeres para deconstruir la enemistad patriarcal, el racismo, el adultismo, y todas las formas de supremacía, desigualdad y

dominación entre las mujeres, con acciones prácticas de cooperación, alianza y sustentabilidad entre nosotras” (Lagarde, 2012 p.420)

La unión entre mujeres permite propiciar el cambio y la lucha colectiva, desmitificando el sistema patriarcal y rompiendo las culpas que se les han sido impuestas por parte de la sociedad, con el fin de potenciar pactos y las alianzas entre ellas, y así defender y luchar por sus derechos. Lagarde (2012). Este ha sido un descubrimiento y una innovación ética y política que ha permitido construir la igualdad entre mujeres. La sororidad es política en tanto pacto de alianza que deconstruye la misoginia y construye la igualdad entre las mujeres. Con la mismidad, conforma la mayor transgresión del patriarcado. Es la sororidad la real capacidad de incidencia, negociación y avance colectivo de las mujeres (Lagarde, 2012, p. 421).

Desde la sororidad es posible pensar un cambio y la construcción de espacios entre mujeres con el objetivo de transformar y crear oportunidades, “Crear colectivos de mujeres unidas, para una o varias causas en común va más allá de la voluntad y hasta la conciencia política, hay que corazonar los acuerdos uno a uno sopesando sus significados y dándonos espacios para hablar (Olivera, 2014, en Castillo, 2017). Esto permite construir relaciones positivas y seguras entre mujeres para crecer y liberarse, juntas.

- **Socialización de género.**

Para definir la socialización es primordial comprender que este hace parte del crecimiento personal, permite aprender aquellas normas y comportamientos sociales que son aceptados o esperados por cada ser humano, dependiendo del rol que ha sido impuesto para cada sexo,

desde antes de nacer, es decir que la sociedad patriarcal posiciona los roles masculinos en un espacio público y a los roles femeninos en un espacio privado.

Desde esta perspectiva las mujeres se encuentran sujetas al poder masculino, los mandatos sociales son transmitidos generacionalmente, sosteniendo estereotipos de género y restringiendo las alianzas en las relaciones femeninas debido a que se convierten en supervisoras de los roles (entre ellas) y quien no cumpla, será tildada de diferentes formas negativas, generando enemistad, envidia, competencia, rivalidad y/o rechazo. (INAMU, 2017, p.20).

Es decir que hay un control social respecto al rol femenino, donde se “fomenta la adquisición de las características apropiadas para cada sexo y desalienta la adquisición de otras características definidas como propias del otro sexo.” (Carcedo y Sagot, 2000, en Castillo, 2017), entonces, no es permitido que las mujeres tengan autonomía, ni piensen en ellas de forma libre, anulando toda posibilidad de reconocerse como ser humano con capacidades y potencialidades, puesto que esto hace parte exclusivamente del rol masculino.

Los roles que la sociedad ha trasladado a las mujeres se transforman en mecanismos desempoderados, estos se definen, como una pesada mochila “cultural y psicológica, que cargan las mujeres relacionadas con sus creencias y percepciones, con respecto a su identidad, que afecta tanto su mirada intrapersonal como sus interacciones interpersonales y que limita sensiblemente su desarrollo, tanto en el plano personal como social.” (INAMU, 2012, en Castillo, 2017).

- **Género.**

El género obedece a las construcciones socioculturales transmitidas generacionalmente, otorgando el termino de masculino y femenino. De acuerdo con Lamas, el género es un

conjunto de prácticas, creencias, representaciones y prescripciones sociales que surgen entre los integrantes de un grupo humano con el fin de diferenciar anatómicamente a hombres y mujeres por medio de símbolos. Lamas, 2000. Desde la perspectiva de otros autores, la masculinidad y la feminidad son expectativas construidas socialmente y no categorías determinadas por la condición biológica.

Al igual que otros mandatos derivados de la clase social o la etnia a la que se pertenece, el género también ejerce una poderosa influencia en las relaciones sociales de los seres humanos, sus posibilidades en la vida, oportunidades y acceso a los recursos de la sociedad”. (Carcedo y Sagot, 2000, en Castillo, 2017). Sin embargo, la clasificación cultural define diferentes ámbitos de la vida cotidiana como la división de trabajo, prácticas, rituales y el ejercicio del poder, pero también determinan a cada sexo por medio de características exclusivas de cada uno respecto a lo moral, psicológico y afectivo.

Por otra parte, cada integrante de un grupo humano (hombres y mujeres) son educados socialmente de formas distintas, generando desigualdades y discriminación a lo largo de la historia contra las mujeres, estos patrones culturales asumidos por mujeres y hombres generan rivalidad, provocando la necesidad por ellas de enemistarse con las otras, desde esta perspectiva, el género tiene poder en la cultura. Castillo (2017). Puesto que “el género produce un imaginario social con una eficacia simbólica contundente y, al dar lugar a concepciones sociales y culturales sobre la masculinidad y feminidad, es usado para justificar la discriminación por sexo (sexismo) y por prácticas sexuales (homofobia).

- **Patriarcado.**

Este es percibido como “un sistema que justifica la dominación sobre la base de una supuesta inferioridad biológica de las mujeres.” (Facio, 2002, en Castillo, 2017). Esta inferioridad es tomada por parte de los hombres, puesto que ellos son vistos como el sexo fuerte, esta

dominación se da a partir de “el conjunto de relaciones sociales entre los varones, relaciones que, si bien son jerárquicas, establecen vínculos de interdependencia y solidaridad entre ellos para dominar a las mujeres” (Hartmann, 1980, en Cobo, 1995).

Sin embargo, esta dominación también se da entre ellos, según Claramunt la sociedad patriarcal es vista como una “organización social basada en un sistema jerárquico de poder y gobierno masculino. Los hombres tienen el privilegio de control y el dominio no solo en la organización social, sino de los miembros de la misma” (Claramunt, 2006, en Castillo, 2017. pág 32.). Es decir que existen formas de dominación intergenérica e intragenérica, incluyendo la dominación jerárquica y el supremacismo de unos hombres sobre otros hombres y de unas mujeres sobre otras mujeres, esta dominación patriarcal se basa en las condiciones de sexo-género y edad, combinándose con otras condiciones de poder haciendo de esta una dominación violenta, de acuerdo a Kate Millett “Si consideramos el poder patriarcal como una institución en virtud de la cual una mitad de la población, es decir, las mujeres, se encuentra bajo el control de la otra mitad, los hombres, descubrimos que el patriarcado se apoya sobre dos tipos de relaciones: el macho ha de dominar a la hembra y el macho de más edad ha de dominar al más joven. (Millet, en Lagarde, 2012).

Las marcas que ha dejado el patriarcado han tenido un alto costo en la vida de las mujeres, por años este sistema ha aprisionado la libertad de expresión y la autonomía de las mujeres, construyendo mujeres inseguras y dependientes de diferentes ámbitos respecto a su identidad femenina.

2.4 Metodología de investigación.

Para poder alcanzar los objetivos establecidos se utilizó el enfoque de investigación cualitativo ya que hace posible de forma descriptiva las percepciones, emociones, creencias y sentimientos de las participantes, estos elementos contribuyen a la construcción de los análisis permitiendo producir conocimiento a partir de la realidad de ellas, recuperando las subjetividades y experiencias como un hilo de tejido vivo que se entrelaza en las narrativas de cada una. De acuerdo con Sandoval la investigación cualitativa permite

recuperar la subjetividad como un espacio de construcción propio de la vida humana, reivindicar la cotidianidad como un escenario básico para comprender la realidad sociocultural y recuperar la intersubjetividad y el consenso, como medio para llegar al conocimiento válido de la realidad humana. (Sandoval, 2002, p. 34).

2.4.1 Técnicas e instrumentos.

Las técnicas empleadas para la recolección de información fueron la narrativa conversacional, la escala de diferenciación del self y grupo focal; de acuerdo con Estupiñán & González (2015), la narrativa conversacional se entiende como un proceso interactivo entre los narradores y el investigador, debido que hay una participación activa por parte de todos los actores, dando paso a la reconfiguración de percepciones, sentidos y significados de las experiencias vividas en determinados contextos.

Esta investigación se encuentra orientada a la construcción narrativa de las experiencias por parte de las mujeres y de la investigadora, dándose una coparticipación “*en la estructuración de contextos, escenarios y procesos de conversación que interpretan y dan sentido a la experiencia organizando relatos y discursos*” (Estupiñán, 2015, p. 93). Por otra parte, esta técnica no requiere un guion estructurado el cual se deba seguir al pie de la letra,

sin embargo, permite elaborar un instrumento de guía que ayude a la investigadora a transitar por diversos contextos o ejes de interés.

El instrumento de esta técnica consta de una guía la cual tiene una estructura de introducción en donde me presento, explico el objetivo de la investigación, el camino que desarrollaremos en la conversación, el diligenciamiento de la EDS al terminar la conversación y como se abordará el próximo encuentro, esta guía cambio de acuerdo a cada encuentro ya que su método reflexivo se encuentra en movimiento constante, lo cual lo diferencia de una entrevista estructurada.

La segunda técnica que se utilizó fue la escala de diferenciación del self, este es un constructo multidimensional que hace referencia a la capacidad intrapsíquica para distinguir los procesos emocionales de los procesos cognitivos, y la capacidad interpersonal para mantener conexiones con los demás mientras se conserva un yo autónomo (Bowen, 1989, 1998; Kerr & Bowen, 1988, en Oliver & Berástegui, 2019). De acuerdo con Bowen el nivel de diferenciación del self de cada persona se consolida a lo largo de la adolescencia y permanece relativamente estable el resto de la vida, aunque algunas experiencias vitales posteriores o un esfuerzo estructurado para incrementarlo pueden generar cambios en el nivel de diferenciación. (Kerr & Bowen, 1988, en Oliver & Berástegui, 2019). Este instrumento pretende evaluar los principales componentes de la diferenciación del self a partir de 74 ítems, donde se encuentran los componentes intrapsíquicos los cuales se conforman por:

- La reactividad emocional, esta es “la tendencia a responder a los estímulos ambientales de forma lábil, descontrolada y con respuestas emocionales autónomas” (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).
- La posición del yo es cuando se tiene “el sentido de uno mismo definido con claridad, con el establecimiento de metas propias, con la capacidad para distinguir los propios

pensamientos de los pensamientos y sentimientos de los demás y con la capacidad para adherirse racionalmente a las propias convicciones incluso cuando está bajo situaciones de tensión” (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).

Y también se encuentran los componentes interpersonales conformados por:

- La fusión con los otros se expresa “con la tendencia a pensar, sentir y actuar como los demás, la necesidad constante de aprobación y la escasa expresión de los propios criterios para evitar conflictos y desacuerdos” (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).
- El dominio de los otros, este “se ve reflejado en las posturas dogmáticas, en una mala tolerancia de las diferencias de opinión y en la presión emocional a los demás para que se adapten a los propios intereses” (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).
- El corte emocional surge cuando “se manifiesta a través de la evitación de la intimidad y la continua distancia física o emocional de los demás” (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).

Por último, el tercer instrumento que se utilizó fue el grupo focal, este facilita la discusión y activa a los participantes a comentar y opinar aún en aquellos temas que se consideran como tabú, lo que permite generar una gran riqueza de testimonios, de acuerdo con Martínez-Miguel, el grupo focal “*es un método de investigación colectivista, más que individualista, y se centra en la pluralidad y variedad de las actitudes, experiencias y creencias de los participantes, y lo hace en un espacio de tiempo relativamente corto*” Martínez. M. Pág 3.

Esta técnica permite explorar los conocimientos y experiencias de las mujeres en un ambiente de interacción, conociendo lo que la mujer piensa, cómo piensa y por qué piensa de esa manera. Plantee como técnica trabajar en grupo focal ya que me permitirá tener un

espacio donde las mujeres que han vivido rivalidad femenina interactúan por medio de las prácticas dialógicas y colaborativas.

Así que como instrumento usé las prácticas dialógicas y colaborativas ya que por medio del diálogo se puede construir con la otra mujer para poder conocerse y reconocerse mutuamente. Para llevar a cabo la práctica dialógica he construido una estructura sobre aspectos que hacen parte del diálogo.

- Conocer el significado que tiene cada una sobre la rivalidad femenina y si este se ha transformado desde el espacio de la conversación narrativa.
- Co-construir una historia alterna sobre nuevos significados acerca de dicho proceso, acorde a sus deseos y expectativas que amplíe la comprensión de sí mismas a través del diálogo reflexivo.
- Conocer a través de la voz de las participantes, cuál es su percepción de calidad de vida con relación a las relaciones femeninas y su percepción acerca de deconstruir estas rivalidades
- Explorar las estrategias de sororidad y los vínculos existentes entre las mujeres que impactan en la manera de responder a las diversas circunstancias a las que se enfrentan día a día.

2.4.2 Trabajo de campo.

La realización del trabajo de campo, el cual estaba pensado para hacerse de forma presencial en la ciudad de Bogotá tuvo que ser replanteado debido a la emergencia sanitaria de Covid-19, por esta razón las narrativas conversacionales, la EDS y los grupos focales se realizaron de forma virtual por medio de la plataforma de Zoom.

La estrategia utilizada para contactar a las mujeres fue la bola de nieve, a través de la difusión de una convocatoria a participar de la investigación por medio de un flyer subido a redes sociales como WhatsApp e Instagram. A cada participante se le explicó los espacios que se iban a manejar, la forma como se harían y el tiempo de disponibilidad que se necesitaría para poder realizarlo; a partir de esto fui agendando fechas para realizar la conversación narrativa y la EDS y reagendando las citas de mujeres que no podían, cabe mencionar que en el primer encuentro se le informó a las participantes el objetivo de la investigación y se les preguntó si autorizaba el uso de la información suministrada la cual sólo tiene fines académicos y es completamente anónima.

Se realizaron 14 narrativas conversacionales de forma virtual, al igual que 14 diligenciamientos de la EDS. Por otra parte, para el grupo focal se creó un grupo en WhatsApp con todas las participantes para poder acordar las fechas del encuentro, en este se les envió un formulario de Google forms que tenía diferentes horarios para conocer la disponibilidad de tiempo que tenían, (una participante no contestó al grupo así que no estuvo en este espacio). Sin embargo, a partir de las respuestas de las otras mujeres se plantearon dos fechas en las cuales el primer grupo se conformaría por 6 participantes y el segundo grupo con 8.

El día del encuentro cancelaron 4 mujeres, así que se reprogramaron para el segundo grupo ya que tenían disponibilidad, sin embargo, en el segundo encuentro 3 mujeres no estuvieron en todo el espacio ya que falló su internet, tenía otro compromiso más tarde y no se pudo llegar a conectar.

Los nombres de las entrevistadas no aparecen en la investigación con el fin de resguardar su identidad, para ello se les asignó un rótulo, a pesar de que no todas las mujeres hicieron parte de las 3 técnicas, se les rótulo con la letra M a las participantes que estuvieron

en los 3 espacios (M2, M3, M4, M6, M7, M8, M9, M11, M12 Y M13); a las participantes que no estuvieron en el grupo focal se les rotuló con la letra N (N1, N5, N10, N14).

Para interrogar el material recolectado, se realizaron las transcripciones de las narrativas conversacionales y los grupos focales, posteriormente se construyeron dos matrices de tabulación (una para consignar las narrativas de las conversaciones y otra para las conversaciones de los grupos), que permitieron analizar la información obtenida a la luz de las categorías planteadas en la matriz metodológica y las que surgieron de forma emergente en las conversaciones las cuales tuvieron relación con los ejes temáticos propuestos en el marco teórico y conceptual (Self, rivalidad y sororidad). A continuación, se presentan las categorías emergentes con su descripción.

