



## SALUD MENTAL Y GÉNERO

### **Jhorima Vielma Rangel**

Profesora adscrita al Dpto. de Psicología y Orientación, Facultad de Humanidades y Educación, Universidad de Los Andes. Telefax: 58-274-2621103, 58-274-2401851.  
Correo Electrónico: [vielmajhori@hotmail.com](mailto:vielmajhori@hotmail.com).

### **Contenido**

- Resumen/Abstract
- Palabras Claves/Key Words
- Salud mental y género
- Femenidad y masculinidad
- Paternizar y maternizar desde la perspectiva de género
- La socialización de una nueva masculinidad y el conocimiento de los/as otros/as
- La desmitificación del amor, la desmitificación del género
- La masculinidad y el amor maduro
- Propuestas
- Referencias Bibliohemerográficas

### **Resumen**

El presente artículo forma parte de una investigación bibliohemerográfica realizada sobre las contribuciones de los estudios de género a la psicología de la personalidad (Vielma, 1999). Se vinculan teóricamente, tres aspectos: Bienestar psicológico, bienestar social, salud mental y género; dentro de una concepción humanística y psicodinámica de la salud mental. Se hace una breve referencia, al trabajo realizado por algunos investigadores latinoamericanos desde el punto de vista de sus reflexiones, enmarcadas dentro de diversos enfoques y tendencias teóricas o elaboradas a partir de sus impresiones personales y autoreferencialidad. Entre ellos se encuentran: Barrios (1999), Cabral y García (1999), Matheo (1998), Michelena (1998), Thomas (1997), Ravelo (1996), Montesinos (1995), Velásquez (1995), Lamas (1995), Lander (1994) y Fernández (1994). Se formulan algunas interrogantes y se presentan como propuestas: Repensar, profundizar, debatir y desmitificar las representaciones sociales y visión tradicional, convencionalmente aprendidas e introyectadas sobre el género.

### **Palabras Claves**

Salud mental, género, bienestar psicológico.



## MENTAL HEALTH AND GENDER CONSCIOUSNESS

### Abstract

The present work forms part of library research on gender studies and psychology of the personality (Vielma, 1999). Within a psychodynamic humanist conception of mental health lie three related aspects: psychological well being, social well being, and gender adaptation. Brief reference is made to Latin American works from foci and theoretical tendencies derived from personal opinions and individual experience. Among the works we find: Barrios (1999), Cabral y García (1999), Matheo (1998), Michelena (1998), Thomas (1997), Ravelo (1996), Montesinos (1995), Velásquez (1995), Lamas (1995), Lander (1994) and Fernández (1994). Questions and answers develop from re-thinking, from psychological deepening, debate, and the demystification of social roles and traditional views upheld by convention and projected upon gender consciousness.

### Key Words

Mental health, gender, psychological well being.

### Salud mental y género

De acuerdo con lo propuesto por algunos/as psicólogos/as, el bienestar psicológico y el bienestar social, en cuanto a las identidades genéricas, se ha visto obstaculizado por las disociaciones y contradicciones presentes en el quehacer cotidiano y en la forma en que ha sido, es y continua siendo socializado el género.

La ausencia de bienestar psicológico está condicionada por las presiones sociales a que están sometidas consciente o inconscientemente las personas y a su dificultad para rebasar este tipo de alineación. Se debe así mismo, al hecho que las personas vivencien el ser femenino o el ser masculino en medio de la confusión o el sufrimiento, crisis emotivas, desajustes situacionales y hasta somatizaciones (Barrios, 1999).

De acuerdo a los enfoques humanistas dentro de la psicología, la salud psicológica o mental de un individuo, está sujeta a un estado de integración de los distintos componentes de la personalidad, y de ésta con su medio. Esto significa que existen dos aspectos indisociables: El avenimiento, armonía o conformidad del sujeto consigo mismo/a y su adaptación al entorno socio-cultural.

