

Amar es Comunicarse: El consultorio del amor¹

Un proyecto para cuestionar nuestras concepciones sobre el amor romántico a través de las comunicaciones

Aguilar Bravo, Sharon Mabel
Facultad de Ciencias y Artes de la Comunicación
de la PUCP
s.aguilarb@pucp.edu.pe

Arrelucea Suarez, Andrea Miranda
Facultad de Ciencias y Artes de la
Comunicación de la PUCP
andrea.arrelucea@pucp.edu.pe

Fuentes Coronado, Ella Sofía
Facultad de Ciencias y Artes de la Comunicación
de la PUCP
efuentesc@pucp.edu.pe

Moreyra Arias, Grecia Guadalupe
Facultad de Derecho
grecia.moreyra@pucp.edu.pe

Pérez Reátegui, Andrea Melissa
Facultad de Psicología
perez.andrea@pucp.edu.pe

Santivañez Santos, Eva Verónica
Facultad de Ciencias y Artes de la
Comunicación de la PUCP
eva.santivanez@pucp.edu.pe

Resumen:

“El Consultorio del Amor” es una de las iniciativas ganadoras del Concurso de Iniciativas de Responsabilidad Social para Estudiantes 2021 promovido por la Dirección Académica de Responsabilidad Social PUCP. El proyecto fue ejecutado durante el periodo de mayo a agosto de 2021 por estudiantes de las especialidades de Comunicación para el Desarrollo, Psicología y Derecho desde un enfoque preventivo contra la violencia de género en parejas. Este tiene por objetivo crear espacios de intercambio de experiencias mediante herramientas como talleres, tests en línea y podcast para que jóvenes universitarios tengan un espacio seguro para dialogar sobre sus percepciones sobre el amor romántico. La intervención se realizó en la Facultad de Comunicaciones de la PUCP (Lima) y la UNSAAC (Cusco) con el apoyo de los Centros Federados de ambas instituciones.

Palabras clave: Comunicación, podcast, comunicación para el desarrollo, género, amor romántico, responsabilidad social universitaria, violencia de género.

Loving is communicating: "El Consultorio del Amor". A project to question our conceptions of romantic love through communication.

Abstract:

"El Consultorio del Amor" is one of the winning initiatives of the Contest of Social Responsibility Initiatives for Students 2021 promoted by the Academic Direction of Social

¹ Contacto Consultorio del Amor: consultoriodelamorproyecto@gmail.com

Página de Instagram: [@elconsultorio.amor](https://www.instagram.com/elconsultorio.amor)

Página web: <https://elconsultoriodelamor.com/>

Spotify: <https://open.spotify.com/show/7x8Lh6fv9O8mUmfA8ODtsh?si=6f435b106a7e4926>

Responsibility PUCP. The project was implemented during the period from May to August 2021 by students from the specialties of Communication for Development, Psychology and Law from a preventive approach against gender violence in couples. This initiative aims to create spaces for the exchange of experiences through tools such as forums, online tests and podcasts so young university students can have a safe space to discuss their views on romantic relationships. The intervention was carried out at the Faculty of Communications of the PUCP (Lima) and the UNSAAC (Cusco) with the support of the Federated Centers of both institutions.

Keywords: Communication, podcast, gender, romantic love, gender violence, university social responsibility, Communication for Development.

1. Introducción

La pandemia por el covid-19 llegó a nuestras vidas para cambiarlas en diferentes aspectos, esto incluye las formas de amar y construir vínculos sexo-afectivos. Con las cuarentenas, el miedo al contagio y las normativas estatales para hacer frente al coronavirus, comenzamos a comunicarnos mediante las pantallas con nuestras amistades, familiares, nuestros compañeros/as de trabajo y/o clase y, claro, con nuestros vínculos afectivos. Durante el año 2020, en el marco del curso “Recursos Comunicacionales”, de la especialidad de Comunicación para el Desarrollo que forma parte de la Facultad de Ciencias y Artes de la Comunicación en la PUCP, el profesor Claudio Zavala propuso a los y las estudiantes que desarrollen experiencias comunicativas que contribuyan a solucionar alguna manifestación presente en la problemática de violencia de género en el Perú. Este proyecto surgió entre los integrantes del equipo a partir de largas horas de conversación por video llamada. Diversos temas como las relaciones a distancia, las aplicaciones de citas o la infidelidad fueron dando forma, poco a poco, a esta iniciativa. Nos pareció importante poder conversar de esto libremente y en confianza, en un espacio seguro y de escucha empática. Así, el equipo decidió abordar la violencia psicológica y simbólica que se presentan en las relaciones de pareja, pero desde un enfoque preventivo, abriendo un espacio especial para jóvenes. Así nace el Consultorio del Amor.

Esta propuesta responde a la problemática de la normalización de la violencia psicológica en las relaciones de pareja a través de los discursos del amor romántico en jóvenes limeños de 18 a 25 años, una edad en la cual, al desarrollo de mayor autonomía se le acompaña un mayor grado de vulnerabilidad debido a la agresividad que han adquirido las relaciones sociales en la actualidad.

Como parte del trabajo de investigación para el diseño de la propuesta se realizó un diagnóstico en jóvenes universitarios a través de entrevistas y focus group separados por género. Esto con el fin de tener un conocimiento más detallado acerca de las concepciones del amor romántico, los celos y la infidelidad de los y las participantes. Como hallazgo se encontró que los jóvenes pueden llegar a justificar tipos de comportamiento violentos en las relaciones de pareja debido a los mitos del amor romántico presentes en su entorno cercano. Dentro de los mitos más comunes que se encontraron en esta investigación están los celos, la infidelidad y la “media naranja”, los cuales suelen ser interpretados como signos de amor

verdadero cuando en realidad corresponden a comportamientos abusivos. Por esta razón, desde el enfoque de la comunicación relacional, el equipo delimitó como problema de comunicación: “la dificultad que tienen jóvenes limeños, entre 18 y 25 años, para dialogar sobre celos e infidelidad en sus relaciones de pareja, la cual es generada y alentada por los discursos e imaginarios del amor romántico”.