1. **Reconocer:** Este se centra en la forma como volvemos a nosotras mismas de forma constante, entendiendo que para poder construir nuestro self es necesario dar cuenta de lo que somos, lo que estamos haciendo, lo que sentimos y queremos en cada momento para así tener un espacio de introspección y confrontación.
2. **Autocuidado:** Cuidar de sí misma tanto física como emocionalmente, aprender a escuchar el cuerpo para conocer lo que está pidiendo, tener espacios para cuestionar y sanar lo que está doliendo, aprender a transitar por lo que se está sintiendo y construir herramientas o espacios que ayuden a tener ese cuidado.
3. **Moldearse a otros:** No tener claro quién soy yo y quién es la otra, teniendo pensamientos, ideas y acciones que son de otras personas, a pesar de que no se esté completamente de acuerdo con lo que se está haciendo.
4. **Repensarse:** Teniendo una idea más clara de quién soy yo y quién es la otra, surgen preguntas fundamentales que permiten generar un cambio tanto en quién las piensa como en su entorno.

5. **Familia:** Es el sistema de interacción más cercano al individuo, el cual le enseña normas para que éste defina y cree su conducta a partir de valores sociales, religiosos, tradicionales y políticos para así poder interactuar con la alteridad, así como preservar su supervivencia (Hernandez,1998). Además de esto entiendo a la familia como una unidad ecosistémica que se encuentra estructurada pero también estructura a los miembros que hacen parte de esta, teniendo presente que esta estructuración es histórica.
6. **Intolerancia:** Se construye a partir de una envidia oculta que tiene como consecuencia la construcción de frustraciones y daño hacia los demás. Lagarde, (2012).

Después de esto, se transcribieron los resultados de las EDS y se sacaron los resultados de cada subescala, gracias a estas matrices fue posible realizar un proceso de triangulación de métodos que se dividió por grupos focales, tomando los resultados por subescala de la EDS, y las narrativas tanto de la 1ª técnica como de la 3ª. Teniendo claro esto, se tomaron las categorías establecidas y emergentes para construir los análisis, los cuales se encuentran acompañados tanto de las voces de las participantes, como de la teoría existente y la voz de la investigadora.

Para comprender mejor esto, se construyó un esquema de las triangulaciones que se hicieron, ya que, por medio de estas dos, fue posible construir los análisis.

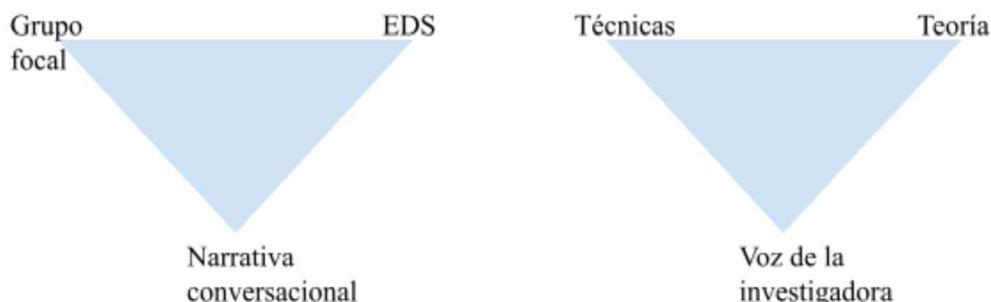


Figura No 2. Esquema de triangulaciones.

2.4.3 Caracterización del campo.

A continuación, se desarrolló una matriz de caracterización general de las participantes, en este se encuentran los nombres de las mujeres cambiados por los rotuladores mencionados anteriormente, su edad, ciudad de residencia, ocupación, semestre en caso de que se encuentre estudiando y universidad. Estos datos son fundamentales ya que permiten construir una contextualización de la población que participó en esta investigación.

Nombre	Edad	Ciudad de residencia	Ocupación	Sem.	Universidad
N1	21	Bogotá	Estudiante de idiomas	1°	Pontificia Universidad Javeriana
M2	20	Bogotá	Estudiante de psicología	8°	Universidad Externado de Colombia
M3	20	Bogotá	Estudiante de psicología	8°	Universidad Externado de Colombia
M4	20	Bogotá	Estudiante de psicología	8°	Universidad Externado de Colombia
N5	22	Bogotá	Estudiante de licenciatura en humanidades y lengua castellana	7°	Universidad Distrital Francisco José de Caldas
M6	20	Bogotá	Estudiante de nutrición y dietética	7°	Pontificia Universidad Javeriana
M7		Bogotá	Estudiante de psicología	8°	Universidad Externado de Colombia
M8	21	Bogotá	Estudiante de psicología	7°	Universidad Externado de Colombia

M9		Bogotá	Estudiante de psicología	10°	Universidad Externado de Colombia
N10	35	Bogotá	Licenciada en Educación Física, directora del club deportivo lotto all stars. Profesora de colegios en porras y gimnasia	Pregrado	
M11	21	Bogotá	Estudiante de ingeniería ambiental	9°	Universidad Militar Nueva Granada
M12	19	Bogotá	Estudiante de ingeniería electrónica	9°	Pontificia Universidad Javeriana
M13	48	Bogotá	Licenciada en pedagogía infantil	Pregrado	Universidad Incca de Colombia
N14	22	Bogotá	Estudiante de trabajo social	8°	Universidad Externado de Colombia

Tabla No 2. Caracterización de las participantes.

Capítulo 3: Hallazgos de la investigación

3.1 Conversación y tejido de experiencias entre mujeres del 1er grupo focal.

En este capítulo se encontrarán los hallazgos de la investigación, para dar cumplimiento a los objetivos he realizado un proceso de triangulación de métodos entre la EDS, la conversación narrativa y el grupo focal, dividiendo las participantes por medio de los 2 grupos focales realizados, es decir que en el primero tomé las voces de las mujeres 3, 4 y 8 tanto de este encuentro como de la conversación narrativa y la escala de diferenciación del self.

Para comenzar, es importante que comprendan el contexto en el cual se dieron los espacios con las participantes, el primer grupo está compuesto por 3 estudiantes de la universidad Externado, cada una de ellas estudia psicología y se encuentran en semestres diferentes. La conversación que tuve con cada una estuvo llena de comprensión, escucha, confianza y confidencialidad puesto que se tenía como objetivo crear un espacio seguro para cada una. Así mismo se llegó a tejer experiencias puesto que en la narrativa de unas se encontraba reflejada la vivencia de otra, llegando a una retrospectiva de esas situaciones en las cuales llegaron a ser rivales, amigas consigo mismas, descuidadas con sus relaciones femeninas, libres o dóciles.

Además, se llegó a conocer más sobre cada una a medida que las conversaciones narrativas y el grupo focal se iba construyendo, cada una de ellas contaba más sobre sus experiencias, dejando de lado los nervios de contar ciertas cosas a mujeres que no se conocían llegando a formar una conversación llena de sentir, seguridad y transformación; es por esto que por medio de los análisis de resultados quiero transmitir cada uno de los sentires que se vivió en estos espacios.

3.1.1 Conflictos entre el pensar y actuar de la mujer que ha pasado por experiencias de rivalidad femenina.

En la primera triangulación abordaré la subescala de reactividad emocional, la cual hace parte de la EDS, la rivalidad y sororidad como categorías establecidas en la formulación de mi tesis las cuales hacen parte del grupo focal y por parte de la conversación narrativa abordaré las categorías emergentes de sororidad y self.

De acuerdo con lo mencionado anteriormente se puede notar en los relatos de las mujeres que ellas tienen una percepción de cambio ya que se han encontrado en espacios que han sido violentos, competitivos, de rivalidad y pérdida de sí mismas, pero al transitar por estos ellas se han comenzado a encontrar consigo mismas de diferentes formas, ya que el proceso y la vivencia de cada una es completamente distinta.

Es por esto que comprendo algunas situaciones como el detonante de su cambio, debido que la transformación de su self viene desde hace tiempo, debido que este se encuentra reorganizando constantemente, entonces cada una de las situaciones que conforman a estas mujeres ha permitido que estas ideas de cambio se den genuinamente.

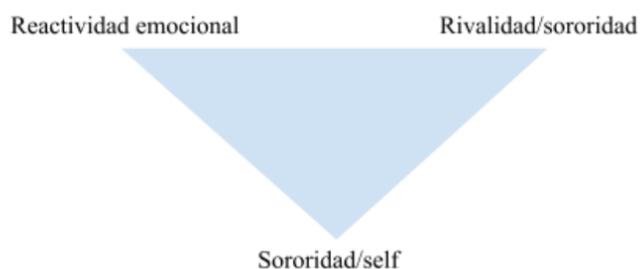


Figura No 3. Categorías de la 1a parte del primer grupo de triangulación.

Por medio de la EDS pude identificar la reactividad emocional de las 3 mujeres, teniendo como resultado 4 en una escala de 1 a 6, lo cual evidencia un poco de lejanía en su

diferenciación del self, esto quiere decir que “*confunden sus procesos cognitivos y emocionales*” (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2) ya que se encuentran en una especie de ambivalencia, según Oliver, J & Berástegui, A (2019). Por esto llegan a tener problemas de regulación de emociones, dificultad para desarrollar un sentido claro de sí mismos y pensar con claridad en situaciones estresantes.

Sin embargo, estos resultados dan a conocer que estas mujeres tienen una idea de cambio ya que no se encuentran en 6, donde habría una lejanía completa de su diferenciación del self, para complementar esta información abordé las otras dos técnicas. En el grupo focal estuvimos conversando a cerca de la forma como la rivalidad se encuentra inmersa en todos los aspectos de nuestra vida llegando a formar una competencia directa entre cada una de nosotras con cualquier cosa que se llegue hacer, la mujer 4 nos dijo “*horrible como toda está situación de competencia es super paila, me parece re violenta, es cierto, que día compartí una imagen, como bueno no va a conseguir alguien mejor, va a conseguir a alguien bueno para él o para ella, la vida no se trata de una competencia entonces siento que no es solamente la rivalidad entre mujeres sino que es la rivalidad de la vida de las exparejas de la familia, entre los hermanos donde el peor hermano es quien triunfa menos, entonces eso me parece como violento en todos los niveles de violentidad, me gustó esa palabra, pero no es esta idea, todo es re violento entonces uno va por la vida siendo así, como todo es una competencia con otro ser pues la vida no se basa en solo competir con tus amigas mujeres si te pones a pensar, uno compite con el fucking mundo todo el puto tiempo y es una vida muy agobiante*” (Mujer 4, 2021).

Esta narrativa la considero importante ya que habla de la rivalidad histórica, de acuerdo con Lagarde (2012) “*las mujeres están marcadas por este desencuentro entre homólogas genéricas, que expresa la desagregación de la mujer en buena y mala, en madre e hija ... el mundo se organiza a partir del antagonismo y la dialéctica entre yo y la otra*”

donde no se tiene un pensamiento de horizontalidad sino que comenzamos a construir dinámicas estructuralmente jerárquicas, las cuales tienen como consecuencia este tipo de rivalidad y competencia tanto entre mujeres como entre todos los aspectos que nos atraviesan como seres humanos, sin embargo es importante reconocer que esto está sucediendo para seguir avanzado.

Por medio del primer encuentro que se tuvo la mujer 3, cuenta la transformación que ha tenido desde hace año y medio, aproximadamente, en donde *“me doy cuenta de que yo no era mi prioridad tan, tan prioridad, que tal vez iba al gimnasio, pero no era por mí, que hacía estas cosas, pero tal vez no era tan por mí, ni por mi salud, ni bueno, entonces empiezo a darme cuenta, muchas cosas empiezan a cambiar. otras cosas en mi vida y empiezo a tejer espacios donde todo el mundo es una prioridad, donde no se trata de jerarquizar el amor y empieza a cambiar esta idea que tenía y como se llama entonces empiezo a dejar de no jerarquizar al amor, entender que sucede en diferentes dimensiones, no que una está encima de otra, sino lo que es como un plano así donde todo desaparece en el tiempo pero que yo soy el centro y que si yo no estoy bien en mi sentir y tomar mis espacios, pues los otros espacios empiezan como a tambalear un poquito”* (Mujer 3, 2020).

Por medio de este relato ella nos quiere expresar la importancia de reconocernos como nuestra prioridad respecto a todo lo que sucede externamente como amigas, pareja, familia, escuela, estereotipos, roles, etc. De esta forma ella comienza a ver un cambio en el cual deja de lado aquellas capas de ideas y pensamientos que son de otras personas y va reconociendo cuáles son sus ideales. Sin embargo, es fundamental entender que este es *“un proceso abierto de autoconciencia, en continua reorganización”* (Balbi, 2002, en Zambrano 2018) donde el self se va modificando con el tiempo y así como ella percibe este cambio pueden moldearse otros.

Este cambio que se va dando con el tiempo es notorio en la conversación del grupo focal ya que las mujeres comienzan hablar acerca de las contradicciones y el romanticismo que llega a tener la sororidad, puesto que se comienzan a construir espacios en donde no hay una horizontalidad del todo ya que entre todas se está aprendiendo y no hay una sola forma de ser sororas entre mujeres.

La mujer 8 nos dijo *“uno en ser sorora también es muy contradictorio, no, que el proceso también de aprender sobre la realidad está lleno de muchas contradicciones y que las contradicciones son válidas, creo que me lo cuestionaba alguien cercano a mí y me decía como este femi... hay viejas que somos feministas o quieren ser sororas, pero son muy contradictorias porque tienen actitudes que son violentas hacia otras, me decía eso, y es lo que a mí me cuesta al llamarme feminista o de ser sorora o de querer estar en esos espacios, estas contradicciones”*. (Mujer 8, 2021).

Entonces, por medio de estas contradicciones se comienza a desunir un imaginario que se tiene de amor entre mujeres el cual debe darse de forma racional y emocional, ya que es importante que este espacio sea cómodo y de confianza para todas, ya que según Giselle Halimi, nos dice que la sororidad *“significa la amistad entre mujeres diferentes y pares, cómplices que se proponen trabajar, crear, y convencer”*. (Lagarde y de los Ríos. 2012. pág 486).

Esta idea la pude reconocer en las voces de estas mujeres, ya que han llegado a tener un grupo de mujeres que les ha permitido reconstruir esta idea de amistad y amor que se construye entre mujeres. La mujer 3 en la conversación narrativa dijo *“también que me ha pasado en la universidad y porque ellas también como que tenemos muchos puntos de vista diferentes, pero se puede tratar con amor, entonces como que o sea tú puedes hablar*

libremente de todos los temas que tú quieras y así no estés como de acuerdo, siempre va a haber como algo de respeto y amor hacia eso” (Mujer 3, 2020).

Entonces al construir un espacio de respeto por lo que se tiene entre ellas, por quienes son, ha transformado la forma de percibir las relaciones femeninas ya que se puede ver la sororidad en un grupo de mujeres que le está apostando al bienestar y cuidado entre ellas, teniendo como resultado un cambio en su forma de percibirse como mujeres.

3.1.2 El autocuidado y el reconocimiento femenino, aspectos fundamentales para la distinción de sentimientos y pensamientos entre el sí mismas y el resto de las personas.

En esta segunda parte de la primera triangulación abordé la subescala de posición del yo la cual hace parte de la EDS, desde esta complementé los resultados por medio de las categorías emergentes de autocuidado para reconocer que surgieron en el grupo focal y la categoría emergente de autocuidado que apareció en la conversación narrativa.

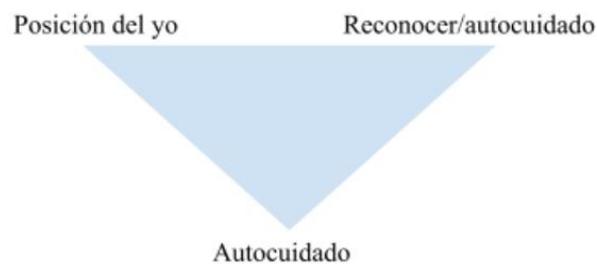


Figura No 4. Categorías de la 2ª parte del primer grupo de triangulación

En la EDS se encuentra la subescala posición del yo, la mujer 3 tuvo como resultado 5 lo que quiere decir que tiene más diferenciación de su self, es decir que tiene *“el sentido de uno mismo definido con claridad, con el establecimiento de metas propias, con la capacidad para distinguir los propios pensamientos de los pensamientos y sentimientos de los demás”*

(Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2), lo cual quiere decir que tiene una distinción entre sus ideales y los de las otras personas.