Con base a estos fundamentos, el ser humano posee salud psicológica cuando:

- a. Existe equilibrio entre sus deseos y las exigencias de la sociedad
- b. Experiencia bienestar interno y



- c. Mantiene adecuadas relaciones interpersonales o cuando éstas son calificadas como sanas, armoniosas, solidarias y se manifiestan así en las relaciones de género. Al respecto surge una interrogante:  
¿Estamos socializados como identidades de género para el bienestar psicológico?.

En Latinoamérica los/as autores/as que han reflexionado sobre el género, han logrado sin proponérselo, develar un fenómeno que al ser analizado desde diversos enfoques y tendencias teóricas o a partir de sus impresiones personales o de la autoreferencialidad, termina conduciéndonos a tratar forzosamente el tema de la salud mental.

Para Thomas (1997), repensar las identidades implica trabajar con lo reprimido, con el inconsciente y con aquello hasta ahora asociado a lo prohibido. Con todo lo que nos angustia, preocupa y evitamos hacer como hombres o como mujeres; con el temor al abandono o supuesta pérdida de la masculinidad y/o la feminidad. Hay que asociar lo que hasta ahora ha estado precisamente dissociado: la masculinidad con la sensibilidad, la ternura y la emocionalidad; y la feminidad con la cultura, el placer y el goce.

Montesinos (1995), Michelena (1998) y Ravelo (1996), coinciden con Thomas(1997), de algún modo, cuando sugieren en sus trabajos, la necesidad preponderante de desmitificar tanto al sexo como a la identidad de género; En el sentido de que los afectos de las mujeres ya no sean definidos en relación a los afectos masculinos y viceversa, tal y como rígidamente se ha hecho en algunas sociedades y culturas. Específicamente al género de los afectos. Punto de encuentro y de desencuentros para muchos. ¿Es que acaso existe un género de los afectos? (Vielma, 1999).

## **Feminidad y masculinidad**

Cuando se habla acerca de la feminidad y de la masculinidad en Latinoamérica y en otros países del mundo, también hay que referirse a las concepciones tradicionales de ser femenino o masculino dentro de un amplio contexto. Lo femenino o la feminidad, suelen estar asociadas a la maternidad, a las representaciones sociales de la mujer como madre a manera de fatalismo biológico y confirmación de que verdaderamente se es una mujer. Pero, ¿Qué sucede cuando ésta no es elegida o no puede materializarse en medio de la esterilidad?, y ¿Cuándo a nivel intrapsíquico la maternidad es consumada sólo para postergar la soledad o se elige como un modo de anticiparse a las restricciones que deben asumirse en la vejez?.

La función simbólica de maternizar va mucho más allá de la maternidad, aún cuando sigue siendo una construcción históricamente idealizada. Hay que asimilar que ni la maternidad ni la paternidad se corresponden en sentido absoluto con la feminidad o con la masculinidad.

## **Paternizar y maternizar desde la perspectiva de género**

La educación de hijo(a)s sano(a)s, y padres y madres más equilibrados, tiene un reto implícito: Revalorizar la vida y el amor; entendiendo que la maternidad no es el único modelo de amor que existe. Desde el seno mismo de la familia se debe educar para



maternizar y paternizar desde un profundo compromiso personal, que involucre activamente al hombre. El hombre debe asimilar que al paternizar y maternizar o comprometerse afectivamente, no correrá el riesgo de afeminarse, como suele creerse; pues el ser sensible y amoroso no provocará la disminución de su virilidad o le impedirá paternizar desde la metáfora de la Ley (Velásquez, 1995).

Según Thomas (1997), el hombre suele paternizar en un escenario en el cual irremediamente tendrá que conciliar con el ejercicio de la Ley simbólica, no precisamente desde la violencia, pero sí desde lo doméstico, lo afectivo, lo cotidiano y lo privado.

Al respecto, Lamas (1995) y Michelena (1998), sugieren que para que ocurra la estructuración de un sujeto sano es necesario que las figuras parentales desde su deseo y subjetividad no se posicionen de manera narcisística en el Edipo de sus hijos e hijas. Así mismo, plantean que la construcción de nuevas identidades y nuevos sujetos sociales está determinada por un nuevo perfil masculino: el del hombre padre y compañero, no el del hombre patriarca, ahora vengado por las mujeres; o del hombre hijo que la madre ha poseído en la manifiesta anulación o exclusión de la pareja provocada por ella misma. Respecto a ello, la mujer debe compartir la maternización.