Durante el año 2021, el equipo trabajó desde un enfoque multidisciplinario durante su participación en el Concurso de Iniciativas estudiantiles de Responsabilidad Social Universitaria (RSU-PUCP). A la iniciativa se sumaron estudiantes de las especialidades de Psicología y Derecho, quienes contribuyeron con nuevos enfoques para el fortalecimiento de la propuesta. El proyecto consistió en la grabación de seis episodios de podcast con estudiantes de la Facultad de Comunicaciones de la Universidad San Antonio de Abad del Cusco (UNSAAC) y de la Facultad de Comunicaciones de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP) teniendo en cuenta las necesidades y preferencias de los mismos. Así, el Consultorio del Amor representa una experiencia donde las diversas disciplinas trabajan en torno a una problemática de género con estrategias creativas para crear espacios seguros de diálogo.

2. Marco teórico

En primer lugar, para entender la multidimensionalidad de la violencia contra mujer, hay que definir las dinámicas de poder estructuradas en la sociedad actual. Sobre ello, Bosch y Ferrer explican que “un mecanismo de control social para mantener la subordinación de las mujeres respecto a los hombres” (2020, p.2) es el patriarcado, el cual funciona para justificar la violencia contra la mujer debido a las percepciones de desigualdad y superioridad de los hombres ante las mujeres. Con el fin de perpetuar dicho orden social, se difunden mitos y relatos que impregnan las relaciones y se han ido transformando junto a las nuevas interacciones sociales. Hoy en día, aún cuando se considera el amar como una libre elección, existen mecanismos de control sutiles y formas normalizadas de cómo debe manifestarse el amor de pareja (Flores, 2019, p.286-287).

Así, el “amor romántico” se presenta como el ideal de amor al que todas las personas deben aspirar. Este se compone de mitos como el de la “media naranja”, el de la pareja como única fuente de felicidad, el de la omnipotencia (“el amor lo puede todo”), el de emparejamiento (estar en pareja es la única forma de vivir), de la equivalencia (estar enamorado es igual que amar), y el de la pasión eterna (Flores, 2019). Es así como las relaciones de subordinación y desigualdad en las relaciones afectivas se mantienen vigentes, pues las mujeres representan lo emocional-inferior, y los hombres lo racional-superior. En estos vínculos se pueden conformar espacios marcados por la llamada “plusvalía emocional”. Esta es definida como el valor que acumulan las figuras masculinas en la relación en base al amor que reciben de sus parejas (Citado en Bosch y Ferrer, 2020, p.6), de manera que, los individuos no se encontrarán completos a menos que se sitúen en una relación de pareja determinada por los mitos mencionados.

Respecto a las formas en las que el amor romántico se reproduce, se propone que “entre los componentes del mito occidental del amor destacan tres ideas: el amor conlleva sufrimiento, el amor es igual a la pasión, no está controlado por la voluntad, y el amado es propiedad del amante y viceversa” (Sánchez, 2013, p.89). Dichas ideas se relacionan con la manifestación

de los celos en las relaciones de pareja. En tal sentido, las investigadoras Marcos e Isidro, tras su análisis del tema, consideran que los celos en parejas de adolescentes y jóvenes están normalizados y que son considerados de dos formas: como una muestra de amor, o como un sostén de las relaciones de pareja (2019, p.15). Es por esa razón que muchas mujeres heterosexuales aceptan que sus parejas tengan actitudes violentas y posesivas con ellas.

Otras investigaciones, como la de Chóliz y Gómez (2002), explican desde una perspectiva psicoanalítica, que los celos no son vistos como una muestra de violencia en sí, sino que la violencia radica en cómo se manifiestan. Profundizan en aspectos como el por qué sentimos celos y cómo ese sentir es diferente dependiendo de los hechos sucedidos en la relación. Asimismo, exponen que la construcción patriarcal se encuentra en cómo estos son exteriorizados. Definen los celos, por un lado, como el “recelo que alguien siente que cualquier afecto o bien que disfrute o pretenda, llegue a ser alcanzado por otro” y, por el otro, como la “sospecha, inquietud y recelo de que la persona amada mude su cariño poniéndolo en otra” (s/p). Estas concepciones nos hacen notar que los celos son una experiencia en la que concebimos al sujeto amado como un objeto propio y por ello cuando sentimos una amenaza de perderlo, manifestamos diferentes sentimientos de angustia o ira.

Chóliz y Gómez (2002) plantean una tipología de los celos en base a los sentimientos que se experimentan y las situaciones que acontecen para producirlos. a) Los celos románticos, es decir, la amenaza de pérdida de la cualidad de una relación amorosa se experimenta de una forma intensa y desagradable; b) Los celos sospechosos se suelen caracterizar por una reacción de temor, ansiedad, incertidumbre por el devenir de la situación, inseguridad y sospecha de un tercero; c) Los celos consumados se producen cuando la amenaza es real y constatada. A veces, el sujeto que siente estos celos se centra en la pérdida de la relación, entonces, experimenta tristeza; otras veces se centra en la “traición” que ha “sufrido”, entonces, siente ira; o también en los defectos propios, y experimenta depresión; o en la superioridad del rival, lo que le produce envidia. Por último, d) los celos patológicos que son considerados un trastorno en el cual una persona se convence de que su pareja sexual es o le será infiel. Estas personas se caracterizan por actuar con una hipervigilancia y al primer indicio de alguna acción sospechosa, comienzan a culpar a su compañero/a como la causante del malogro de la relación y la responsable de su desgracia.