Por otra parte, las mujeres 4 y 8 tuvieron un porcentaje de 4 en el cual, se sigue con ambivalencia, pero se tiene un pensamiento de querer cambiar, disponiéndose para esto, sin embargo ellas tienen más dificultad para *“pensar con claridad en situaciones de estrés y desarrollar un claro sentido de sí mismos”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2). Por medio de la conversación narrativa y el grupo focal se conocerán estos aspectos en las participantes.

Por medio de la conversación con la mujer 3, logre evidenciar la claridad que tiene de sí misma y lo que quiere, teniendo un reconocimiento del proceso por el que ha pasado para poder llegar hasta aquí, *“y cambia todo porque bueno, me empiezo a ver a mí como mi primera fuente de amistad, lo que eso es algo que nunca me había pasado en la vida, que yo soy mi primera amiga y que tengo que ser muy responsable y fiel a mí entonces me vuelvo a este primer lugar, al que siempre vuelvo y empiezo a construir lazos muy sinceros que se basan en la reciprocidad, pero no en el compromiso obligatorio, en el conversar, en el poder estar llorando un día muy tranquilamente y que entiendan que uno no quiere nada más que llorar ahí o espacio donde sabes cómo empiezan a construirse otras cosas y empiezo a descubrir cómo muchas cosas nuevas, creo que también influyó mucho que me quedara sin pareja”* (Mujer 3, 2020).

A partir de esta ruptura amorosa ella comienza a volver a su centro, dejando de lado aquellas cosas que hacía por la dinámica en la que se movía su relación, sin embargo, llegó a reconocerse *“pues empiezo a encontrar esa fuerza en mí y digo jueputa, por qué no me había pensado que yo tengo que cuidarme primero a mí, priorizando todo el tiempo cuidar a otra gente, a otros sentires, a otras mujeres y mi cuerpo me estaba diciendo como hola,*

reconóceme, entonces en este proceso digo, pues me vale culo, no tengo amigas, pues paso todo el día en el gimnasio metida y paso todo el día porque me estoy cuidando a mí y empecé a comer rico y empecé a llevarme a comer, a comprar mi maquillaje a sacarme en citas, hoy quiero comer esto, como sola, no pude ir con nadie, tomarme un tinto, pues nada, a tomar mí tintico sola, quiero ir caminar, pues voy y camino, entonces me empecé a priorizar mucho” (Mujer 3, 2020).

Traigo este otro relato porque permite ver el cambio que se ha llegado a tejer a lo largo del tiempo y el cual es fundamental puesto que los roles de género que nos han impuesto socialmente van en contra de todo esto, de acuerdo a INAMU, en Castillo (2017) *“no les permiten a las mujeres tener autonomía, ni pensar en ellas mismas; de esta manera, se anula toda posibilidad de reconocerse como ser humano con capacidades y potencialidades”* Pág 20.

Desde esta perspectiva es importante la capacidad que tiene ella para poder reconocer su potencial y su existencia de forma primaria, ya que de esta forma no sólo se está construyendo a sí misma desde una perspectiva de bienestar y cuidado, sino que aporta a que sus otras relaciones tengan esto presente, porque como seres sociales estamos inmersos en relaciones que transforman nuestra forma de percibir el mundo.

Teniendo esto presente, quiero traer a colación la narrativa de la mujer 4, la cual evidencia la ambivalencia de la que hablaba anteriormente en la subescala de posición del yo, entonces en la conversación que tuvimos en el grupo focal llegamos a dialogar acerca de tener presente este reconocimiento y cuestionamiento de todas las cosas que nos han sido impuestas, ya que hay dinámicas como por ejemplo la rivalidad femenina en donde la sociedad ha establecido unos roles y contextos que no nos permiten: *“lo clave también está en poder cuestionarlo o no, en aprender sobre este tema y uno empezar a cuestionar eso que tenía tan estricto, por*

ejemplo, yo me acuerdo que en el colegio yo no cuestionaba, yo no cuestionaba nada, o sea, literal, no cuestionaba si tenía una actitud violenta o si era muy paila porque no lo veía necesario, ahora, en cambio, tengo actitudes que no siento cómodas conmigo, que siento que causan una reacción sobre la otra y empiezo a cuestionarme un poco y yo creo que ahí hay algo clave en el poder cuestionarse todo el tiempo e ir aprendiendo poco a poco” (Mujer 4, 2021).

Este pensamiento lo quiero entrelazar con una narrativa de la mujer 8 en donde da cuenta de la importancia de reconocerse en esas contradicciones que se llegan a presentar en el “cómo debo ser” ya que es esta ambivalencia se encuentra un factor clave que es el sí mismo, ya que por medio de este se comienza a pensar en uno, en qué se quiere y de qué forma se construye, *“como muy contradictorio precisamente lo que habla Alejandra, yo lo siento así porque es algo que me está suscitando mucho y es cómo;no! Ella no me ha hecho nada, yo no le he hecho nada, pero eso es algo que me está pasando, que es muy... esta vieja me parece x, no voy a decir cómo me parece porque estoy en ese momento... de no quiero decirlo porque me siento mal, pero lo estoy sintiendo, pues pienso que es de x manera físicamente x manera para mí y después cuando ya lo dejo de sentir es como wey, pero está mal que lo esté sintiendo, pero aun así lo siento, entonces es como una contradicción ,muy muy fuerte que me ha estado suscitando” (Mujer 8, 2021).*

A partir de estas contradicciones es posible comprender la ambivalencia que tienen las participantes, como lo establece INAMU en Castillo (2017), esto sucede gracias a *“Los roles que la sociedad ha trasladado a las mujeres se transforman en mecanismos desempoderados, estos se definen, como una pesada mochila “cultural y psicológica, que cargan las mujeres relacionadas con sus creencias y percepciones, con respecto a su identidad, que afecta tanto*

su mirada intrapersonal como sus interacciones interpersonales y que limita sensiblemente su desarrollo, tanto en el plano personal como social.” Pág 21.

Entonces al tener presente estos roles y esa mochila cultural y psicológica se comienza a trasladar el “yo” por un montón de capas de “yo” que no son nuestros, y así cada una va siendo un poco de cada persona hasta el punto de no tener algo de sí mismo, es por esto que considero importante el aporte de la mujer 4 ya que muestra esta contradicción que es socialmente esperada pero a medida que la siente reconoce que no quiere sentirla, generando una especie de confusión tanto en la cultura que se encuentra como en su “yo”.

3.1.3 El reconocimiento de sí mismas como conductor de deconstrucción de las rivalidades femeninas.

En la tercera parte de la primera triangulación tomé como base la subescala de fusión con los otros y tejí los resultados por medio de la categoría moldearse al otro, la cual hace parte del grupo focal y en la conversación narrativa traje relatos acerca de la deconstrucción de la rivalidad femenina.

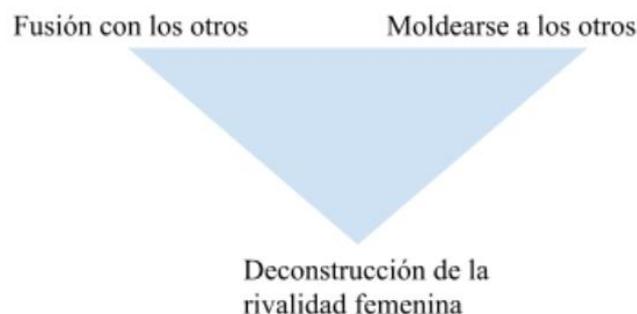


Figura No 5. Categorías de la 3ª parte del primer grupo de triangulación.

A partir de la EDS pude evidenciar la fusión con los otros, donde la mujer 3 y 4 tuvieron una puntuación de 3 en una escala de 1 a 6, lo cual quiere decir que están en el intermedio de la diferenciación de su self, sin embargo, presentan un cambio conductual de forma abierta y *“capacidad para seguir sus propios criterios, ser respetuosas con los criterios de los demás y mantener vínculos significativos con éstos”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).

Por medio de estas capacidades ellas crean espacios donde reconocen los cambios que han presentado en interacción con otras personas. En cambio, la mujer 8 presentó una puntuación de 4, teniendo más lejanía en su diferenciación lo cual hace que presente una ambivalencia respecto a *“pensar, sentir y actuar como los demás, con la renuncia de los propios criterios para evitar conflictos y desacuerdos y con la búsqueda de aprobación”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2). A pesar de que se encuentre en esta ambivalencia ella está en un punto en el cual tiene un pensamiento de cambio.

Dentro de la conversación narrativa las mujeres 3 y 4 dan a conocer este cambio de forma abierta acerca de sus criterios frente a las dinámicas de rivalidad femenina por medio de la conversación narrativa, la mujer 4 aborda el tema de deconstrucción de la rivalidad femenina *“que ahora ya comprendo muchas cosas, me da rabia como conmigo misma, porque en algún momento yo pienso que ahorita soy como no, era una niña, lo entiendo, era una niña, pero como que ahorita soy como eso está muy mal, porque yo voy a criticar otra mujer por un nombre, porque me alguien aquello es así. entonces comprendo muchas cosas y entonces, así como que esa ha sido mi transición”* (Mujer 4, 2020).

El tener presente un reconocimiento de la forma como se actuaba antes a como se actuaba ahora, permite que ella se cuestione y comience a construir sus propios criterios frente a sus experiencias, pero también respecto a la forma como las mujeres actuamos entre nosotras, Moreno (2014) dice que *“los sentimientos de competencia se encargan de atacar al*

ser y aniquilar a la otra, surgiendo a partir de las emociones experimentadas por las mujeres de rechazo, traición, envidia y abandono”.

Una parte fundamental para deconstruir la rivalidad es cuestionarse sobre la forma como se han establecido las cosas, entonces al darse este espacio no sólo se está haciendo un cambio respecto a lo que se “debe” hacer, sino a la esencia de sí misma, ya que por medio de esta el self cambia y es posible tomar otra postura frente a las rivalidades, desde la voz de la mujer 8 *“el pensarme a mí como persona como que no, que no debería seguir como siguiendo ciertas cosas que me han impuesto y como preguntarme por todo y decir cómo y esto porque me lo pusieron así, porque me restablecieron así y yo porque tengo que seguir esto, siento que el hecho de preguntarme todo y por el hecho de ser mujer también pensar ese tipo de relaciones es fundamental o sea, para mí fue fundamental, como siempre, preguntarme por, porque estoy haciendo lo que estoy haciendo y con qué fin, porque igual es como, como lo que te digo, porque tengo que hablar mal de esta persona o porque tengo que ser rival de estas chicas y esta chica no me está haciendo nada”* (Mujer 8, 2020).

Por medio de Lagarde, (2012) comprendemos que esta rivalidad es el *“resultado de un sistema patriarcal que ha desvinculado a las mujeres”* entonces, al interpretar esto, entiendo que los roles que nos han impuesto y la forma como nos han educado viene desde un pensamiento patriarcal el cual comienza a transformarse en el momento que se cuestiona acerca de lo que se está haciendo.

Así mismo, en la conversación que tuvimos en el grupo focal, dialogamos acerca de la manera como la sociedad llega a interferir en nuestra forma de ser, actuar, vestirnos, etc. Llegando no sólo a cuestionarnos sino a hacernos sentir mal respecto a nuestro proceso y la forma como lo abordamos, de acuerdo a la mujer 3 *“pues ya no entiendo que hay rivalidades antes sí, antes creía que todo es una competencia que me graduara primero que tuviera*

mejores notas, me sentía mal y ahora no, me alegra porque las personas logren lo que yo quiero y las tomo como una inspiración para yo seguir persiguiendo y seguir construyendo lo que me hace bien y lo que me hace sentir feliz” (Mujer 3, 2020).

Por medio de esto puedo entender que al tener estos sentimientos lo que se hace es reproducir y propagar la rivalidad, entonces, al hacerse una pausa para poder entender que no es correcta la rivalidad que está surgiendo y también, comprender que cada una tiene sus procesos respecto a las cosas que se hacen; al reconocer el paso con el que cada uno construye su vida, es posible admirar lo que el otro hace de forma genuina, alegrarse y aportar a su crecimiento personal, dejando de lado la competencia y comenzando a construirse sanamente de forma conjunta.

Un tema que abordamos en esta conversación grupal fue la forma como la sociedad influye en nuestro cuerpo, a partir de esto la mujer 8 nos expresó *“tienes que utilizar ciertas prendas que vayan acorde a tu cuerpo, si tienes un gordito entonces pues mejor no utilices un crop top o no utilices tal cosa, entonces cuando ella lo hizo yo me puse a pensar y yo ¿por qué no? pero a mí no me da, o sea no, no estoy tan allá para poder hacerlo y también me cuestiono el resto, pero es muy difícil y eso lo comparo mucho con lo que decía, a lo que decían acerca de los vellitos, parece, yo no he podido o sea, yo soy una vieja re paila a mí no me trama en mí pero yo veo estas chicas que se dejan como sus vellos en las axilas y soy rey parece que tesa o sea esa vieja tiene mi respeto pero yo no puedo, o sea y siento que a veces como que también cuestionarlo está bien, pero entonces si no me gusta para mí siento que tampoco es que esté mal porque es contradictorio” (Mujer 8, 2021).*

Desde esta perspectiva se comienza a preguntar acerca de las cosas que queremos usar, que queremos construir en nuestra vida, teniendo un ideal de otras mujeres que se admiran, pero también de personas que llegan a herir o influir de forma negativa en nosotras, entonces, teniendo este paralelo se comienza a plantear una idea en donde la contradicción es

válida, en donde el querer, pero no sentirse bien con eso es un proceso de autodescubrimiento personal.

En la cuarta parte de la primera triangulación noté que las participantes presentan puntajes diferentes en la subescala de dominación de los otros, es por esto que he decidido triangular sus datos con el segundo grupo ya que de esta forma será posible poner en diálogo las voces de las mujeres que mantienen una diferenciación en su self respecto a estos aspectos, ya que la mayoría de las mujeres (en la totalidad de participantes) presentan un puntaje de 3 el cual es “neutro” por lo cual prefiero poner en diálogo a las mujeres que tienen puntajes altos así sean de grupos separados.

3.1.5 Experiencias de sororidad y autocuidado, reconociendo mis capacidades y criterios.

Para la quinta parte de la primera triangulación abordé la subescala de corte emocional, la categoría de reconocer/sororidad por parte del grupo focal y la categoría de autocuidado por medio de la narrativa conversacional.



Figura No 6. Categorías de la 5ª parte del primer grupo de triangulación.

En la subescala de corte emocional las 3 mujeres presentan un resultado de 3, lo que quiere decir que mantiene un cambio conductual abierto en el cual tienen la capacidad de seguir sus criterios a través de la *“evitación de la intimidad por medio de la distancia física o emocional de los demás”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).

Desde la categoría de autocuidado en el grupo focal la mujer 3 nos dice *“este tema de yo la estoy criticando porque es mujer o la estoy criticando, porque también yo puedo criticar a otras, el sexo es no poder criticar a otra, porque no lo hago desde un lugar de rabia y de odio porque es mujer sino porque realmente me violenta como persona, me hace sentir incómoda, me causó dolor y quiero también aprender del dolor y siento que también somos muy críticas con nosotras mismas al sentir que tenemos que apoyar a todas las mujeres, hay mujeres a las que yo no quiero escuchar porque me lastiman un montón y no, no tengo porque escucharlas porque también estaría descuidando a mí y yo soy mi primera responsabilidad afectiva.”* (Mujer 3, 2021).