### **La socialización de una nueva masculinidad y el conocimiento de los/as otros/as**

Sobre este punto Lamas (1995), afirma que para el nacimiento de nuevos hombres y también de nuevas mujeres se requiere la separación – disyunción de la díada madre-hijo(a), dado que ésta es de carácter simbólico. La relación de atrapamiento obstaculiza la autonomía de los hijos.

En este orden de ideas, Matheo (1998), propone que las cosas podrían cambiar si los hombres y las mujeres se plantearan como una necesidad interior el hecho de reivindicarse consigo mismo como persona. Según ésta psicoanalista, el representarse y sentirse más humanamente, ellos, ya no como machos, dueños de las mujeres y de los/as hijos/as, y ellas, ya no como víctimas, madres sumisas o mujeres autosuficientes; estarán en capacidad de actuar de otra forma. Ellos conocerán otra dimensión de las mujeres, ya no sentirán temor o ambivalencia. Ellas por su parte, podrán salir de su autoatrapamiento en la maternidad, percibiéndose como hijas y mujeres adultas menos insatisfechas en su narcisismo, menos orientadas a ejercer el poder erótico de la seducción en sus aventuras amorosas, y a no ser tan posesivas con sus futuros amores.

### **La desmitificación del amor, la desmitificación del género**

Otros/as autores/as, analizan el problema de la desmitificación y el desfetichar el género a partir de algunas consideraciones acerca de las relaciones amorosas propiamente dichas, del ejercicio de la autoridad y de un nuevo perfil de la masculinidad.

Acerca de las relaciones amorosas, Matheo (1998) y Michelena (1998), plantean que aunque históricamente las relaciones amorosas han estado conflictuadas, es posible



afianzar la esperanza de cultivar el amor maduro tanto en los hombres como en las mujeres. Para ello, sugieren trabajar el conflicto desde el punto de vista psicodinámico.

Desde sus enfoques, el hombre está aún más limitado que la mujer. Ella deberá aceptar que la maternidad no es una condición exclusiva para dar y recibir amor. El, tendrá que trascender a la disociación mantenida por su negativa a renunciar a los vínculos infantiles simbólicos mantenidos inconscientemente con la madre y a vencer las tendencias, tiránicas o empobrecidas que perturban su relación amorosa con las mujeres, convirtiendo en estéril e insoportable la vida en común entre ellos.

Desde ésta óptica, se considera que la relación del hombre y la mujer adultos está determinada por vivencias infantiles conscientemente olvidadas, pero, inconscientemente vigentes.

### **La masculinidad y el amor maduro**

De acuerdo con Matheo (1998), el problema masculino, cuando de amor maduro se trata, está relacionado con una relación afectuosa problematizada que provoca ambigüedad. El hombre teme inconscientemente a la mujer. ¿Pero por qué razón teme precisamente a quién ama?.

Con base a la propuesta de Lander (1994) y Fernández (1994) en concordancia con Matheo (1998), podríamos decir que en la experiencia clínica psicoanalítica es frecuente dilucidar la dificultad que muestra el hombre a nivel simbólico para mantener unidas las corrientes sexual y afectiva en sus experiencias amorosas. El hombre según esto, vive en medio de una paradoja al no poder concentrar la sexualidad en aquella mujer a la que ama, ni poder experimentar un amor profundo con la mujer que despierta su sexualidad. Ello, ha sido además reforzado socialmente con una equivocada concepción de la hombría y de la masculinidad.

El hombre bajo los indicios propios del patriarcalismo ha tenido, pese al costo que ello representa para su salud, la obligación de demostrar su hombría por medio de la autosuficiencia, y la ocultación de sus necesidades afectivas y el ejercicio de la violencia contra si mismo ( Barrios, 1999).

En el presente, algunos hombres en función de su bienestar psicológico, ya han dejado de lado las actitudes defensivas, tomando la iniciativa de cuestionar también sus roles tradicionales.