Las mismas investigadoras hacen hincapié en las diferencias de expresión de los celos en hombres y mujeres. Así, la emoción que predomina en los hombres es la ira, por lo cual los celos suelen ser manifestados de manera explosiva, con reacciones de agresividad, ataques u ofensas verbales. El objeto de la agresión suele ser la otra persona con la que se mantiene la relación, o el tercero en discordia; asimismo, depende del deseo que predomine: deseo de venganza, o de restablecer la relación (Chóliz y Gómez, 2002, s/p.). Es debido a estos sentimientos que experimentan muchos hombres que suelen manifestar acciones violentas contra las mujeres, lo cual, en nuestro país conduce al asesinato de decenas de ellas cada año²

² Desde el inicio de la emergencia sanitaria por el covid-19, en el Perú se han registrado casos de violencia física, psicológica y, lamentablemente, feminicidios en el país. El 2020 culminó con 132 feminicidios registrados y 204 tentativas. La cuarentena y el estado de emergencia obligó a muchas mujeres y niñas a vivir con sus agresores sin poder buscar ayuda (Defensoría del Pueblo, 2020). Asimismo, otra forma de violencia bastante presente en el país es la violencia psicológica. Durante el 2021, los Centro de Emergencia Mujer atendieron 75,894 casos y registraron 136 casos con

, acto que viene representado en la frase “si no eres mía, no eres de nadie” (Chóliz y Gómez, 2002, s/p.). Las investigadoras recalcan que estas formas de manifestar son enseñadas socialmente en espacios marcados por estructuras patriarcales.

Para finalizar, esta exposición sobre los celos, conviene recordar a Roland Barthes en su libro “Fragmentos de un discurso amoroso” (1977), en donde sintetiza el sentir del celoso/a:

“como celoso sufro cuatro veces: porque estoy celoso, porque me reprocho el estarlo, porque temo que mis celos hieran al otro, porque me dejó someter a una nadería: sufro por ser excluido, por ser agresivo, por ser loco y por ser ordinario” (p.58).

Otro mito del amor romántico es la fuerte exigencia de la exclusividad a la pareja, sobre todo en el aspecto sexual. Si se llega a cometer una infidelidad, es considerada como una desgracia o deslealtad (Vanegas, 2011) que transgrede el pilar de las relaciones de pareja y se vincula con el sentimiento de pérdida e ira generada por los celos. Sin embargo, a pesar de que tiene implicaciones morales el ser infiel, para el que lo realiza, con quién lo realiza y para el engañado, muchas personas realizan esta acción y conlleva diversos significados. Según Vanegas (2011, p. 100), la infidelidad en las relaciones de pareja usualmente tiene distintos significados. 1) La infidelidad para escapar del objeto invasivo que tiene que ver con que la persona que es infiel, se siente absorbida por su pareja y experimenta sentimientos de pérdida de sí misma. 2) La infidelidad para obligar a la reparación aparece como una forma de vengarse del compañero, quien ha traicionado el acuerdo implícito de darle atención y disponibilidad sexual. 3) La infidelidad para negar la desidealización del objeto de amor que acontece cuando un sujeto tiene temor en comprometerse con otra persona y realiza alguna acción que, inconscientemente, haga que termine con la relación y el compromiso que acarrea estar en pareja. Por último, 4) la infidelidad para salvaguardarse del abandono se da cuando un sujeto mira el tener una sola relación como una amenaza y como medida de precaución ante el abandono tiene relaciones de parejas paralelas.

Cabe mencionar que se han normalizado y estereotipado las figuras como el/la infiel, la/el amante y el/la “cornuda”; además, todavía son tomadas como formas de deshonor. El problema radica cuando entra a colación la dinámica de los celos. Entonces, la situación ya no solo tiene un cariz moral, sino que corre peligro hasta la vida, en su mayoría, de muchas mujeres que han sido infieles. Estos asesinatos son los mal llamados “crímenes pasionales”, los cuales muchas veces se presentan como justificados, porque se ha transgredido el valor o la dignidad de la pareja, en su mayoría, hombres.

Otro concepto importante a abordar nace a partir de las transformaciones de los vínculos sexo afectivos en la actualidad: el amor líquido. El sociólogo Zygmunt Bauman (2003) acuña dicho término en un contexto económico neoliberal, que no solo se ha asentado en dinámicas de consumo de objetos, sino también en nuestras formas de relacionarnos. Plantea que se han llevado las prácticas de consumo al terreno de los vínculos, es decir, que no solo se consumen cosas, sino también personas o mejor dicho experiencias románticas con personas. En tal sentido, el amor es visto como una situación en la que se corre el peligro de perder tiempo y estabilidad emocional. Lo que se desea es que el amor sea visto como cualquier mercancía; entonces, debes consumir más y rápidamente, en este caso, relaciones humanas, y, en el

características de feminicidio. Es importante resaltar que la mayoría de estos casos se dieron en vínculos de pareja y hacia mujeres de 18 a 59 años (Programa Nacional AURORA, 2022).

momento que las personas se aburren, pueden desecharse y comenzar una nueva relación y así sucesivamente.

Sumado a lo anterior, el filósofo Alain Badiou (2011) distingue, por un lado, el momento de enamorarse como “caer” enamorado y sentir esa ilusión como “acontecimiento” de, por otro lado, la construcción del amor donde suelen producirse situaciones más complejas como discusiones, rutina o compromisos. Badiou expone que, debido a ciertos mitos del amor romántico, las personas suelen considerar que el amor es meramente el acontecimiento de enamorarse y sentirse ilusionado. Una manifestación de ello son las páginas o aplicaciones de citas rápidas, como Tinder o Grindr que tratan de dar el “amor asegurado”, con garantías de que una persona no va a correr ningún riesgo, ya que va a poder saber qué producto (persona) consume, a través de su información de cuenta. Todo lo descrito también implica la aparición de nuevas formas de relacionarse o evitar relacionarse de forma online y offline como el *ghosting*³, y el *orbiting*⁴.