En su narrativa ella nos quiere decir que desde el momento en que comenzó a considerarse como su primera responsabilidad afectiva ha podido reconocer las dinámicas que la lastiman dentro de sus relaciones femeninas, desde esta mirada la mujer 8 donde nos expresa su transformación en la sororidad de esta forma *“siento que es lo que digo es como que en este tiempo he forjado muchas amistades como muy o como muy lindas, no sé ah, como entre nosotros nos apoyamos entre nosotras, eh, sí, como que si necesitas algo yo te apoyo. sí, sí, como que siempre estoy para ti. y si no estoy, entonces no te preocupes, como que igual tienes tus tiempos y todo bien, si es como parece entender, entender, entender las cosas, entender por qué estoy así, entender por qué la otra persona está así conmigo, entender como tus procesos, mis procesos”* (Mujer 8, 2020).

Desde esta experiencia ella nos muestra la forma como sus relaciones femeninas han llegado a tener un giro en su trayectoria vital puesto que se ha permitido construir amistades en donde no tiene que mantener algún tipo de evitación como método de defensa, sino que estas relaciones se basan en el respeto y el amor. De acuerdo con Castillo (2017) la sororidad *“va más allá de la solidaridad, implica la modificación de las relaciones entre mujeres, para apoyarse y lograr las alianzas en la lucha social”* Pág 42.

Pero para poder tener esta perspectiva es necesario el poder reconocerse a sí misma con todos los aspectos que llegan a construirlo es por eso que la mujer 4 nos decía en la conversación grupal que *“eso es, como siempre, volver sobre uno y encontrar la fuerza en la naturaleza, en lo que está en el agua y el fuego, en las hojas secas, en el sentir del pasto, en el cuerpo como caen las lluvias y encontrar gente que te permita también sentirse y sentirte así ha sido clave para mí, gente que me haga sentir que cada vez estoy más conectada a algo que no entiendo pero que me hace sentir bien creo que eso ha sido clave para entender también cómo tejo mis amistades, gente que no minimice, sentirme conectada con cosas que no entiendo cómo explicar”* (Mujer 4, 2021). Si se permite regresar a sí misma es posible reconstruir aquellos aspectos que no son del todo deseables con el fin de tener un self en el cual se sienta a gusto a partir de relaciones de autocuidado y bienestar.

3.2 Conversación y tejido de experiencias entre mujeres del 2do grupo focal.

En esta segunda triangulación trabajé con las narrativas de las mujeres 2, 6, 7, 9, 11, 12 y 13, con el fin de hilar sus puntajes de la EDS, las experiencias que fueron surgiendo en los espacios de conversación narrativa y grupo focal.

Para contextualizar, este segundo grupo focal está compuesto por 7 mujeres que hacen parte de algún pregrado, a excepción de la mujer 13 ya que ella se encuentra graduada y

actualmente es docente de niños de primaria. Cada una de las conversaciones tuvieron como fin la construcción de un espacio seguro y de escucha en el cual cada una pudiera contar su experiencia sin sentir miedo al ser juzgada o rechazada, esto fue algo que pudimos vivir tanto en las conversaciones narrativas como en el grupo focal, sin embargo, al tener un grupo con más integrantes se vivencia la sororidad y el tejido de experiencias de una forma distinta, ya que al tener diferentes carreras y edades fue posible construir una conversación con vivencias distintas.

3.2.1 La confusión en procesos cognitivos y emocionales de las mujeres como un espejo de sus experiencias de deconstrucción de rivalidad femenina y sororidad.

En la primera parte de esta segunda triangulación tomé la subescala de reactividad emocional, las categorías de sororidad la cual fue planteada anteriormente para el espacio del grupo focal y la categoría deconstrucción de la rivalidad femenina que se había establecido previamente en la formulación del proyecto.

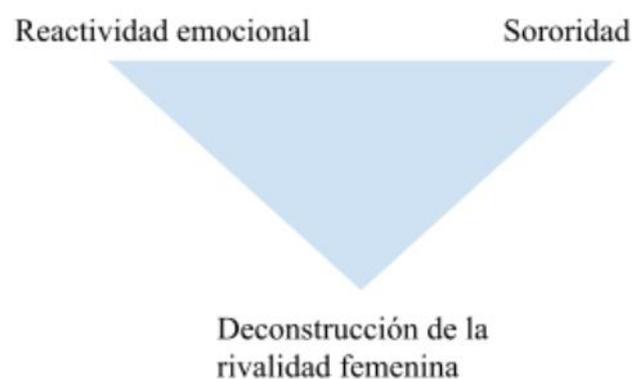


Figura No 7. Categorías de la 1ª parte del segundo grupo de triangulación.

Por medio de la subescala de reactividad emocional la mujer 6 tuvo un puntaje de 2 lo que significa que tiene conciencia de sus procesos emocionales y cognitivos “*distinguen mejor*

sus pensamientos y sus emociones, y en consecuencia, son menos reactivas emocionalmente y más capaces de regular sus emociones” (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).

Sin embargo, las mujeres 2, 7, 9, 11 y 13 mantuvieron un puntaje de 4 lo que quiere decir que mantienen una lejanía en su diferenciación del self, es decir que *“confunden sus procesos cognitivos y emocionales”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2) debido a que se encuentran en una especie de ambivalencia, según Oliver, J & Berástegui, A (2019) gracias a esto presentan problemas de regulación de emociones, dificultad para desarrollar un sentido claro de sí mismos y pensar con claridad en situaciones estresantes.

Por último la mujer 12 tuvo una puntuación de 5, presentando mayor lejanía en su diferenciación del self al igual que las mujeres con puntaje 4 *“confunden sus procesos cognitivos y emocionales”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2). Sin embargo, ella presenta una *“tendencia a responder a los estímulos ambientales de forma lábil, descontrolada y con respuestas emocionales autónomas”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).

A partir de los resultados presentados se dialoga con las narrativas de las mujeres que surgieron en los dos espacios, desde esta perspectiva la mujer 6 en el grupo focal nos hablaba de lo difícil que es tener competencia entre nosotras cuando realmente somos tan fuertes juntas, esto demuestra la claridad que tiene acerca de sus posición frente a diferentes cosas, entre estas se encuentra la sororidad *“es una cuestión bastante complicada, porque sí hay mucha competencia en no serlo por el simple hecho de ser mujeres, por la falta de empatía entre nosotras mismas, sino también, pues ya se torna mucho más enfocado laboral, académico a todo lo que como entre nosotras mismas y entre las demás, tenemos como expectativas. Entonces siento que en verdad si se trabajara mucho y las personas o seas siempre a nosotras mismas nos re construyéramos el concepto pues de la sororidad de*

nosotras, el poder que tendríamos entre nosotras mismas, incluso nos apoyamos mucho más y fuéramos mucho más empáticas entre nosotras mismas. Siento que la rivalidad dejaría de ser un problema y pues en verdad creo que no solo como de manera individual, sino en una forma grupal, creo que pues seríamos invencibles” (Mujer 6, 2021).

Por medio de esta narrativa ella nos permite pensar acerca de la importancia de reconstruirnos con el fin de tejer relaciones femeninas que tengan como base el amor y el respeto entre nosotras, el cual tiene un peso enorme socialmente ya que *“El pacto sororario es el más terrenal de los pactos y es el fundamento ético de las prácticas políticas entre mujeres para deconstruir la enemistad patriarcal, el racismo, el adultismo, y todas las formas de supremacía, desigualdad y dominación entre las mujeres, con acciones prácticas de cooperación, alianza y sustentabilidad entre nosotras” (Lagarde, 2012).*

Desde la perspectiva de la autora puedo notar el papel que tiene el pacto sororario en la sociedad pero también el valor de esta conversación a que el relato de la mujer 6 trasciende en diferentes aspectos que deben ser deconstruidos ya que la visión que se tiene de las relaciones femeninas después de hacerlo es completamente distinta, la mujer 7 en la conversación narrativa me decía que es importante saber desde qué postura se está parando para comprender estas relaciones entonces *“tener esta postura de primero conozcamos antes de que me caiga mal y de que la odie y también gracias al feminismo, no, porque bueno, y a mis amigas y a lo que aprendió aprendido, porque siento que el feminismo me... me ha permitido reflexionar acerca de la deconstrucción, un poco de la rivalidad femenina, sabes, en el sentido de que, pues siempre se nos ha impuesto como que tenemos que ser rivales y que tenemos que ser rivales porque tenemos que mostrarle a los chicos que somos mejor que la otra y así entonces siento que el feminismo también me ha aportado para eso, me ha me ha ayudado a entender y a deconstruir como esto que yo tenía así súper pegado en la mente” (Mujer 7, 2020).*

Entonces, por medio de esta deconstrucción y el permitirse habitar nuevos espacios hizo posible comprender la visión que tiene Lagarde (2012), en donde es primordial que cambiemos, nos descoloquemos y desmontemos nuestra propia identidad y subjetividad con el fin de eliminar las cosas negativas e innovar en nuestra forma de ser y las formas como se interactúa con otras personas, teniendo un sentido de sí mismo y una posición.

Así mismo, la mujer 12 nos permite comprender este punto desde su narrativa en el primer espacio que tuvimos, *“lo que hoy en día yo comprendí es que el amor es algo que tú no puedes decir, yo amo a mi papá, pero me cae mal el vecino o no sé, amo a dios, pero es que está vieja, o sea, ¡no! sí tú, tú amas o no amas, si tú tienes que entender el amor como si fuera una fuente que no, tú no puedes tener agua salada de agua dulce al mismo tiempo, tú eres o no eres, y yo siento que a partir de eso fue, eso fue lo más importante que aprendí”* (Mujer 12, 2020).

Al tener claro lo que se quiere y se está buscando en las relaciones femeninas es posible saber si se quiere tal cosa o no, con esto se puede deconstruir las rivalidades femeninas ya que se tiene un punto de vista que permite actuar de cierta forma a partir de su construcción personal. Entonces, para poder entender esta cara de la deconstrucción surge el cuestionamiento, el cual hizo parte de que la mujer 11 sea una aprendiz de la sororidad *“ todos estos imaginarios, son los que terminan como generando esa comodidad de, pues, pues sí, así funcionan las viejas y pues sí se, se abrazan, se besan, pero se están apuñalando por detrás ya sea porque le están robando el novio o porque se están echando puyas, o porque todo el tiempo se están comparando entre ellas y son vainas que por eso hablo de la comodidad que uno ni siquiera le enseñan de chiquita, como a cuestionar esa comodidad cultural* (Mujer 11, 2020).

Entonces, a partir de este cuestionamiento se comienza a ver la forma como la mujer 11 se encuentra en un proceso de ambivalencia en el cual hay una confusión pero se tiene una idea de cambio, que se va logrando progresivamente, de acuerdo a INAMU en Castillo (2017) esto permitirá que logre una vida más equilibrada y armónica con otras mujeres pero para esto es fundamental que se cuestione su trayectoria vital para así llegar a descubrir quién es y cuáles son las metas que se tienen en común con otras mujeres.

Para cerrar esta primera parte quiero mostrar la voz de la mujer 9 en donde nos permite ver este proceso de una forma genuina y especial que ha llegado a cambiar su vida, *“eso como que se fue transformando de a poquitos y como que ya no evaluaba a una mujer por su físico o por lo que tenía, por cómo se vestía, sino que simplemente pues era una más y tal y como que seguramente si la conocía tendría muchas cosas más que valorar y sentirme muy bien con ella* (Mujer 9, 2020).

3.2.2 El autocuidado y el repensarse a sí misma como aspectos de transformación de quién soy y quienes son los otros.

En la segunda parte de la segunda triangulación tomé la subescala de posición del yo para ponerla en diálogo a través de la categoría repensarse la cual aparece de forma emergente en el espacio grupal y el autocuidado como categoría emergente de la conversación narrativa.

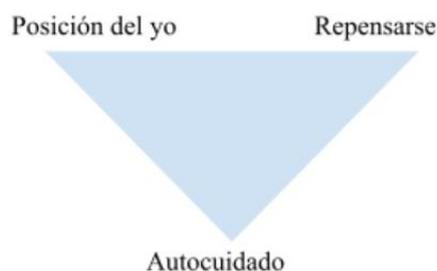


Figura No 8. Categorías de la 2ª parte del segundo grupo de triangulación.

Entonces, en esta subescala la mujer 9 tuvo un puntaje de 3, de acuerdo con Oliver, J & Berástegui, A. (2019) presenta confusión en procesos cognitivos los cuales interfieren en su establecimiento de metas, capacidad para distinguir los pensamientos y sentimientos propios de los de otras personas. Sin embargo, tiene un cambio conductual de forma abierta, demostrando esa distinción de su diferenciación del self.

Por otra parte, las mujeres 2, 6, 7, 9, 11, 12 y 13 tuvieron un porcentaje de 4 en el cual, se sigue con ambivalencia, aunque se tiene un pensamiento de querer cambiar, disponiéndose para esto, pero tienen más dificultad para *“pensar con claridad en situaciones de estrés y desarrollar un claro sentido de sí mismos”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2). Por medio de la conversación narrativa y el grupo focal se conocerán estos aspectos de las participantes a través de sus voces y experiencias.

Para comenzar el segundo espacio (grupo focal) algunas de las participantes expresaron las cosas que habían llegado a suceder en ellas después del primer encuentro que tuvimos por medio de la conversación narrativa, a partir de este ellas llegaron a conectarse consigo mismas de diferentes maneras, permitiéndose repensar aquellas relaciones femeninas que habían construido, sus amistades, la posición que toman frente a estas relaciones y la forma como quieren transformarlas.

Teniendo esto como base, la mujer 2 dice *“siento que hay cosas que empecé como a tramitar a partir de esa conversación, lo cual fue muy bonito, también fue doloroso, pero fue lindo porque, eh, pues recuerdo que en aquel momento estaba como, estaba empezando a sentirme muy solita y no porque cómo porque estuviera sola literal, sino porque empecé a sentirme muy alejada de aquellas mujeres que estaba considerando como amigas durante una época... También empecé a considerar como el tiempo que estaba dedicando a estar con*

aquellas mujeres que estaba considerando amigas, pero que en ese momento como que habían desaparecido y se habían desvanecido” (Mujer 2, 2021).

Desde esta perspectiva ella comienza a repensar la forma como establece sus relaciones femeninas y el lugar que ocupaba en ellas, así mismo la mujer 9 *“siento que me ayudó mucho como, como en lo que están diciendo mis compañeras, como estar con mis amigas e incluso con mujeres que de pronto no son tan cercanas y como que cuentan algo que una necesitaba como compañía, o necesita como un apoyo... Comprender después de esa conversación, como hay que estar y que seguramente pues uno también atravesó por momentos así que muchas personas estuvieron también, entonces como, como que me dejó ser más comprensiva y él y él simplemente como de estar” (Mujer 9, 2021).*

A partir de estas narrativas, estas mujeres se dieron una oportunidad de reconstruirse en diferentes aspectos los cuales tienen concordancia con el cambio del que se habla en la subescala de posición del yo, así mismo Balbi en Zambrano (2018) nos dice que el self se trata de *“comprender la autoconciencia humana, como la experiencia peculiar de un ser viviente, que es al mismo tiempo capaz de percibir y evaluar su propia experiencia vivencial” pág 53.*

Esto podemos notarlo en la transformación de estas mujeres al tener conciencia de su experiencia pasada tanto con ellas mismas como con sus relaciones, pero también el tener la capacidad de identificar la novedad que llegó a generar como tal la conversación o las cosas que evoco esta con el pasar del tiempo.