Aún pareciera estar fuertemente arraigado en el inconsciente, el “fantasma del varón blando” (Thomas, 1997). Afortunadamente, las nuevas concepciones que se están gestando sobre la masculinidad pretenden vencer a ese fantasma, que durante muchos años fue nutrido, incluso por las reiteradas demandas inconscientes de las mismas mujeres.

Los estudios psicológicos, sociológicos y antropológicos, han demostrado la naturaleza más derivada que arbitraria de los códigos simbólicos sobre la virilidad y sobre la masculinidad. Si la masculinidad es un guión simbólico, entonces el ser el macho, el valiente y hábil para desafiar a las normas, ser un hombre de verdad o auténtico hombre o



ser muy potente sexualmente; ya no serán los elementos definitorios más convincentes para referirse a ella (Montesinos, 1998).

## PROPUESTAS

Al focalizar nuestra atención sobre el género como categoría de análisis, como construcción sociocultural y socio-simbólica, producto de la mediación entre lo histórico, económico – político y lo subjetivo individual en constante pero lenta transformación, suscrito a la identidad y a la personalidad; y a todo el proceso de individuación y estructuración psíquica, a lo social biologizado, ligado a lo inconsciente y a lo ya vivido, se propone lo siguiente:

1. Tratar de repensar las identidades de género, tal y como es sugerido por Thomas (1997), fuera de los estereotipos y esquemas de género tradicionalmente concebidos como lo sano, lo propio o lo normal, el deber ser, actuar y funcionar como si se fuese masculino o femenino, y por Vielma (1999), dentro de un contexto cultural específico.
2. Reflexionar a nivel de los estudios de género en Latinoamérica, sobre la construcción de nuevos modelos de feminidad o masculinidad, clasificados binariamente por la cultura, pero subsumidos uno dentro de otro dialécticamente como identidad, como subjetividad y realidad psíquica.
3. Revisar, profundizar y renovar el discurso en todas sus expresiones. Establecer nuevas metáforas, asociaciones e imágenes, como lo plantean Cabral y García (1999), enfrentando la resistencia al cambio cultural (Montesinos, 1998), y la resistencia a las transformaciones que cotidianamente se abren paso en la vida cotidiana (Vielma, 1999); a la negación de la historia y a la renovación de las representaciones sociales sobre la identidad de género (Banchs, 1999).
4. Debatir sobre la noción de “complementariedad” como mapa mental representativo del mundo, de la existencia, de los cuerpos y de todo cuanto forma parte tanto de nuestra realidad objetiva como subjetiva. La conmovición sobre el género ha de ser holística, no basada en clasificaciones binarias o dicotómicas siempre en destaque de las diferencias sociales y sexuales finalmente humanas. Es cierto que somos diferentes y también únicos, pero socialmente estas concepciones nos han marcado, encasillado, reprimido y confundido. La integración sería una vía sana para reconocer y armonizar las diferencias no para disociarlas psíquicamente. La integración simbólica de los opuestos, lo masculino y lo femenino, vistos como unicidad, en coexistencia, nos haría sentir como menos alienante “el ser”, ya no tan aferrado al uso de la máscara social que nos ubica en un lugar y no excluye de otro. La integración a nivel psíquico se traduciría en bienestar, y a nivel socio-jurídico-político-económico y religioso en equitatividad.
5. Deconstruir la visión tradicional que se tiene sobre las relaciones de género, sobre las representaciones sociales que están desentramando los convencionalismos. Los estereotipos y los roles ya no definen de manera esencial la identidad personal o la identidad de género. Tanto lo masculino como lo femenino, desde el punto de vista de lo prescrito, adscrito y prohibido no tiene asidero en la confirmación del principio patriarcal poder- sumisión, posesión de riqueza, demostración de virilidad,



autorrealización de la maternidad, fecundidad; o en formas normatizadas de sentir, pensar, actuar y desear. Las relaciones de género deben surgir de los propósitos de los individuos, de su necesidad de solidaridad y de encuentro, no de competencias y temores a enfrentar las mistificadas pérdidas en el amor o en la convivencia. Nos conduciría a ser menos prejuiciosos en el ejercicio docente y a vivir menos conflictuados en la vida cotidiana.