Es decir, el contexto en el cual se forman los vínculos sexo afectivos actualmente se ve inmerso tanto en el concepto de amor romántico como en las transformaciones del amor líquido, ambas manifestaciones impregnadas, a su vez, de las dinámicas de poder hetero patriarcales. Sobre esto, actualmente se presenta un espacio comunicacional heterogéneo: por un lado, un momento de mucha crítica feminista contra el machismo; por el otro, existen varios pensamientos que tienen una génesis patriarcal como la concepción del amor y el cómo se llevan las relaciones de pareja, ya que suelen estar basados en mitos del amor romántico. En tal sentido, la comunicación hace posible el diálogo entre estas heterogeneidades personales, sociales y culturales. Allí donde ella existe es posible articular, fomentar, mediar y por lo tanto integrar sin eliminar las diferencias, cuestionando la desigualdad y el aislamiento (Alfaro, 1993).

Esa perspectiva de la comunicación como un proceso relacional fue desarrollada por la comunicadora Rosa María Alfaro (1993), quien destaca lo comunicativo como una dimensión básica de las relaciones humanas y socioculturales. Ello implica reconocer la dinámica entre actores donde existe un “uno” y “otro” o varios “otros” entre quienes se establecen interacciones, principalmente subjetivas. Entonces van definiendo los significados sobre sí mismos, sus identidades y sus procesos de socialización; también ponen en juego sus valoraciones. Así, construyen relaciones de intercambio múltiples, pero también asimétricas que repercuten en sus subjetividades (1993, p. 23-28).

Todo lo anterior explica la motivación para abordar la problemática del amor romántico desde la comunicación, ya que las relaciones de pareja son un encuentro en el que se tejen identidades social y culturalmente construidas, pero que, si se encuentran en un contexto tan

³ Ghosting: ocurre cuando una persona interrumpe toda comunicación con su círculo de amistades y/o la persona con la cual se encuentran en un vínculo afectivo. Esta acción se caracteriza por ocurrir sin ninguna explicación o advertencia previa (SunnyDoll, 2016).

⁴ Orbiting: esta acción es entendida como una forma de ghosting más cruel, pues ocurre que, luego de que la persona ha ghosteado, pero continúa presente de forma parcial en las redes sociales de la otra persona. Anna Lovine, quien acuñó esta expresión, señala que la persona “te mantiene no suficientemente cerca para que ambos se puedan observar; y lo suficientemente alejada para nunca tener que hablar” (BBC, 2018)

marcado por el machismo, tienden a generar la validación de pensamientos y afectos contruidos en desigualdad.

Por último, sobre el valor educativo dentro de la comunicación: “no hay educación posible sin comunicación, la que posibilita significativas interacciones de enseñanzas y aprendizajes” (Alfaro, 1993). Entonces, lo que se trata de hacer con este análisis del amor romántico es poder criticar las concepciones del amor que tenemos, pero también lograr una pedagogía de esta crítica. Es decir, lograr que las personas podamos aprender a criticar estas concepciones del amor que muchas veces han devenido en actos de violencia contra un sector de la población, las mujeres.

3. Diagnóstico y análisis de la problemática

Durante el 2020, se realizó un diagnóstico con el objetivo de identificar los discursos e imaginarios sobre las relaciones interpersonales y el amor en jóvenes de 18 a 25 años. Este proceso de acercamiento al grupo poblacional elegido fue diseñado desde un enfoque comunicacional, por lo que se priorizó mantener un lenguaje cercano y un formato amigable al perfil de la muestra. Así, se logró conocer perspectivas diversas y sinceras sobre cómo piensan el amor los y las jóvenes. Durante este proceso, se aplicaron tres herramientas de recolección de información: una encuesta, entrevistas y focus group.

En primer lugar, se realizó una encuesta virtual que fue respondida por 136 personas. Esta permitió conocer las características sociodemográficas de la población y significó un primer acercamiento hacia las actitudes del público en torno al tema. Principalmente, se realizaron preguntas abiertas y de opción múltiple sobre las relaciones de pareja, la relación entre el sexo y el amor, los celos y la infidelidad. Es importante resaltar que el equipo investigador recibió diversos comentarios positivos sobre la encuesta pues, según los y las participantes, esta les permitió exteriorizar sus ideas y reflexionar sobre esta problemática. Esto fue una manifestación importante de la existencia real y actual del problema y la importancia de abordarlo.

En base a las respuestas sistematizadas en la encuesta, se realizaron entrevistas vía zoom a tres parejas. Esto permitió conocer un poco más sobre el punto de vista de ellas en torno a los temas ya mencionados. Por último, se realizaron dos focus group diferenciados por el género. Esta herramienta se diseñó así para poder lograr un mayor nivel de confianza y seguridad para las y los participantes, pues las preguntas realizadas abordaron algunos temas que podían ser sensibles para ellas y ellos. Asimismo, se tomó en cuenta la importancia de diseñar un protocolo de contención emocional y apoyo en el espacio virtual. Durante una investigación de este tipo, es importante tomar en cuenta que se está generando conocimiento en conjunto a las sensibilidades de quienes, voluntariamente, decidieron aportar con su tiempo y testimonios. Por lo tanto, se deben generar espacios seguros y empáticos para permitir la expresión.