Por otra parte la mujer 12 expresa *“yo siento que también fue una inspiración muy grande, porque a partir de ese punto empecé a interesarme, como les comentaba en mi introducción acerca de muchos temas de los cuales antes había escuchado, porque por ejemplo, yo tengo amigas que en verdad las admiro un montón porque tienen posiciones,*

supermercados frente a este tipo de temas como lo es el feminismo y me llamaba la atención, pero era una parte de mí que en verdad no había querido como llegar a explorar” (Mujer 12, 2021).

Traigo a colación esta última narrativa ya que considero fundamental, la forma cómo ella percibe un cambio el cual está lleno de novedad puesto que comienza a abarcar el tema del feminismo y se da la oportunidad de navegar en diferentes temas y posiciones que anteriormente no había llegado a tener presentes, pero que en la actualidad hacen parte de este descubrimiento tanto hacia las dinámicas entre las mujeres como hacía ella misma como mujer que hace parte de una sociedad patriarcal.

Desde esta perspectiva, la conversación narrativa que se construye con las mujeres tenía como objetivo generar un espacio de confianza en el cual se sintieran cómodas y se llegará a reflexionar sobre aquellas cosas que a veces no nos permitimos pensar, es por eso que el autocuidado se convirtió en una categoría emergente ya que en la conversación sobre aquellas experiencias de rivalidad femenina se llegó hablar sobre la importancia de ponerse como prioridad frente a ciertas amistades, relaciones o situaciones, *“siento que por mi salud mental y por la de ella es bueno, pues como que tomar un espacio y retirarse cuando ya uno no siente que es el lugar de uno, así se hayan pasado, una cantidad de momentos bonitos, de risas, de alegrías, de chistes, de bailes, pero el sentir eso que la otra persona es más chiquita que tú, esa vaina a mí me rompió”* (Mujer 9, 2021).

A partir de este cambio de perspectiva respecto a la forma como se posiciona la participante y su amiga, se puede tener de base el pensamiento de Calvo (2006) en el cual *“es vital que las mujeres reconozcan la existencia de formas positivas para interactuar con las otras”*. Esto lo traigo a la discusión ya que, así como se habla de interactuar desde formas

positivas es fundamental reconocer los momentos en los cuales comienzan a surgir dinámicas negativas, de dolor, sufrimiento, etc.

Entonces, de esta forma se da paso al reconocimiento de un autocuidado el cual permite encontrar un bienestar personal, es por eso por lo que la mujer 7 nos dice *“es lo que creció, es parte de amarse a sí mismo, entender que tú, o sea, para que, digamos, digo, para que me serviría como guardar todo este tipo de sentimientos negativos dentro de mí si en realidad la única persona que le están haciendo daño es a mí misma”* (Mujer 7, 2020).

Esto tiene que ver con este bienestar personal en el cual se tiene una prioridad de tranquilidad ya que la principal responsabilidad afectiva es sí misma, desde la postura de Oltra (2013) *“... la frase “médico, cúrate a ti mismo” ha comenzado a tener un nuevo significado, el de cuida de ti mismo, atrévete a ser autónomo, a tener cuidado de ti mismo y no endosar sobre los demás lo que son obligaciones tuyas”*.

Entonces, desde esta perspectiva, el cuidado de sí mismo entra a ser una prioridad en la cual debemos dejar de pensar de forma patriarcal donde somos “seres para otros” y comenzar a ser “nuestras”, priorizando nuestro sentir, querer, andar y transitar, con el fin de llegar a conocernos sinceramente sin seguir acumulando capas de “yo” de otras personas, por último la mujer 11 nos dice *“decidí jamás, jamás y nadie volver como dejar que alguien me caiga mal, por decirlo así yo le sienta fastidio sin antes conocerla, entonces me he permitido conocer a las personas que yo digo me caen mal o sea, digo, si me va a caer mal que tenga sus razones, o sea, que no me caiga mal simplemente porque hizo una cosa o no sé qué sino porque de verdad siento que es una mala persona y no me trae buenas vibras porque lo que te digo, o sea, el que alguien me caiga mal u odie a una persona no solamente es como para ella, sino también para mí o sea, eso es, me afecta a mí también y ya está, me afecta más a mí que la otra persona”* (Mujer 11, 2020).

A partir de esta narrativa considero pertinente traer a Calvo (2006) ya que habla acerca de la importancia de que las mujeres reconozcan la existencia de formas positivas para interactuar con las otras, desde esta perspectiva es posible que se comience a tener un cambio tanto en sí misma como en otras mujeres.

3.2.3 La ambivalencia de no reconocerse a sí misma, un aspecto que influye en las relaciones familiares.

En la tercera parte de la segunda triangulación abordé la subescala de fusión con los otros en la cual dialogué con la categoría de familia, esta surgió de forma emergente en el grupo focal y el self como parte de la emergencia en la conversación narrativa.



Figura No 9. Categorías de la 3ª parte del segundo grupo de triangulación.

Entonces, por medio de la EDS pude evidenciar la fusión con los otros, donde las mujeres 2, 6, 7, 9, 11 y 12 tuvieron un resultado de 3, esto quiere decir que se encuentran en el intermedio de la diferenciación de su self, sin embargo, presentan un cambio conductual de forma abierta y *“capacidad para seguir sus propios criterios, ser respetuosas con los criterios de los demás y mantener vínculos significativos con éstos”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).

Entonces, a través de estas capacidades ellas construyen espacios de interacción donde muestran estos cambios. Por otra parte, la mujer 13 obtuvo un puntaje de 4, teniendo

más lejanía en su diferenciación lo cual hace que presente una ambivalencia respecto a *“pensar, sentir y actuar como los demás, con la renuncia de los propios criterios para evitar conflictos y desacuerdos y con la búsqueda de aprobación”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2). A pesar de que se encuentre en esta ambivalencia ella tiene un pensamiento de cambio frente a estas cosas.

A partir del grupo focal llegamos a dialogar acerca de la forma como va surgiendo la familia en nuestra trayectoria vital y así mismo, como estas hacen parte de nuestra construcción como mujeres que habitamos en una sociedad patriarcal en la cual también está inmersa nuestra familia, la mujer 6 nos decía *“con mis tías, o sea, la parte familiar, mi fam... mis familiares siempre sí son bastante, ¿eh? como chapados a la antigua, por así decirlo y entonces esas cuestiones de los estereotipos y lo que debería ser una mujer como se debería comportar si están muchísimo más marcadas o sea, por ejemplo con mi mamá si es una cuestión bastante complicada que con mi hermana, justamente tratamos de corregirla, pero a mi mamá, o sea, a no ser mamá aunque todo el contexto de las mujeres de mi familia son demasiado tercas, como en ese pensar del comportamiento femenino y por ejemplo, justifican mucho la cuestión de la violencia por el cómo se comporta una mujer”* (Mujer 6, 2021).

Desde esta postura se puede evidenciar la forma como ella mantiene una capacidad de respeto frente a los criterios de los demás y así mismo construyen vínculos afectivos que son importantes Oliver, J & Berástegui, A (2019). Desde esta perspectiva la mujer 2 nos relaciona la forma como ha llegado a mostrar estos cambios con el fin de reconocer sus pensamientos y sentimientos *“pero antes no era una persona bastante comunicativa con mis sentimientos, entonces eso también ocasionó que todo me lo guardara ahí, pues mi cuerpo reaccionara de maneras que realmente no son muy buenas para mí, entonces, bueno, desde ese momento*

todo no ha sido muy bueno así color de rosa, pero sí he aprendido como a no cogerle odio a las mujeres (Mujer 2, 2020).

A partir de esto ella nos narra el cambio que ha tenido ya que una rivalidad que presentó en el colegio llegó a ser bastante conflictiva hasta el punto de llegar a tener ataques de ansiedad por verla, entonces, por medio de este cambio ella se ha comenzado a posicionar frente a lo que quiere para sí misma, desde Estupiñán & González (2015) esto puede verse por medio del self de la mujer ya que este es un sistema potencialmente abierto a transformaciones, auto organizante, reflexivamente en los actos narrativos, organizadores e interpretantes de la experiencia situada del sujeto.

Desde esta perspectiva la mujer 9 nos dice *“cuando el feminismo entra en mi vida, me empiezo a sentir como feminista eh, pero este feminismo nos aleja mucho, como de la familia porque afrontas no sé, lo que sea, y que todo ha de ser como más fuerte eh, porque te estás posicionando un poquito más”* (Mujer 9, 2021). Por medio de este relato se evidencia la forma como el self se comienza a formar y se le da un espacio a la construcción de sí mismo por medio de diferentes ambientes, entre estos la familia.

Así mismo podemos notar la forma como la mujer 13 mantiene una diferenciación de su self lejana y tiene una ambivalencia respecto a la forma como se ha venido construyendo, entonces ella nos decía *“Pero es que todo comienza desde la casa, o sea todo comienza desde la formación que uno de, sería muy hipotético que ... el respeto, es que es cuestión de respetar al otro, sin importar cómo es, entonces como no hay ese respeto ni valoramos a nadie entonces si no hay valor ni respeto por el otro siempre vamos a estar chocando porque si usted respeta la idea del otro, respeta como se viste o respeta algo entonces uno dice pues voy a evitar cierta situación, entonces voy a evitar cierto conflicto, cierta rivalidad porque sería la única pero sería un mundo de respeto y de valores, pero cada vez nos vemos más*

lejos a esos valores y ese respeto, antes había más respeto, ahora hay menos respeto, por todos, por las mujeres, por los hombres, por los niños”. (Mujer 13, 2021).

Esta percepción es importante ya que permite comprender las formas como la familia es un sistema esencial para la construcción de cada uno puesto que influyen en nuestro self de múltiples maneras, sin embargo los valores que ella ha notado en su trayectoria vital se han ido perdiendo y por eso mismo percibe más irrespeto, desde esta perspectiva la mujer 7 nos dice *“siento que eso también fue muy influenciado por la familia, sabes, porque mi tía es muy fastidiosa con eso de competir, mi tía siempre es como presumir los logros de mis primos y tal, entonces la mamá de estas chicas también es un fastidio de mis chicas están haciendo equitación, así que estas crecerán como influido como por la familia, entonces a mí me caía muy mal pero no había razón”* (Mujer 7, 2021).

Desde esta perspectiva se puede tomar la forma como las mujeres llegamos a comprender las dinámicas que van sucediendo en nuestra sociedad, las cuales se ven influenciadas por diferentes factores, en este caso la competencia se convierte en una especie de alimento para esa rivalidad que a medida que pasa el tiempo se va fortaleciendo, sin embargo el self al ser dinámico permite moverse por diferentes caminos y uno de esos es el que nos expresa la mujer 11 *“me parece terrible pensar que uno se sienta más que otra persona y sentirse más que otra persona pero es por qué me he sentido tan bien a la vez tan minúscula al lado de ella que... qué fue demasiado notorio sentir que yo me sentía por fin me sentía más que ella y que a ella la sentía chiquitica y vulnerable, entonces, de eso me pareció terrible, me pareció impresionante y ponerlo en palabras me impacta aún más porque... porque yo no quiero eso, no quiero eso ni para mi vida ni para la vida de ella”* (Mujer 11, 2020).

3.2.4 La deconstrucción de la rivalidad femenina y la intolerancia como paralelos que influyen en la construcción del self femenino.

Para la cuarta parte de la segunda triangulación he decidido tomar los datos de la cuarta subescala de dominio de los otros del primer y segundo grupo, la categoría de deconstrucción de la rivalidad femenina por parte del grupo focal, y la categoría emergente de intolerancia para la narrativa conversacional.

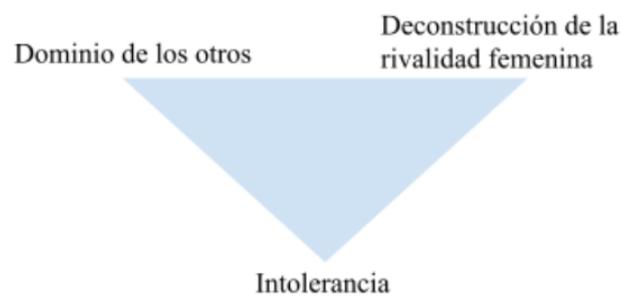


Figura No 10. Categorías de la 4ª parte del segundo grupo de triangulación.

En la subescala de dominio con los otros, los puntajes altos se encuentran en la mujer 2 con un puntaje de 6 el cual se tiene *“la tendencia a presionar a los demás para que se adapten a los propios intereses, a tolerar poco las diferencias de opinión, a entrar en luchas de poder con los demás”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2). La mujer 8 tiene un puntaje de 4, en el cual mantiene la tendencia de la mujer 2 pero este se percibe en forma de ambivalencia en la cual se posiciona desde una posición de querer cambiar. Por otra parte, las mujeres 4, 7, 11, 12 y 13 tienen un puntaje de 3 donde se tiene una conducta de cambio respecto a sus criterios y la forma como perciben los de otras personas Oliver, J & Berástegui, A (2019).

Sin embargo, ellas mantienen un espacio en donde se permiten expresar el cambio que están teniendo de forma abierta y por último las mujeres 3, 6 y 9 tienen un valor de 2, esto significa que se encuentran más diferenciadas del resto de las mujeres que hacen parte de este

proyecto investigativo; ellas mantienen una capacidad de *“seguir sus propios criterios, ser respetuosas con los criterios de los demás y mantener vínculos significativos con éstos”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2), así mismo ellas evitan caer en tropiezos que lleguen arruinar este proceso que han ido construyendo.

A partir de los resultados abordaré a la mujer 2 y 8 ya que son las que mantienen los puntajes más altos y dentro de la EDS, sólo se presenta una de la últimas 3 subescalas, en el caso de ellas es esta, así que por medio de la conversación narrativa abordaré la categoría de intolerancia la cual se evidencia en el relato de ella *“dentro del mismo grupo, aquí, en medio de la confidencialidad de la entrevista, en medio del mismo grupo había rivalidades como muy eh... como sutiles, como rivalidades sutiles respecto a es que no sé cómo llamarlo... Hasta que un día yo me mamé y le dije pues mándalo al carajo y... y varias veces yo... yo siento que fui bastante cruel con ella respecto a cómo le decía las cosas, pero había puntos en los que me desesperaba y entonces eh... antes de eso pues ella... Ella como que hablaba mal de mí con otras del mismo grupo”* (Mujer 2, 2020).

Desde esta perspectiva Lagarde (2012) nos dice que da a conocer la forma como se puede llegar a construir una envidia oculta en la cual se crean frustraciones y carencias que generan un ataque y destrucción de las demás, por otra parte la mujer 8 nos dice *"solo que no me gusta juntarme con las personas que parecían ser muy inocentes o sea, es decir, como que no tenían cómo, no sé cómo decir eso, cómo picardía, o sea, a mí me gusta juntarme con la gente, si como que tienen esa falta de inocencia, como con picardía"* (Mujer 8, 2020).

Sin embargo, ella al presentar una ambivalencia podemos notar por medio de la conversación de grupo focal en donde se habla de esta deconstrucción de la rivalidad en la

cual ella “siento que quizás la universidad fue una faceta muy importante porque digamos que conocí o pero empecé como que abrir mi perspectiva igual creo que antes de la universidad también tenía muchas concepciones acerca de mí, porque siempre, como que nunca me ha gustado, que me controlen o ese tipo de cosas, pero el caso es que siento que el pensar a mí como persona como que no, que no debería seguir como siguiendo ciertas cosas que me han impuesto y como preguntarme por todo y decir cómo y esto porque me lo pusieron así, porque me restablecieron así y yo porque tengo que seguir esto”. (Mujer 8, 2021).

A partir de estas narraciones ella muestra la ambivalencia en la cual se encuentra y la forma como ha llegado a sentir un cambio el cual se fue dando a través de su etapa universitaria pero que puede comprenderse por medio de Estupiñán & González (2015) ya que su self se mueve por medio de su experiencia situada la cual se entiende como un diálogo (a veces roto y problemático) entre múltiples versiones identitarias de ella.