6. Intervenir para desmitificar al género como sinónimo de sexo y a la identidad genérica como sinónimo de identidad psicosexual. Esto puede canalizarse a través de la intervención socio-clínica y psicoeducativa por medio de los estilos de crianza y los estilos educativos. El propósito sería significar las identidades genéricas en el contexto latinoamericano y promover el surgimiento de relaciones más sanas, como fuentes generadoras de salud mental o bienestar psíquico.

Se piensa que la confusión, y la contradicción han inspirado un rebasamiento de los modelos patriarcales o machistas a favor de las mujeres. Sin embargo, desde un punto de vista crítico lo ideal sería que incitaran al ejercicio de roles más fundamentados en el respeto, la valorización del cuerpo, de los deseos, los sentimientos y actitudes más solidarias para las mujeres y para los hombres, y para el bienestar psicológico y la salud mental de ambos.

### Referencias Bibliohemerográficas

- BANCHS, MARÍA AUXILIADORA. (1999) Representaciones Sociales, Memoria Social e Identidad de Género. Ponencia presentada en el XXVII Congreso Interamericano de Psicología. Caracas, Venezuela.
- BARRIOS, LEONCIO. (1999). Citado por Montes, A ( 1999). ¡Que Difícil es Ser Hombre!. Diario "El Nacional". Caracas, Venezuela, 25 de Junio.
- CABRAL, BLANCA E. y GARCÍA, CARMEN TERESA. (2000) Masculino/femenino... y Yo?. Identidad e Identidades de Género. AVEPSO. Fascículo N° 10 Mérida.
- FERNÁNDEZ, I. (1994) Las Máscaras de la Masculinidad. Masculinidad y Feminidad. T(r)opicos. Año IV, V.1, 2.
- LAMAS, MARTA. (1995) Usos, Dificultades y Posibilidades de la Categoría Género. La Ventana. Estudios de Género. N 1.
- LANDER, R. (1994) Feminidad y Lógica del Fallo. T(r)opicos. Año 4. Vol. 1- 2.
- MATHEO, E. (1998) El Amor Maduro: Cuando un Hombre ama a una Mujer. Ciclo de Conferencias "Frente al Hombre". Venezuela, ASOVEP.
- MICHELENA, G. (1998) Lo que del Hombre hace Mujer. Ciclo : "Frente al Hombre". Caracas, Venezuela, ASOVEP..



- MONTESINOS, R. (1998) Cambio Cultural y Crisis en la Identidad Masculina. El Cotidiano.
- RAVELO, P. (1996) En Busca de Nuevos Paradigmas: Algunas Reflexiones en Torno a la Categoría de Género. En: Acta Sociológica. Encuentros y Desencuentros. La Perspectiva Social de Género. UNAM. México.
- THOMAS, FLORENCE. (1997) Conversación con un Hombre Ausente. Ensayo. Bogotá, Arango Editores.
- VELÁSQUEZ, J. (1995) Deseo, Ley e Identidad: una Mirada Psicoanalítica sobre las Diferencias de Género. En Arango, L. y otros (1995). Género e Identidad. Ensayo sobre lo Femenino y lo Masculino. Colombia, Tercer Mundo Editores. Uniandes.
- VIELMA, JHORIMA. (1999) Las Relaciones de Género: Tema Controversial en la Enseñanza de la Psicología en Latinoamérica. Ponencia presentada en el II Encuentro de Educadores Universitarios: Profundización en la Latinoamericanidad. Caracas, UCV.
- \_\_\_\_\_ (1999) Aproximación al Estudio sobre las Representaciones Sociales de Género. Una exploración con estudiantes Universitarios. Ponencia presentada en el 27 Congreso Interamericano de Psicología. Venezuela.

**Revista Otras Miradas**  
**Grupo de Investigación en Género y**  
**Sexualidad**  
**GIGEX**

Facultad de Humanidades y Educación  
Universidad de Los Andes  
Mérida-Venezuela

<http://www.saber.ula.ve/gigesex/>  
[gigesex@ula.ve](mailto:gigesex@ula.ve)