El diagnóstico realizado, nos mostró que un 67% de las y los encuestados consideran que los celos son naturales. Asimismo, perciben que la principal causa de los celos podría ser la desconfianza en uno/a mismo/a y las inseguridades. Además, en las entrevistas y focus group se observó que las mujeres participantes asumen que los celos por parte de una pareja pueden ser indicadores de una conducta violenta, mientras que los varones señalaron que los celos

pueden indicar afecto y temor por perder a la otra persona, pero que, en extremo, pueden ser dañinos. Es importante resaltar que pocos participantes mencionaron la necesidad de dialogar con respecto a los celos en sus relaciones.

Una variable importante en la investigación fue la infidelidad. Así, en la encuesta realizada a 136 personas, un 80% indicó que no perdonaría una infidelidad en la relación, pues consideran que es una ruptura de confianza y que transgrede el orgullo de la persona. El equipo investigador identificó una pequeña cantidad de mensajes agresivos y de venganza cuando se habla del tema. Por último, los y las participantes coincidieron en que la infidelidad es un síntoma de que algo no está funcionando en la relación y que debe ser hablado.

Por último, se realizaron preguntas en torno a los mitos del amor romántico y el amor líquido. Por un lado, los y las participantes reconocieron no creer en los mitos del amor romántico. Asimismo, señalaron que las relaciones sexoafectivas implican esfuerzo, dedicación y tiempo que no siempre están dispuestos/as a asumir. En el grupo de participantes se encontró que los varones presentaron resistencia a comprometerse en una relación si esto implica monotonía. En el caso de las participantes, el mayor temor a comprometerse se basa en las posibles actitudes controladoras o violentas de las posibles parejas.

En base al diagnóstico realizado, se concluyeron tres puntos importantes. En primer lugar, se encontró que los y las jóvenes quieren hablar de amor. No solo les es divertido, sino también “terapéutico” participar de espacios como los que se plantearon durante el diagnóstico. En segundo lugar, se encontró que las personas son conscientes de la violencia existente contra las mujeres y la desigualdad de género, y cómo esto influye en las relaciones de pareja. Sin embargo, persisten discursos violentos que subyacen a lo políticamente correcto en cuanto a temas relacionados a la infidelidad y los celos. Por último, en relación al segundo punto, se encontró necesario visibilizar manifestaciones de violencia simbólica en los vínculos afectivos, pues no dañan necesariamente la integridad física de las personas, pero sí su bienestar mental.

4. Proyecto: Consultorio del Amor

A partir de los hallazgos de la investigación, se diseñó el Consultorio del Amor desde un enfoque preventivo contra la violencia de género en parejas. Así, se busca promover espacios de diálogo e intercambio de experiencias entre jóvenes de 18 a 25 años mediante herramientas como talleres, tests en línea y podcast. Es importante mencionar que la experiencia fue diseñada para que los y las participantes se sientan parte de un espacio seguro en el cual puedan dialogar con confianza. Por esto, es importante la interdisciplinariedad del equipo del Consultorio que, actualmente, se encuentra conformado por comunicadoras, una psicóloga y una abogada. Esto ha permitido ejecutar las actividades con protocolos de contención emocional y mecanismos de acción para que el público encuentre en el Consultorio una experiencia no solo educativa, sino divertida y segura.

Resulta importante narrar brevemente la primera experiencia del Consultorio que se llevó a cabo en el año 2020. En esta experiencia piloto, se decidió grabar cinco capítulos de podcast, los cuales fueron protagonizados por las creadoras del proyecto. Cada capítulo es una conversación que aborda diferentes temas sobre las relaciones sexoafectivas y vivencias

propias de las protagonistas. Asimismo, se diseñó un test virtual para que los y las participantes completen. Como resultado de esto, las personas obtuvieron un diagnóstico, en base a las respuestas marcadas, y se les sugería un capítulo del podcast, o “pastillas”, para escuchar. Por último, es importante mencionar que el test y los capítulos se compartieron a un grupo de personas que luego brindaron sus opiniones acerca de la experiencia piloto. Así, finalmente, la ruta que propone el Consultorio del Amor a las personas que deciden participar es la siguiente: responder un test de preguntas, escuchar un podcast asociado al tipo de respuesta que se origina a partir del test y generar una expresión reflexiva (un texto o una expresión gráfica -un dibujo, una foto, un collage, etc.) a partir de lo que la escucha le hizo pensar o sentir, la cual puede subir a un repositorio digital especialmente habilitado. En base a lo aprendido en esta experiencia, se diseñó la experiencia del Consultorio del Amor para el año 2021.

5. Ejecución del proyecto y resultados de la experiencia 2021

El Consultorio del Amor fue una de las iniciativas ganadoras de los apoyos económicos brindados por la Dirección Académica de Responsabilidad Social (DARS PUCP), en el marco del Concurso de Iniciativas de Responsabilidad Social para Estudiantes 2021. Así, se decidió trabajar con un grupo de estudiantes de las facultades de Comunicaciones de la PUCP, en Lima, y la UNSAAC, en Cusco. La ejecución de la iniciativa comenzó en junio y culminó en septiembre de ese año. En primer lugar, se inició la convocatoria de voluntarios/as con el objetivo de conseguir un mínimo de cinco estudiantes de cada universidad participante. Se conformaron entonces dos grupos de estudiantes: un grupo conformado por la comunidad PUCP y el otro conformado por la comunidad UNSAAC. Esto ayudó a generar espacios más agradables y cómodos, pues cada grupo compartía códigos de comunicación propios. Sin embargo, las particularidades de cada grupo significaron un reto específico para el equipo del Consultorio, las cuales debieron ser abordadas desde diferentes perspectivas.

La participación de las y los voluntarios supuso que el equipo del Consultorio no sea quien grabe los podcasts con las reflexiones sobre los temas de interés asociados a los mitos del amor romántico. En esta ocasión, el equipo acompañaría el proceso de cada grupo de voluntarios y voluntarias para que logren generar sus propios audios, lo cual constituye el componente educativo-comunicativo de la experiencia.