3.2.5 Conocimiento y desconocimiento de sí mismas, una dualidad que construye al self.

Para la quinta parte de la segunda triangulación abordaré la subescala de corte emocional, la categoría emergente de reconocerse por parte del grupo focal y la categoría de self por medio de la narrativa conversacional.

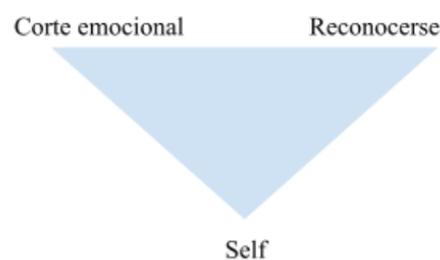


Figura No 11. Categorías de la 5ª parte del segundo grupo de triangulación.

En la subescala de corte emocional la mujer 7 tiene un puntaje de 4, este es el más alto de todo el grupo, es decir que tiene menos diferenciación *“debido a su reactividad emocional y a su sentido de sí mismas menos sólido”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2). Las mujeres 2, 9, 11 12 y 13 presentan un resultado de 3, el cual es neutro y quiere decir que mantienen un cambio conductual abierto, con la capacidad de seguir sus criterios por medio de la *“evitación de la intimidad por medio de la distancia física o emocional de los demás”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2). Por último, la mujer 6 tiene una puntuación de 2, es decir que tiene mayor diferenciación, teniendo *“mayor capacidad para seguir sus propios criterios, ser respetuosas con los criterios de los demás y mantener vínculos significativos con éstos”* (Oliver, J & Berástegui, A, 2019, pp. 2).

A partir de los resultados de la escala abordaré a las mujeres 6 y 7 ya que tienen los puntajes más bajos y altos del grupo, y dentro de la escala sólo se desarrolla una de las últimas 3 subescalas. De acuerdo con la mujer 6 es fundamental el reconocerse dentro de cualquier proceso, es por eso que en la conversación grupal ella nos dice *“De verdad, es algo que para mí es absurdo pensarlo y fue una persona que, bajo este motivo de verdad, como que generó un daño muy grande en mí. Cuando o sea, en realidad cuando hablamos de esto, lo primero que hice fue darme cuenta como o sea, tal vez yo piense que ese tema ya estaba pues como superado por mi parte, como que en verdad ya había como perdonado esa situación, pero en realidad me di cuenta de que no era cierto y que aún hoy en muchas cosas frente a eso que me molesta, pero entonces también, como yo, que les decía más allá, o al menos es mi perspectiva de la vida hoy en día, de querer ir a solucionar las cosas con una persona directamente porque siempre se dan por añadidura, es darme cuenta de que si yo me siento de determinada manera, no es porque yo sea la víctima de un estímulo externo, sino que el*

exterior es un reflejo de mi interior” (Mujer 6, 2021). Ella nos permite cuestionarnos acerca de las cosas que nos llegan a traspasar, puesto que a veces no dialogamos con nosotras mismas y dejamos de lado el sentir, el cual nos construye como mujeres, desde el punto de vista de la mujer 7, podemos notar el cambio de diferenciación que tiene con la mujer 6 a través de su voz en la conversación narrativa, *“también es complicado como uno, saber en dónde van las amistades o en dónde van las relaciones cuando uno ya ni siquiera tiene ganas de hablar, de hablar con uno mismo* (Mujer 7, 2021). Desde su posición es notable, la forma como su capacidad de mantener sus criterios es menor, sin embargo, ella resalta algo fundamental y es que para poder tener estos criterios es fundamental hablar consigo misma ya que de ahí es posible tener una posición clara pero también construir relaciones que tengan una claridad, es por eso que el self toma un papel clave ya que este es *“un proceso abierto de autoconciencia, en continua reorganización”* (Balbi, 2002, en Zambrano 2018). Este proceso, permite que ella como mujer siga teniendo un camino de reconocimiento en el cual llegue a transformar cada aspecto de su vida el cual se ve reflejado en su exterior, pero también en sus relaciones. Esto podemos verlo desde la voz de la mujer 6, en la conversación narrativa ella decía *“pues también creo mucho como lo interno, siempre se refleja en lo externo y pues claramente si tú tienes una buena relación contigo mismo, vas a tener una buena relación con los demás, siento que eso me ha ayudado bastante, pues a percibir así como no sólo a las mujeres, sino eventualmente, pues como a los hombres, también como a todas las personas”* (Mujer 6, 2020), Desde esta perspectiva es importante tener un reconocimiento el cual se refleja en nuestro self y a partir de este será posible modificar nuestras relaciones, tanto personales como laborales o en otros aspectos, ya que desde esta transformación todo lo que nos rodea comienza a cambiar y modificarse.

3.3 La transformación del significado de rivalidad y sororidad como espejo del cambio que ha tenido su self.

A partir de las experiencias de cada una de las participantes pude dar cuenta que el colegio es un espacio central en donde se reproducen las rivalidades femeninas, a pesar de que algunas estudiaron en colegios mixtos o femeninos sus vivencias se encontraban en esta institución, entendiendo que cada una era distinta y sintió las cosas de formas diferentes.

Para la mujer 3 estar en espacios de rivalidad significaba ser *"una niña muy vulnerable, pero intentaba ser fuerte, como que se forzaban a ser fuerte frente a ellos y todo eso me cargaba muchísimo, eh, y pues al momento de estar sola ya, ya me veía mucho más afectada porque pues todos estos sentimientos que estaba cohibiendo de mí salían y me ponía pues muy muy mal, entonces digamos que sí, era una niña que eh, pues se encontraba bastante vulnerable en ese, en ese entonces"* (Mujer 3, 2020).

Este relato da cuenta de la forma como la rivalidad daña, sin importar que tan pequeña seas, simplemente sucede y vulnera diferentes aspectos de la vida. Desde el cuerpo de la mujer 4 la rivalidad se evidencia así *"yo sufría anorexia por estarme comparando con otras niñas entonces, eh, pues yo empecé eso me sentí mal porque lo que te decía, las que eran mis amigas que yo pensé que iban a estar para mí pues resulta que no, que me dieron la espalda en, todo el tiempo yo me estaba comparando por ejemplo, después comencé mi primera relación seria y a él le gustaba una niña que se llama lis y entonces pues ella era como delgadita o sea, tenía su cuerpo como los piernas como anchitas, pero su abdomen era bien plano entonces pues todo el mundo era como hay lisa es súper linda, no sé qué y pues yo ahí y luego me entero que me ponen los cachos entonces como que pasó de tener anorexia a ortorexia, que es otro trastorno alimenticio, entonces pues mis 15 años hasta los diecisiete fueron, fueron duros, porque todo el tiempo yo me estaba comparando con las otras chicas*

que porque hay ella sí tiene tal cosa antes precisamente por eso me decía criticarlas, o sea, porque era una forma así como, cómo es eso que a mí me dolía, pues criticarlo entonces sí, claro, sí me afectó resto, resto, resto, bastante, sí y por mucho tiempo”. (Mujer 4, 2020).

Desde su vivencia se puede evidenciar la forma como la rivalidad afecta tanto lo emocional como lo físico, además de llegar a un punto en donde no hay espacios seguros en los que se puedan transitar estas emociones y cada cosa que está sucediendo, sino que se muestra fortaleza en el aparentar y criticar lo que duele.

Dentro de las rivalidades se encuentra la comparación, la envidia, el odio, el desprecio, la superioridad de unas frente a otras, la subordinación, etc. En cada uno de estos aspectos se encuentra algo de fondo que da vida a estos comportamientos y la reproducción automática; el trasfondo de la rivalidad se encuentra construida por la cultura y la forma como cada institución o entorno se encuentra estructurado, la mujer 2 dice *“relaciono mucho con la rivalidad, como con la comparación, siempre siento que hay una comparación con alguien, digamos en el colegio, también pasaba eso o digamos yo me siento mejor que el otro o yo estoy mejor que el otro, o yo estoy mejor que esa chica, o esa chica está peor que yo, o sea, como que es más linda que yo, es menos linda que yo, o si es como ese tipo de cosas, como que siempre nos están comparando y siempre nos están, o sea, nos estamos comparando de hecho y nos estamos diciendo sí somos mejores o peores”* (Mujer 2, 2020).

Ella da paso al antagonismo entre lo que es una y la otra, teniendo presente que no se puede tener un espacio en donde las dos coexistan y construyan juntas, sino que siempre debe estar la rivalidad y la superioridad/inferioridad de por medio. Cuando dos o más mujeres tienen presente la comparación hacen que las relaciones sean más difíciles ya que no se tiene una disposición para entretener experiencias, gustos, situaciones, problemas, etc. Sino que por el contrario se va a tener una disposición alerta para vulnerar y comparar a la otra mujer.

Cuando la rivalidad comienza a suceder en automático, es posible que se pierda el origen de esta y cada acción que se haga no tenga una idea clara de porqué está sucediendo sino que se toma como base el último suceso para justificarse, en otras ocasiones la rivalidad no es directa sino que comienza a ser algo de bandos, la mujer 1 dice *“eso es rivalidad que crean lo que tú dices, es como un teléfono roto, yo la odio, ay... ¿pero por qué la odias? no, porque es amiga de una amiga que odio a... okey ¿no te ha hecho nada? no, no me hizo nada, pero a mi amiga sí, eso es como una manera.”* (Mujer 1, 2020).

Esta relación que nos relata la participante se puede ver como una amistad en donde no se tiene presente un self diferenciado ya que las razones por las que se está creando la rivalidad indirecta es por un pensamiento de moldearse a su amiga, seguir con su amistad a costa de vulnerar a la otra mujer sin tener un acto sororo. Sin embargo, estos sucesos tienen una transformación a medida que se cuestionan en qué espacio se encuentran, la mujer 7 dice *“En algún momento digo cómo pues no le hagas caso. O sea, ignora, ignorala. Pero cuando ya se vuelve como muy intenso, hay que buscar una manera de encontrar el porqué de él, porque esa persona está haciendo eso, de porque se genera una rivalidad entre... entre... entre... dos o más mujeres. Porque muchas veces se crea, se crea entre más, porque digamos, no puede ser que tú odies a una chica simplemente porque a tu amiga le cae mal y pues son cosas que se ven”* (Mujer 7, 2020).

En el momento en que las mujeres hacen consciente las rivalidades por las que están pasando y deciden pararlas, surgen diferentes preguntas que van cambiando poco a poco su self y la percepción que tienen de las relaciones femeninas, este proceso se evidencio específicamente en el momento en que las mujeres salen del colegio y comienzan un proceso universitario, debido que están terminando una etapa y comenzando un nuevo proceso en el

cual pueden volver a construir relaciones y ser quienes ellas quieran, es aquí donde la universidad se ve como un espacio de tránsito y libertad.

Ya que el trabajo de campo se realizó en plena pandemia pudimos dar cuenta que en este momento la rivalidad está guiada a la comparación permanente de quién es más o menos, quién tiene el mejor cuerpo, la mejor vida o las mejores cosas. A medida que el COVID - 19 fue alejándonos más de la presencialidad, la virtualidad tomó fuerza y las redes sociales se volvieron un medio para seguir construyendo esas rivalidades, en especial cuando el COVID hizo que todos estuviéramos conectados en todo momento ya que nos encontrábamos trabajando y estudiando en casa.

Cuando esto sucede las redes sociales comienzan a tener un impacto en el self femenino porque la comunicación con la otra se corta al haber virtualidad pero hay una especie de conexión entre lo que estoy viendo, la forma como me comparo y como esto lo traigo a mi cuerpo y mis emociones, la mujer 4 dice *“dentro de las redes, el concepto que se está volviendo muy popular, es el concepto fitness porque te está diciendo que no, o sea que no comas esto porque entonces te vas a engordar o solo come chíá o solo come así, solo come x grano y no es así, o sea, no está mal que tú te comas algo, porque quieres comerlo, eso no está mal si tu solo quieres comer chíá con garbanzo y ya, pero entonces lo están cambiando, entonces ahí dentro de estas redes sociales, otra vez se está volviendo a fomentar los trastornos alimenticios, pero muy... como también disfrazado de este nuevo modelo fitness, entonces ya ahorita no sólo es la anorexia y la bulimia, sino empieza a aparecer otro trastorno que viene desde hace rato precisamente por la vida fitness y por tener el pensamiento de que se quiere tener ese cuerpo, esa vida y esas cosas que se están viendo en un video”* (Mujer 4, 2021).

Esto es fundamental ya que al consumir todo el tiempo diferentes redes perjudicamos la forma como nos construimos, en especial cuando se suben cosas con la idea de que todas tenemos el mismo cuerpo, entonces no se está siendo responsable con los consejos, rutinas o tips que se dan y es aquí donde esto llega a ser peligroso. Además se tiene una idea de que las redes sociales son reales, y que cada post o historia que se suba es tal cual la vida de estas mujeres, la practicante 3 dice *“por ejemplo, en Instagram hay una cosa que a mí me ha costado un montón aprender y es el tema de la gente que está como con el amor romántico o el amor que estaba acumulando, el amor que tienen a su pareja o a sus amigos y este es solamente un pedazo y uno tiene que aprender que pues en redes uno monta simplemente un pedacito, pero eso cuesta entenderlo porque es como uy, pero yo no tengo eso con mi pareja o no lo hago y me cuesta un montón no hacerlo porque significa que no somos, no vamos a durar, o sea, nada iba a durar siempre, pero somos una relación que no tiene esto o lo otro, o por ejemplo el tema del cuerpo, siento que cada red social tiene su componente violento porque es que sigue siendo competencia en función de, por ejemplo, la dinámica de Facebook e Instagram es un maricada, para ver una foto se debe reaccionar si encanta, gusta, entristece, y en Instagram son los likes normal, hace poquito tuve una crisis con mis fotos de Instagram, hasta archivé todas y me puse a ver cuántos likes tenía esta foto y cuantos los otros, que comentaba la gente, saber que piensan de mí y estar en esta idea de que esta chica tiene más likes, se ve así en fotos, historias”* (Mujer 3, 2021).

Esto es central ya que las redes mueven otras inseguridades, crean dinámicas distintas dentro de nuestras relaciones y self, pero al final tienen el mismo resultado que las rivalidades presenciales, ya que como mujeres nos sentimos vulnerables frente a la otra, ya sea algo virtual o presencial.

Sin embargo, en estas dinámicas las mujeres con las que se tiene una relación sorora acompañan y crean nuevos significados de lo que está sucediendo, la mujer 12 dice *“yo creo que es importante entender que nadie es un rival, nadie para mí es un rival porque yo para que, o sea, creo que este mundo capitalista ya le enseña a uno a pensar que el mundo es competencia de uno, yo siento que la vida es una cuestión de lo que se gana y lo que se pierde... pues ya no entiendo que hay rivalidades antes si, antes creía que todo es una competencia que me graduara primero que tuviera mejores notas, me sentía mal y ahora no, me alegra porque las personas logren lo que yo quiero y las tomo como una inspiración para yo seguir persiguiendo y seguir construyendo lo que me hace bien y lo que me hace sentir feliz”* (Mujer 12, 2021).

Ella nos permite ver la forma como las mujeres estamos en un mundo de competencia, en donde todo gira en torno a esta pero entiende que no hay rivales a medida que sus relaciones tienen esta idea presente porque dentro de las mismas relaciones no se fomenta una competencia o una rivalidad sino que cada cosa que le suceda a la otra o a mi trae una felicidad y un aprendizaje de por medio, aunque claro el poder llegar a construir relaciones sororas es cuestión de tiempo y tiene todo un proceso que se construye de múltiples formas.

La mujer 11 dice *“yo no pienso lo mismo si tengo unas amigas que se piensan la rivalidad, pero no pensaría lo mismo también si no tuviera a mis amigas que no se la piensan y con ellas también puedo hablar de por qué es importante pensárselo, entonces yo creo que la vida es eso y aprender todos los días a que uno puede ir cuestionándose y que como es un proceso que no se acaba, es un proceso increíble porque siempre hay novedad y siempre hay algo más de lo que cuestionarse y aprender”* (Mujer 11, 2021).

Aquí ella nos muestra la forma como su transformación y diferenciación del self está acompañada de las relaciones que construye, ya que sus amigas son sororas y tienen una idea de igualdad entre ellas desde la singularidad de cada una es posible repensar la rivalidad sin llegar a traerla a sus relaciones. La mujer 7 dice *“pero igual el feminismo y mis amigas, como reflexionar con mis amigas acerca de, pues porque, por qué tenemos que ser rivales entre mujeres, sí podemos ser amigas y apoyarnos o poder ser compañeras, ni siquiera amigas y apoyarnos y levantarnos entonces juntas”* (Mujer 7, 2021).

El feminismo permite que ella pueda tener una transformación de sus ideas y sus amigas y es desde estos espacios en donde ella construye sororidad y se cuestiona esta reproducción de comportamientos que hemos vivido por años, deconstruyendo esta mirada masculina que las mantenía, comenzando a tener comportamientos e ideas que nos mueven y construyen como mujeres sin rivalidades.

Cada una ha tenido experiencias y transformaciones totalmente distintas, cada una es distinta, única dentro de su singularidad y a partir de cada entorno en el que se encuentra va construyéndose, dentro del entorno en el que se encontraba la mujer 7 ella dice *“siento que el feminismo está transversal, o sea, lo único que me falta decir fue, posicionarlo en un momento que fue cuando entré a la universidad y empecé a asistir a espacios feministas, a compartir con amigas que se consideran feministas o con amigas que simplemente comparten el hecho de que no hay que ser rivales para ser y no rivales si podemos ser amigas y así”* (Mujer 7, 2020).

Desde su trayectoria vital ella ve el feminismo con un aspecto transversal que ha encontrado en diferentes momentos de su vida, pero en la universidad comienza a estar en estos espacios los cuales le permitieron cuestionar las relaciones femeninas en las que se ha encontrado. Es fundamental ver la forma como sus amistades también permitieron abarcar

esas reflexiones sin ser feministas, esto lo quiero resaltar ya que la rivalidad es un aspecto que se encuentra en la vida de las mujeres y así como surge es posible salir de esas relaciones y tener una transformación tanto en las relaciones con otras mujeres y en la forma como me posiciono en el mundo, este cambio puede darse sin tener que ser feminista, el hecho de que ser mujer es suficiente para poder reflexionar y pensar sobre las rivalidades y la sororidad.

Desde la perspectiva de la mujer 6 encontrar nuevas relaciones femeninas en la universidad le permitió entender la sororidad *“fueron espacios que me mostraron qué es la sororidad y que hay más allá de lo que culturalmente a uno le enseñan respecto a las relaciones entre mujeres, donde uno usualmente siempre ve a las otras como competencia, o que fastidió las viejas porque las viejas somos muy fastidiosas o porque las viejas somos hipócritas y porque peleamos. Pero pues digamos que en estos espacios aprendí que hay más allá de lo que nos enseñan desde chiquito”* (Mujer 6, 2020).

El vivir espacios de sororidad, en donde se planteaban las relaciones femeninas más allá de la rivalidad le permitió conocer el lado de las mujeres que son aliadas, fuertes y cómplices. La mujer 2 dice *“siento que ha sido un patrón de amistades, como que siempre ha sido así, solo que siento que la sororidad me ha dado herramientas para ponerle palabras y para también reconocer un poco cuando las amistades no son tan chéveres”* (Mujer 2, 2021).

La sororidad se convierte en un algo más allá de una relación segura entre mujeres, sino que en este espacio es posible nombrar los malestares que hay, el dolor que se siente o lo que no nos gusta, es por eso que la sororidad es abrazada por tantas mujeres, ya que permite tener una relación entre mujeres que son respetadas, escuchadas y apoyadas.

Dentro de los significados de sororidad trabajados en el grupo focal quiero destacar los de las mujeres 3 y 4, ya que le dan un giro a esta práctica, dejando de lado la romantización en la

que hemos caído muchas veces, ella expresa “*que la sororidad hay una cosa que se ha idealizado un montón, bueno, como feminista, eh, también lo digo, y es que se ha idealizado la sororidad, de la que las relaciones entre mujeres son perfectas y entre ellas y así yo te odié yo te voy a amar y no sé qué cuando no, la sororidad no es eso, pero de alguna forma, eh.. no sé si la cultura popular hace que uno sienta ese compromiso de no importa que tú me caigas muy mal, yo te voy a amar porque eres mujer y debo ser sorora cuando a veces la sororidad no es eso de las realidades, solo sentarte a escuchar o tomar distancia y ser respetuoso también con la existencia de la otra, eh... entonces, no sé, siento que es una, es una lucha interminable que no tiene respuestas únicas, pero que siento que sí tiene un método y es la comunicación absolutamente así duela*” (Mujer 4, 2021).

Esta perspectiva es clave para comprender que la sororidad es algo que tiene bases y que nos permite sacar ese lado humano que se pierde en la rivalidad, ya que sin importar las diferencias que se tengan entre 2 o más mujeres prima el respeto y el bienestar colectivo, para construir desde ahí nuevas relaciones y significados.

Capítulo 4: Apartado disciplinar.

En este capítulo se abordará el fenómeno de la deconstrucción de la rivalidad femenina y la sororidad desde la perspectiva disciplinar de la psicología, con el fin de aterrizar la profesión desde los aportes que se pueden realizar en este campo investigativo.

Uno de los puntos centrales era el vacío metodológico que encontraba en la revisión bibliográfica, esto me permitió construir una investigación que tuviera tres técnicas con el fin de entender a profundidad la sororidad como medio transformador del self femenino.

Teniendo presente esto y elaborando mi investigación desde un paradigma sistémico fue posible tener un acercamiento a la sororidad, entendiéndose como una práctica que se transforma y está en constante movimiento al igual que el self femenino.

La sororidad se construye de diferentes formas dependiendo de la trayectoria vital que ha tenido cada mujer, sin embargo, dentro de la investigación fue notoria la forma como el entorno influye en la reproducción de la rivalidad, específicamente en el colegio y la familia. Estos dos entornos los traigo a la discusión ya que son centrales en el crecimiento de cada niña, ya que estos estructuran y moldean las ideas, creencias e ideologías que tenemos en la infancia, entonces al comprender a las mujeres como un sistema que se interrelaciona con su entorno podemos destacar que el colegio y la familia afectan su self y lo moldean, haciendo que este no se encuentre diferenciado.

Desde esta perspectiva, fue notoria la forma como la universidad fue un entorno fundamental para la autoorganización del self, debido que, al entender el colegio y la universidad como etapas diferentes de su vida, se dio un salto en el cual ellas podían dejar atrás esas relaciones de rivalidad que tanto daño y dolor causaron para ser y construir las relaciones femeninas que querían.

Esto es clave ya que al dar cuenta de las relaciones violentas en las que se encontraban pudieron comenzar a transitar por su self, conociendo quiénes eran, qué les gustaba, que querían y a partir de ahí darse la oportunidad de estar cerca de los espacios y las personas que les hicieran vibrar. Por esto, los espacios feministas o las mujeres que tenían conciencia de las relaciones sororas fueron fundamentales para poder transformar su self desde la sororidad, entendiendo que las relaciones femeninas que construyeran debían tener responsabilidad afectiva, bienestar colectivo, autocuidado y acompañamiento, así mismo estas relaciones comprenden que cada una es distinta y desde su diferencia construyen alianzas.

Por otra parte, la escala de diferenciación del self que se utilizó en la investigación, permitió tener un acercamiento de que el self femenino es proporcional a las relaciones que se construyen ya que estas influyen en la construcción de nuestro self y la forma como nos posicionamos en el mundo. Es por esto que dentro de mi investigación las mujeres que tienen relaciones de rivalidad femenina tienen menos diferenciación de su self lo que quiere decir que no tienen claros sus pensamientos, creencias, emociones e ideas sino que se moldean a otras personas.

Por el contrario, las mujeres que construyen relaciones sororas tienen mayor diferenciación de su self debido que tiene la capacidad para distinguir sus procesos emocionales de los cognitivos, y la capacidad interpersonal para mantener relaciones con otras personas mientras se conserva un yo autónomo.

Este es uno de los aportes más importantes de mi investigación ya que da cuenta de la importancia de construir relaciones sororas, sin importar la edad en la que nos encontremos ya que esto aporta a nuestra salud física y emocional. Como mujeres podemos tener mayor autonomía, tranquilidad en cada uno de los espacios en los que nos encontremos, seguridad

de sí mismas, confianza, etc. De acuerdo con la literatura “*las personas más diferenciadas tienden a experimentar menores niveles de ansiedad situacional y crónica, menos síntomas físicos y psicológicos y menos problemas sociales que las personas menos diferenciadas*” (Bowen, 1989, 1998; Kerr & Bowen, 1988).

Este dato es fundamental ya que da cuenta de la importancia de tener un self diferenciado y la forma como este cambia nuestra vida de forma positiva, es por esto que dentro de mi investigación considero importante estudiar las instituciones educativas básicas y medias ya que en estos espacios se están dando las rivalidades, convirtiéndolos en un entorno que aporta y permite la reproducción de rivalidades femeninas. Es decir que la rivalidad va más allá de las mujeres ya que son estas relaciones que se entretajan en el sistema educativo que de una u otra forma contribuyen a mantener esas rivalidades, lo que da a entender cómo el ambiente escolar es un contexto poco protector por lo cual es pertinente estudiar de qué formas se puede ayudar a los sistemas educativos para que puedan ser más sororos y respetuosos, con el fin de cambiar la idea de que las mujeres solo pueden ser rivales, ya que entre nosotras podemos construir relaciones de igualdad, teniendo presente la diversidad y singularidad de cada una.

Para poder estudiarse es fundamental tener presente qué cosas están haciendo las instituciones educativas superiores como contexto ya que estas permiten que las mujeres estemos en otra dimensión y tengamos una idea de transformación de nuestras vidas. Así mismo, es importante estudiar los cambios que tiene la familia a medida que las mujeres van diferenciando su self, ya que el colegio y la familia se encuentran en mismo nivel y es necesario comprender qué está sucediendo para poder dar este salto.

4.1 Mi experiencia en la investigación.

La construcción de esta investigación fue un proceso completamente inesperado, desde que comienzas a construir la tesis se tiene la idea de que el tema que escoges es vital para ti porque seguramente se tendrán experiencias personales con el tema, sin embargo, este no fue mi caso, ya que tenía otro problema de investigación, pero con el tiempo tuve que cambiarlo por razones personales. Así que cuando planteé la investigación no tenía esta conexión con el tema, de hecho, no me había puesto a pensar en mí, como una mujer que ha construido rivalidades y se ha permitido deconstruirlas. Este pensamiento llegó con el pasar del tiempo, específicamente cuando comencé a hacer el campo ya que al escuchar a las mujeres que participaron en mi investigación me permití reconocer mi experiencia a través de las de ellas.

Y esto fue completamente increíble, porque estaba construyendo espacios seguros, entendiéndolos como un lugar en donde se podría hablar con libertad, respeto y sin miedo a sentirse juzgada ya que se tendría una escucha empática; sin haberlo planeado entendí que este espacio no solo lo construía para las participantes sino también para mí porque estaba siendo parte del campo. Al tener esta mirada, todo comenzó a cambiar, pude entender mi papel más allá de investigadora porque todo lo que hablábamos estaba habitándolo a través de mi cuerpo y mis emociones, dándome cuenta de que también era una mujer que había construido relaciones de rivalidad femenina y no había llegado a tener un espacio en donde hablarlo de forma tan profunda y sentida.

Así que las conversaciones narrativas que construimos y los grupos focales fueron espacios completamente diversos y enriquecedores que me permitieron ir transitando mi proceso de reconocimiento el cual fue un poco doloroso porque entendí que había sido parte de

relaciones en donde llegué a moldearme a mis compañeras de colegio, dejándome de lado y permitiendo que se construyeran rivalidades entre mis amigas, pero también construyéndolas.

Al estar en un colegio femenino desde transición no pude comprender otro tipo de dinámicas en mi colegio, ya que siempre noté que era posible tener amigas, compañeras con las cuales tratar y enemigas. Estas enemigas eran las relaciones con las que tuvimos rivalidades con mis amigas y en las conversaciones con las participantes de la investigación note que no sabía porque me habían caído mal o porque las trataba diferente. Este no recordar me ayudó a entender que muchas veces construimos rivalidades porque a nuestra amiga no le cae bien alguien o porque se escucha algo mal de ella, pero no porque me hubiera hecho algo directamente y es aquí donde reconocí esta reproducción de rivalidades sin ningún tipo de motivo.

El hablarlo de forma abierta con otras mujeres me ayudó a entenderlo de una forma conductual como lo habla Mingo en sus hallazgos, porque anterior a este espacio había construido relaciones con otras mujeres en donde la rivalidad fue un tema de conversación y lo hablamos, pero no fue el tipo de charla que te permite pensar algo al respecto, sino que tenía como centro el chisme, el saber que había sucedido y de qué forma había terminado.

La forma como estas pláticas sucedieron también me permitió pensar en el tipo de amistad que estaba construyendo con mis amigas, ya que muchas veces olvidamos la importancia de sentir ese apoyo por parte de otras mujeres. Aunque creo que esto no había sido una conversación profunda por lo que no reconocía lo que sucedió y mi papel en estas rivalidades.

Luego de las conversaciones me tomé el espacio para reflexionar acerca de lo que había vivenciado ya que no quería volver a caer en lo mismo, sin embargo, me di cuenta de que la Nathalia del colegio era muy diferente a la Nathalia actual y esto fue clave, porque comprendí que mi proceso de moldearme con los otros había estado transformándose y que las cosas que hacía en el pasado ya no se encontraban en mi vida.

Aunque sé que hay otras que debo seguir mejorando ya que mi self no se encuentra completamente diferenciado y eso es algo que debo resaltar, a pesar de que la escala fue clave para comprender el self creo necesario entender que una escala puede quedarse corta ya que el self se mueve, cambia y se reorganiza todo el tiempo por lo que un número se queda corto ya que el diferenciarnos es un proceso de subir/bajar/girar y en este momento podría decirles que el encontrarme en espacios sororos con mujeres que son amigas, cercanas o desconocidas me ha dado tranquilidad y bienestar para encontrarme. Cuando comienzas a sentir esto y notar como te sientes más cómoda, le apuestas a estos espacios porque gran parte de lo que fue mi vida en el colegio no pude llegar a sentir esto.

Capítulo 5: Conclusiones y recomendaciones.

A partir del proceso investigativo con mujeres bogotanas que han tenido experiencias de rivalidad femenina fue posible comprender la importancia que tiene la sororidad en las relaciones femeninas para poder deconstruir estas rivalidades que son producto de un sistema patriarcal. En términos de hallazgos pude descubrir categorías que aportan a la misma y sirven de incentivo para seguir estudiando el fenómeno de la deconstrucción de la rivalidad femenina y la sororidad en futuras investigaciones.

A partir de lo anterior, se crean recomendaciones sobre la importancia de estudiar la sororidad y la deconstrucción de la rivalidad, también se hacen algunas sugerencias que permiten dar una respuesta general a la a la elaboración de los resultados de la investigación.

Dentro de las técnicas utilizadas para mi investigación la escala de diferenciación del self me permitió comprender la rivalidad femenina y la sororidad teniendo como eje común el self femenino, el cual se estudió por medio de las 5 subescalas. Sin embargo, en mi investigación pude acercarme al fenómeno y entender algunos aspectos, pero había una limitación por parte de la escala.