Sobre los contenidos de las sesiones, se dividieron en dos partes: sesiones de diálogo y aprendizaje, y reproducción para el podcast (tres sesiones); y otra de discusión y grabación del podcast (tres sesiones). En total se desarrollaron ocho sesiones con los/as voluntarios/as, incluyendo la bienvenida y clausura. Es así que, en total, cada grupo logró grabar tres capítulos para el podcast. En las sesiones de discusión, se promovía el diálogo y la escucha activa entre los y las participantes en torno a temas específicos propuestos por el equipo facilitador (celos, infidelidad y amor en la virtualidad). Para esto fue necesario reducir los tiempos de exposición por parte del equipo para dar pie a la conversación. Por otro lado, en las sesiones de grabación de podcast, se diseñaron preguntas guía para promover la conversación y se les brindó consejos para poder grabar el podcast desde sus casas en sus dispositivos electrónicos disponibles. Para estas sesiones, fue muy importante mantener una continua comunicación por si alguno/a de los participantes presentaba alguna dificultad para

grabarse. Es importante recordar que lo hacían desde sus casas y era muy usual que ocurrieran problemas de conectividad e interrupciones.

Como resultados principales de estas actividades, se pueden destacar tres aspectos: la convocatoria y participación de los estudiantes, los aprendizajes obtenidos en los talleres y grabaciones de podcast, y el intercambio a través de medios digitales.

Con respecto a la convocatoria, ésta generó un alto interés por parte de los estudiantes de comunicaciones en la PUCP y UNSAAC, con un total de 39 postulaciones. Luego, se consolidó un grupo de siete integrantes de la PUCP y ocho integrantes de la UNSAAC para la participación en talleres y podcasts. De manera que, como resultado de esta convocatoria se puede evidenciar que los estudiantes de ambas universidades se encuentran dispuestos a participar de iniciativas como El Consultorio del Amor, es decir, de espacios de conversación en relación al amor romántico y sus mitos.

Con respecto a los aprendizajes, a partir de los talleres y grabaciones de podcasts, se obtuvieron resultados positivos, ya que se alcanzó la meta de tener cuatro sesiones de taller y grabar tres episodios con respecto a los temas de celos, infidelidad y *cyber love*. Estas grabaciones contaron con la participación activa de los miembros voluntarios, ya que se produjo intercambio de experiencias personales, consejos y puntos de vista sobre los temas. En ese sentido, otro resultado importante del Consultorio del Amor es que este logró ser un espacio de confianza y escucha en el cuál los y las participantes podían compartir inquietudes y dudas. De igual manera, ellos pudieron hacer contrastes con respecto a sus concepciones sobre el amor romántico y las experiencias de sus compañeros. Por lo que, estos aprendizajes no se limitaban a su experiencia dentro del Consultorio, sino que también se aplicaba a sus relaciones con amigos o parejas.

Por otra parte, a nivel de intercambio en plataformas digitales, los participantes del Consultorio comentaron que el recorrido conformado por el test del “Diagnóstico” y la escucha de los episodios del podcast “Las Pastillas” les resultó entretenido, pero al mismo tiempo, como una oportunidad para reflexionar sobre sus actitudes. En este sentido, estas herramientas les permitieron examinar cómo se relacionan y cuáles son sus concepciones con respecto al amor romántico. De igual manera, estos sirvieron como preparación previa a los talleres y grabación de podcast, ya que, sus resultados podían ser conversados en grupo mediante las sesiones de talleres. A su vez, se logró consolidar la web del Consultorio del Amor como un espacio que se mantiene abierto y disponible para la escucha de los podcast y el desarrollo del recorrido.

A su vez, el Consultorio del Amor es una iniciativa que ha permitido crear un espacio seguro para el intercambio de sentires y concepciones sobre el amor romántico. De esta experiencia se rescata el hecho de que los elementos lúdicos, así como el acercamiento cercano y horizontal por parte de las facilitadoras fue clave para lograr este clima de confianza y respeto.

Por último, como parte de los resultados, hay que analizar tanto los factores que facilitaron como los que obstaculizaron el desarrollo del proyecto. En primer lugar, como factores que facilitaron el desarrollo de las actividades encontramos la apertura de los estudiantes de la PUCP y UNSAAC en tratar los temas que El Consultorio del Amor aborda, por ejemplo,

celos, infidelidad y ciber relaciones. Los estudiantes tenían gran interés en cuestionar los mitos del amor romántico, lo cual permitió el poder realizar sesiones ricas en debate y perspectivas. Muchas veces se llegó a conclusiones que como gestoras del proyecto no habíamos pensado. Por ejemplo, poder visualizar cómo el sistema de justicia peruano también ha estado basado en mitos del amor romántico al llamar a los feminicidios “crímenes pasionales”. Así también, cuán complicado es denunciar el maltrato psicológico en las comisarías, ya que el sistema pide que demuestres ciertas acciones que son intangibles, lo que genera que muchas personas, en su mayoría mujeres, no puedan denunciar a sus victimarios.

Asimismo, consideramos otro factor importante el hecho de que las actividades se realizaran por vía virtual, ya que eso, en el contexto de confinamiento y pandemia, nos permitió llegar a un grupo de estudiantes de Cusco y respetar las medidas y bienestar del equipo del Consultorio. Esto le dio una riqueza de enfoque al proyecto, ya que los estudiantes de la UNSAAC solían describir cómo llevaban sus vínculos y cómo ellos sentían que eran diferentes a los limeños. Por ejemplo, en un ejercicio de escucha, nos expresaron que la pareja del ejercicio se comunicaba de forma hostil, aunque a nosotras nos parecía una conversación normal. Sin embargo, luego de conversar con los estudiantes de UNSAAC pudimos cuestionar las formas en cómo las personas de la capital suelen hablar.