Es por eso que considero importante realizar una modificación de esta ya que las preguntas que maneja no son puntuales en el tema de rivalidad femenina; al hacer esta modificación y realizando su respectivo pilotaje es posible llevar mi investigación más allá y así dar cuenta del fenómeno con una escala que tenga una mirada más amplia del problema investigativo.

Entendiendo que las mujeres construimos relaciones de rivalidad ya que la educación y la forma como se construye la sociedad tiene una mirada masculina de fondo que llega a moldear nuestro self y cada relación o espacio en el que nos encontremos, es fundamental apostarle a espacios sororos en diferentes entornos, aunque la investigación da cuenta de la carencia de esta en los colegios es necesario crear espacios seguros en los que se pueda cuestionar estas rivalidades para transformar las relaciones femeninas.

Por esto considero importante orientar recursos que permitan construir espacios de sororidad tanto en las escuelas, como en otras instituciones (incluida la familia) ya que en los resultados de mi investigación pude dar cuenta del cambio que se da en las mujeres de forma positiva cuando la sororidad hace parte de su vida y es posible cambiar esta idea tradicional de que las mujeres sólo podemos ser rivales.

Estos espacios deben ser seguros, horizontales, con perspectiva de género, pedagógicos y a la vez reflexivos, ya que este aspecto permite plantar una duda en la mujer que le permite cuestionarse o reflexionar sobre lo que está viviendo. Además de esto, este espacio debe centrarse en la escucha, ya que en los resultados se pudo dar cuenta de la importancia de recalcar que el espacio que se está teniendo es de confianza para poder conversar y tejer dolores, experiencias y emociones que nos suscita la rivalidad y la sororidad.

Por otra parte, considero clave pensarse estos espacios por medio de la secretaría distrital de la mujer ya que es una entidad que puede darle prioridad a este tema de investigación y así crear de forma pedagógica un espacio por localidades en el que puedan estar mujeres y niñas que han tenido relaciones de rivalidad femenina. Así se tendrá un proyecto que pueda llegar a diferentes estratos socioeconómicos y no se tenga como limitación la falta de cobertura del proyecto, sino que este se piense para el alcance de todas las mujeres.

Así mismo, es importante que este tema no sólo sea estudiado en Bogotá, sino a nivel nacional para así tener un proyecto que permita comprender el impacto que tiene este fenómeno tanto social como culturalmente, ya que es importante conocer qué sucede en otros departamentos y las dinámicas que tiene la rivalidad y la sororidad en otras ciudades. Además, es considerable construir el proyecto que mencionaba con anterioridad a nivel nacional, ya que la rivalidad no sólo se encuentra en Bogotá y la construcción de estos espacios y/o proyectos permitirán transformar la vida de miles de colombianas.

Además, es pertinente poner en el ojo de las apuestas investigativas esta problemática ya que será posible tener más respuestas, también es importante realizar más estudios a profundidad del tema con el fin conocer más sobre el self femenina y la forma como este se transforma a medida que las mujeres construyen relaciones sororas. Además, es pertinente estudiarlo con una mirada contemporánea de la familia, ya que la forma como la familia va cambiando las relaciones de rivalidad femenina puede que también tengan una transformación, entonces al considerar a la familia fuera de lo tradicional será posible tener nuevos hallazgos.

Bibliografía.

Benedicto, C. (2018) Malestares de género y socialización: el feminismo como grieta. Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq. vol.38 no.134 Madrid.

Barberousse. P. (2008). Fundamentos teóricos del pensamiento complejo de Edgar Morin. Revista Electrónica Educare, vol. XII, núm. 2, 2008, pp. 95-113 Universidad Nacional Heredia, Costa Rica

Erazo, M. I., Jiménez, M. & López, C. (2014). Empoderamiento y liderazgo femenino; su papel en la autogestión comunitaria en el corregimiento El Hormiguero - Valle del Cauca. Avances en Psicología Latinoamericana, vol. 32(1), pp. 149-157.

Castillo, L. (2017) Sororidad en el módulo “Fortaleciendo mis capacidades para una mejor calidad de vida” del programa avanzamos mujeres del INAMU, región Chorotega. Costa Rica.

Cobo, R. (1995) 10 Palabras claves sobre mujer. Editorial Verbo Divino. Estella Navarra.

Curriculum Nacional Base Guatemala. (2014). La sororidad es una nueva forma de relacionarse. Guatemala

Estupiñán, J. González, O. (2015) Narrativa conversacional, relatos de vida y tramas humanos: Hacia la Comprensión de la Emergencia del Self en Interacción en Contextos Ecológicos. Ediciones USTA.

¿Por qué nos insultamos tanto entre mujeres?. Fucsia.co. Tomado de <https://www.fucsia.co/estilo-de-vida/articulo/por-que-hay-tantos-insultos-entre-mujeres/71726/>

Garciandía, José (2005). Pensar sistémico. Una introducción al pensamiento sistémico. Colombia. Editorial Pontificia Universidad Javeriana.

Gómez, P. (2018) Violencia y Agresión entre Mujeres Escolares: Conductas que Afectan el Desarrollo Humano. Universidad Externado de Colombia. Bogotá.

González M. (2014). Las amigas dan fatiga. Una aproximación a las relaciones de las mujeres. Tesis de maestría. Barcelona.

Lagarde, M y de los Ríos (2000) Claves feministas para la autoestima de las mujeres. San Cristóbal, Madrid.

Lagarde, M. y de los Ríos (2012) El feminismo en mi vida, hitos, claves y topias. Instituto de las mujeres del distrito federal. México.

Lamas, M. (2000). Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. Cuicuilco, vol. 7, núm. 18. Distrito Federal, México.

León, D. (2013) Feminidades en conflicto y conflictos entre mujeres. Secretaria nacional de la juventud. Perú.

Martinez. M, M. Los grupos focales de discusión como método de investigación.

Matud, P. (2004) Autoestima en la mujer: un análisis de su relevancia en la salud. Avances en Psicología Latinoamericana. Vol.22 Pp. 129-140. España.

Mingo, A. (2016) «¡Pasen a borrar el pizarrón!» Mujeres en la universidad. Revista de la educación superior. Ciudad de México.

Oliver, J. & Berástegui, A. (2019). La Escala de Diferenciación del Self (EDS): desarrollo y validación inicial. Mosaico, 72, 100-119.

Papo, D. Boccaletti, S. Bullmore, E. (2014) Teoría de las redes complejas. Complex network theory and the brain. Sinc. Recuperado de:
<https://www.agenciasinc.es/Noticias/La-teoria-de-redes-complejas-ayuda-a-entender-como-funciona-el-cerebro>

Quiroz, A. Velásquez, A. García, B y González P. (2002) Técnicas Interactivas para la Investigación Social Cualitativa. Universidad Javeriana de Cali.

Revista Semana. (2010). Las peores enemigas. Relaciones personales. Recuperado de
<https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/las-peores-enemigas/124780-3>

Reyes, R.G. (2008) Introducción. Edgar Morin y el pensamiento complejo. Centro Universidad Abierta. Pontificia Universidad Javeriana.

Riba, L. (2016) Memorias De Mujeres: La sororidad como experiencia de empoderamiento para resistir a la violencia patriarcal. Franciscanum 165, Vol. LVIII.

Sandoval, C. (2002). Programa de Especialización en Teoría, Métodos y Técnicas de Investigación Social. Bogotá, Colombia.

Tamayo, A. A. (1999). Teoría de sistemas. Universidad Nacional de Colombia. Recuperado de:<http://bdigital.unal.edu.co/57900/1/teoriageneraldesistemas.pdf>

Tamayo, J. (2016). Construyendo una pedagogía de la sororidad desde la casa cultural tejiendo sororidades de Cali (Colombia). La manzana de la discordia Vol. 11, No2. Cali.

Torres, C. (2012) La violencia escolar femenina: una mirada desde los adolescentes. Hal archives-ouvertes. Bogotá.

Zambrano, A. (2018) El self como sistema dinámico: evidencias en los relatos y narrativas de niños, niñas y adolescentes trabajadoras en Bogotá. Tesis de grado. Universidad Externado de Colombia.

Anexos.

ANEXO 1. Escala de diferenciación del self (EDS)

Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	2	3	4	5	6

		1	2	3	4	5	6
1	La gente suele decirme que soy excesivamente emocional	<input type="checkbox"/>					
2	Tiendo a permanecer fiel a mis ideas incluso en situaciones de tensión	<input type="checkbox"/>					
3	Me cuesta expresar mis sentimientos a las personas que más me importan	<input type="checkbox"/>					
4	Cuando alguien cercano a mí me disgusta, me distancio de esta persona por un tiempo	<input type="checkbox"/>					
5	No importa lo que me suceda en la vida, siempre sabré quién soy yo	<input type="checkbox"/>					
6	A menudo me siento inhibido cuando estoy con mi familia	<input type="checkbox"/>					
7	Tiendo a hacer que mis padres/parejas hagan lo que yo quiero	<input type="checkbox"/>					
8	Normalmente, no cambio mi comportamiento por agradar a los demás	<input type="checkbox"/>					
9	Cuando alguien importante para mí me critica por algo, me quedo dolido/a durante mucho tiempo	<input type="checkbox"/>					
10	Tiendo a distanciarme cuando alguien se acerca demasiado a mí	<input type="checkbox"/>					
11	Me gustaría no ser tan emocional	<input type="checkbox"/>					

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
	1	2	3	4	5	6
12	En ocasiones, mis sentimientos me desbordan y no me dejan pensar con claridad	<input type="checkbox"/>				
13	Siento la necesidad de aprobación de prácticamente todo el mundo en mi vida	<input type="checkbox"/>				
14	A menudo, me siento incómodo/a cuando la gente se acerca demasiado a mí	<input type="checkbox"/>				
15	Me gusta convencer a los demás con mis opiniones	<input type="checkbox"/>				
16	Suelo tratar de imponer mis ideas y mis deseos a los demás	<input type="checkbox"/>				
17	Soy capaz de tener mis emociones bajo control	<input type="checkbox"/>				
18	Me preocupa perder mi independencia en las relaciones más íntimas (amigos, pareja, familia...)	<input type="checkbox"/>				
19	Con frecuencia, me muestro de acuerdo con los demás para evitar disgustarles	<input type="checkbox"/>				
20	Me acepto tal y como soy	<input type="checkbox"/>				
21	A veces me siento como si estuviera en una montaña rusa emocional	<input type="checkbox"/>				
22	A veces lucho con los demás por ser yo el/la que tome las decisiones	<input type="checkbox"/>				
23	Cuando una de mis relaciones (familiares, de pareja o de amistad) se vuelve muy intensa, siento la necesidad de alejarme de ella	<input type="checkbox"/>				
24	Siempre soy fiel a mis criterios, aunque las personas más importantes para mí me presionen en otro sentido	<input type="checkbox"/>				
25	Hay que respetar las opiniones de los demás que son diferentes a las mías	<input type="checkbox"/>				
26	Tiendo a reaccionar con calma, incluso en situaciones difíciles	<input type="checkbox"/>				
27	Soy capaz de decir "no" a los demás, incluso cuando me siento presionado por ellos	<input type="checkbox"/>				
28	Siempre evitaré recurrir a alguien de mi familia en busca de apoyo emocional	<input type="checkbox"/>				

Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	2	3	4	5	6

29	Tiendo a presionar a los demás para pensar y hacer las cosas a mi manera	<input type="checkbox"/>					
30	Me preocupa menos agradar a los demás que tratar de hacer lo que creo que es correcto	<input type="checkbox"/>					
31	Cuando estoy con mi familia o con mi pareja, a menudo me siento reprimido	<input type="checkbox"/>					
32	Me gusta salirme siempre con la mía	<input type="checkbox"/>					
33	A veces, me siento mal físicamente después de discutir con mi pareja, mis padres o mis amigos	<input type="checkbox"/>					
34	Tiendo a imponer a los demás mis criterios	<input type="checkbox"/>					
35	Hago lo que creo que es correcto, independientemente de lo que otros digan o piensen de mí	<input type="checkbox"/>					
36	Mis decisiones se ven influidas fácilmente por la presión de los demás	<input type="checkbox"/>					
37	Normalmente, me manejo bien solo con los problemas, a menos que sea necesario recurrir a la ayuda de los demás	<input type="checkbox"/>					
38	Llevo bien que los demás piensen de forma distinta a mí	<input type="checkbox"/>					
39	La relación con mi familia/pareja/amigos podría ser mejor si me dieran el espacio que necesito	<input type="checkbox"/>					
40	Se me hierde con mucha facilidad	<input type="checkbox"/>					
41	Me molesto cuando los demás no piensan como yo	<input type="checkbox"/>					
42	Me sentiría más cómodo/a si pudiera vivir aislado/a de la gente	<input type="checkbox"/>					
43	Buena parte de mi energía se dirige a ser lo que otras personas quieren que sea	<input type="checkbox"/>					
44	Me resulta fácil mostrar mi desacuerdo con las opiniones de los demás.	<input type="checkbox"/>					
45	Pase lo que pase, siempre tengo bajo control mis emociones	<input type="checkbox"/>					

Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	2	3	4	5	6

		1	2	3	4	5	6
46	En una discusión acalorada, me suelo centrar tanto en mis ideas que me olvido de escuchar las de los demás	<input type="checkbox"/>					
47	Distingo con facilidad mis pensamientos y sentimientos de los pensamientos y sentimientos de los demás	<input type="checkbox"/>					
48	Puedo juzgar por mí mismo/a si hago o no hago bien las cosas	<input type="checkbox"/>					
49	Tengo un conjunto de valores y creencias bien definido	<input type="checkbox"/>					
50	Siento como si entre mis familiares y yo se hubiera roto el vínculo	<input type="checkbox"/>					
51	Mis decisiones y comportamientos están basados en la aprobación que obtengo de los demás	<input type="checkbox"/>					
52	Me suelo apoyar en las personas importantes para mí cuando lo estoy pasando mal	<input type="checkbox"/>					
53	Tolero bien las diferencias de opinión; no trato de convencer a los demás de mis criterios	<input type="checkbox"/>					
54	En ocasiones, cambio mis opiniones para evitar discusiones con los demás	<input type="checkbox"/>					
55	Si tengo algún conflicto con alguien, trato de hablarlo para solucionarlo	<input type="checkbox"/>					
56	Cuando me enzarzo en una discusión, me cuesta detenerme	<input type="checkbox"/>					
57	Mi propia percepción de que he hecho bien las cosas es más importante que la alabanza de los demás	<input type="checkbox"/>					
58	Escucho los pensamientos y sentimientos de mis padres, pero no siempre estoy de acuerdo con ellos ni me comporto como me dicen	<input type="checkbox"/>					
59	Aunque puedan surgir algunos conflictos, nunca me distanciaré de las personas más importantes para mí	<input type="checkbox"/>					

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
	1	2	3	4	5	6
60	Tomo decisiones basadas en mi propio conjunto de valores y creencias		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
61	Me afectan las cosas de forma mucho más intensa que a los demás		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62	Lo que espero de mí mismo/a es más importante que lo que los demás esperan de mí		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63	Me siento anestesiado/a emocionalmente		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
64	Tiendo a evitar discrepar, para que los demás no se molesten		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
65	Intento que los demás me comprendan expresándoles lo que pienso, lo que siento y lo que creo		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66	Aunque les duelan mis opiniones y deseos, no me cuesta discrepar con las personas más importantes para mí		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67	Me he llegado a distanciar de muchas personas importantes		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
68	Tengo claro quién soy, lo que creo, lo que defiendo, y lo que haré o no haré		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
69	Cada vez que tengo un problema con la familia/pareja/amigos, tiendo a alejarme		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
70	Me cuesta mucho ponerme en el lugar de los otros		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
71	A menudo sufro altibajos emocionales		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
72	La gente a la que quiero no conoce mis verdaderos pensamientos ni sentimientos sobre algunas cosas		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
73	Llevo mal que entre los demás y yo puedan existir diferencias de opinión		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
74	Evito contarle a la gente mis problemas		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>