Por otro lado, se consideran factores que obstaculizaron el desarrollo de las actividades el problema de la conectividad y el ambiente en el que estaban los estudiantes. Con respecto al primer factor, se considera que la experiencia hubiese sido más enriquecedora si es que hubiésemos podido prender nuestras cámaras, para poder ver el lenguaje corporal o gestos de los estudiantes o solo para saber si es que deseaban hablar y no tener que necesariamente siempre levantar la mano. A veces, esto último hacía que la conversación no se sintiera tan fluida. Sin embargo, respetamos esta decisión propia por ser un acuerdo colectivo. El otro factor importante es el contexto en el que estaban los estudiantes, ya que, por ejemplo, muchas veces se escuchaba bulla de fondo, lo cual interfirió en la participación de algunos de ellas y ellos, ya que no querían que se escuchara el ruido y limitaba que se expresaran.

Con respecto a los cambios que se realizaron durante el desarrollo del proyecto, surgió la necesidad de replantear la estructura de las sesiones. Luego del primer encuentro, se identificó que las actividades deberían ser más dinámicas e interactivas. Ello con la finalidad de conectar con el grupo de estudiantes y mantener su participación activa durante el espacio. En ese sentido, se utilizó una serie de recursos audiovisuales como canciones, películas, referencias a personajes, los cuales permitieron que el grupo reflexione y comparta sus experiencias.

En suma, esta intervención tuvo como principal resultado que los beneficiarios/as directos pudieran tener aprendizajes significativos a través del intercambio de experiencias y el diálogo con respecto a sus emociones. De igual manera, a pesar de las complicaciones propias de la virtualidad, se consiguió impactar en una audiencia mediante las plataformas digitales como la web y el Instagram, ya que, estos también incluyen materiales con un enfoque de diálogo y cercanía para fomentar la reflexión.

6. Reflexiones finales sobre el Consultorio del Amor

Sobre los aprendizajes que hemos adquirido como equipo, podemos decir, en el aspecto metodológico, que la división en comisiones PUCP y UNSAAC permitió que el desarrollo de las sesiones se adecuara a las necesidades de cada grupo. En ese sentido, cabe resaltar la experiencia con el grupo UNSAAC, ya que existían diferencias en las referencias culturales de los participantes con el equipo, las cuales se lograron acortar con una escucha activa, investigación y buscando siempre empatizar con sus vivencias. Asimismo, en el aspecto formativo, en ambas comisiones, los criterios para la moderación fueron un aprendizaje importante. Previamente a las sesiones, elaboramos acuerdos de convivencia que presentamos a los voluntarios: 1) conformar un espacio seguro, 2) respetar la confidencialidad, 3) escucharnos con empatía, 4) respetar los turnos de habla, 5) respeto mutuo, 6) levantar la mano al participar, 7) uso de la cámara es opcional, 8) máximo dos faltas pueden justificarse y 9) ser puntuales con el inicio de las sesiones. En el proceso, se fueron añadiendo criterios para conducir las dinámicas. Por un lado, en las situaciones en que los participantes comentaban experiencias donde se dejaba explícito comportamientos o actitudes machistas, se dirigió la conversación a manera de preguntas para conducirlos a la autocrítica y replantear su posición; así se buscaba reforzar el sentido educativo del Consultorio.

Por otro lado, al estar frente a experiencias de vida diferentes nos propusimos no desvalorizar ninguna opinión, pero presentarles también otras vivencias. Así el equipo optó por compartir experiencias personales con los participantes utilizando el humor y la autocrítica para despertar la reflexión sobre las implicaciones de comportamientos y actitudes machistas. En ese sentido, se rescata como aprendizaje los beneficios de mantener un clima de cercanía y respeto en la conversación que brinde la confianza necesaria a los participantes para compartir experiencias personales y para formular sus dudas, miedos y reflexiones sobre los temas.

Otro punto importante en la metodología, fue considerar un Protocolo de Contención para un posible caso de desborde emocional. Debido a que se abordan temas que pueden ser sensibles para los participantes, después de la primera sesión se consideró la importancia de plantear este Protocolo, por lo cual brindamos a todos los participantes el número de una compañera del equipo con la que pudieran comunicarse en privado en caso se sintieran indispuestos para continuar en la sesión o tuvieran algún comentario, queja o recomendación relacionadas a las sesiones que quisieran comunicar. También optamos por recordarles que cada intervención era voluntaria por lo cual no estaban obligados a responder cada pregunta que se hiciera si no se sentían preparados. Cabe señalar que no ocurrió ningún caso de desborde emocional en las sesiones, pero se considera relevante su implementación en estos talleres.

Por último, en cuanto a la vinculación con el entorno, la grabación del podcast fue un reto para el equipo. Se elaboraron instrucciones técnicas para los participantes a la hora de grabarse para el podcast. En ese sentido, se consideró la diferencia en cuanto a conectividad en las comisiones. En el grupo UNSAAC se optó por realizar las sesiones en Google Meet ya que les facilitaba la conexión por la familiaridad que tenían con esa plataforma. Todos los participantes se grabaron en audio en sus dispositivos celulares; sin embargo, hubo inconvenientes en cuanto al acceso al dispositivo. En algunos casos, se rescató el audio de la grabación del Google Meet. Por otro lado, tanto en PUCP como en UNSAAC, en las grabaciones se presentaron imprevistos propios de la virtualidad (bulla, interrupciones, fallo del internet). En tal sentido, si bien hay situaciones que, por el contexto, no se pueden

esquivar, el equipo resalta como aprendizaje el seguimiento y recordatorio a los participantes en la parte técnica de las grabaciones.

Como parte de las lecciones aprendidas, se llegó a la conclusión de que la propuesta puede mejorar en tres puntos clave. En primer lugar, se buscará ampliar el trabajo del Consultorio con nuevos públicos, tales como estudiantes de facultades de Ciencias e Ingeniería, Estudios Generales Ciencias o Estudios Generales Letras, pues resulta interesante seguir investigando en cómo este grupo de estudiantes se desenvuelve en sus relaciones interpersonales y promover relaciones basadas en la igualdad y la no violencia.

En segundo lugar, a corto plazo, es indispensable registrar la marca del proyecto legalmente para que se respete la propiedad intelectual que se está desarrollando. Asimismo, se seguirá buscando apoyo económico de diversas instituciones para que el proyecto pueda continuar mediante fondos concursables. Asimismo, se busca el respaldo institucional de la PUCP y de otras organizaciones externas que crean en el potencial del Consultorio del Amor.

Por último, a largo plazo, el equipo del Consultorio considera necesario sumar integrantes que puedan aportar al proyecto desde una perspectiva psicológica y, así, seguir profesionalizando las líneas de acción del proyecto. Para finales del 2021, se unió al equipo una nueva compañera, creadora de contenido, egresada de la Universidad de Lima, quien gestiona el plan de contenido de las redes sociales y propone un nuevo plan para lograr el afianzar al público.

7. Agradecimientos

Agradecemos a nuestro profesor y asesor del proyecto Claudio Zavala quien creyó en nosotras desde el inicio y nos motiva a seguir creciendo con el Consultorio. También a los y las voluntarias 2021 que confiaron en nosotras para hablar sobre el amor y aprender junto/as. Por último, a Rafael Guillen, diseñador web; y Wilder Zumarán, editor de postproducción de audio, por ayudarnos a hacer realidad nuestro proyecto.

Bibliografía

- Alfaro, M. (1993). Aspectos conceptuales: los aportes de la comunicación para el desarrollo. En *Una comunicación para otro desarrollo* (p. 18-52). Editorial Abraxas.
- Badiou (2011). El elogio del amor. *Café Voltaire*. Recuperado el 28 de octubre de 2020 de: <https://profesorvargasguillen.files.wordpress.com/2014/01/badiou-elogio-del-amor.pdf>
- Barthes, Roland (1977). *Fragmentos de un discurso amoroso*. Siglo veintiuno editores S.A: México.
- Bauman, Zygmunt (2003). Amor líquido. Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos. *Polity*, 15-20. Recuperado el 28 de octubre de 2020 de: <http://otrasvoceeneducacion.org/wp-content/uploads/2018/08/amor-liquido-zygmunt-bauman.pdf>

BBC News Mundo. (2018, 30 abril). «Orbiting», como el «ghosting» pero más cruel: la nueva tendencia en los tiempos del desamor en las redes sociales. Recuperado 31 de enero de 2022, de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-43949901>

Bosch E. y Ferrer V. (2019). El Modelo Piramidal: alternativa feminista para analizar la violencia contra las mujeres. *Estudios Feministas*, 27(2), 1-14. Recuperado el 28 de octubre de 2020 de: <https://www.jstor.org/stable/26748026?seq=1>

Chóliz, M. y Gómez, C. (2002). Emociones sociales II (enamoramamiento, celos, envidia y empatía). *Psicología de la Motivación y Emoción*, 395-418. Recuperado el 25 de octubre de 2020: <https://www.uv.es/=cholz/EmocionesSociales.pdf>

Defensoría del Pueblo. (2020, 31 diciembre). Defensoría del Pueblo: se registraron 132 feminicidios en el 2020. Gobierno del Perú. <https://www.gob.pe/institucion/defensoria-del-pueblo/noticias/322749-defensoria-del-pueblo-se-registraron-132-femicidios-en-el-2020>

Flores (2019). Mecanismos en la construcción del amor Romántico. *Revistas de Estudios de Género La Ventana*, 50, 282-305. Recuperado el 26 de octubre de 2020 de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362019000200282

Marcos, M. e Isidro, A. I. (2019). El fantasma del control y los celos: violencia de género durante el noviazgo. *INFAD Revista de Psicología*, 2(1), 410-425. Recuperado el 24 de octubre de 2020 de: <https://www.redalyc.org/journal/3498/349860126038/349860126038.pdf>

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2020). Programa Nacional para la prevención y erradicación de la violencia contra las mujeres e integrantes del grupo familiar - Aurora. [Boletín Estadístico]. https://www.mimp.gob.pe/files/programas_nacionales/pncvfs/estadistica/boletin_agosto_2020/BV_Agosto_2020.pdf

Programa Nacional AURORA. (2022a). *Casos con características de feminicidios*. <https://portalestadistico.aurora.gob.pe/formas-de-la-violencia-2021/>

Programa Nacional AURORA. (2022b). *Casos de violencia psicológica*. <https://portalestadistico.aurora.gob.pe/formas-de-la-violencia-2021/>

Sánchez (2013). Amor, dones y deudas. El amor como práctica hegemónica para la subordinación de las mujeres en las sociedades contemporáneas. *Educación y Humanismo*, 15(24), 78-92. Recuperado el 28 de octubre de 2020: <http://portal.unisimonbolivar.edu.co:82/rdigital/educacion/index.php/educacion>

SunnyDoll (2016, 19 agosto). Urban Dictionary: Ghosting. Urban Dictionary. Recuperado 31 de enero de 2022, de <https://www.urbandictionary.com/define.php?term=Ghosting>

Vanegas (2011). La dinámica vincular celos e infidelidad. *Pensamiento Psicológico*, 9 (17), 97-102. Recuperado el 26 de octubre de 2020: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89612011000200009