Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Psicología

Aportes de la Epistemología Feminista a la Psicología

Ensayo Final

“Lo placentero del cuidado y el cuidado de nuestro placer”

Zamora Patlán Oscar Fernando

Maestra: Bedolla Miranda Patricia Josefina

Grupo: 8005 Mayo 2022-2

Resumen:

Las formas actuales de relacionarnos con otras, otros y con nosotros mismos llegan a ser muy violentas, aunque sean en parte de manera inconsciente, mas no inocentes. Creemos que hay cosas que nos dan placer, pero sin realmente analizarlo. En busca de una mejor relación con todes y conmigo mismo se encuentra el camino del cuidado, que va a permitirnos muchos momentos más para detenerse a pensar en nuestro sentir al mismo tiempo de poder preguntarle al otre sobre sus sentires. Encontrándonos con la verdad de que compartimos este mundo y que al cuidar al otro y a la otra generamos espacios y ambientes placenteros, agradables, cómodos. De igual forma aparece nuestro placer como punto de crítica y la oportunidad de saber cuidar nuestros placeres y llevarlos de manera más sana. Después de un repaso histórico contextual hablo sobre todo al respecto de mis placeres y cuidados para concluir que estas son las nuevas y saciantes formas de relacionarse, permitiendo siempre le diálogo y entendimiento antes que el juzgar e imponer o imponernos.

Mi trabajo

En particular me parece que la necesidad de escribir este ensayo es tanta como difícil para mí, primero no me refiero a la necesidad de escribirlo como punto de evaluación para la materia, si no a la necesidad de este espacio y tiempo de reflexión vitales para de alguna manera darles cierre a tantos tópicos abarcados en el curso, de ahí que sea tan difícil para mi el hecho de escoger un tema y camino para el trabajo. Está claro que si queremos hablar del feminismo muchas veces se pueden y deben tocar diferentes temas que engloben a algún otro, pero a pesar de eso no quiero elaborar un texto que intente abarcar de todo sin caer en puntos directos o establecer una meta. Por esta y más razones, como la forma en la que considero que engloba varias directrices y temáticas, el tema central de mi ensayo es el placer en el cuidado, y el cuidado en el placer.

También quisiera aclarar que los objetivos de mi ensayo no es el compartir información sin más y nombrar cosas aleatorias, tampoco el de enseñarle al lector la forma correcta o los distintos puntos de vista más deconstruidos, por que la verdad es que yo, como much@s otr@s, me encuentro en proceso de entender al mundo y accionar de forma que no favorezca el actual sistema opresor, capitalista y patriarcal; y aunque la premisa suena directa y precisa, honestamente el camino no es muy lineal, pero la reflexión de los espacios cotidianos, las interacciones e intraacciones que tengamos con el medio y con nuestros sentires van a generar procesos de conciencia y de cambio, tanto en nosotr@s como en otras y otros. Entonces el objetivo del trabajo es primeramente mi espacio de reflexión, la oportunidad de llenar de significado los distintos conceptos que hayamos revisado, que de buena manera es un proceso

de análisis que empezamos desde el comienzo de la materia, siendo este trabajo parte del cierre y del comienzo, o mejor dicho camino en mi proceso de deconstrucción y desarrollo crítico en el tema.

De esta manera es que después de estas aclaraciones y especificaciones de mi trabajo el texto estará dividido en: primero una introducción histórica que permita contextualizar cómo es que tanto en el camino de la ciencia como particularmente en el de la Psicología la mujer ha sufrido desde todas las posiciones posibles, dejando una especie de estigmas en la cuerpa de ellas y estereotipos en el cuerpo de ellos, pasando al siguiente aspecto de las relaciones e interacciones que tenemos con otras, otros y con nosotros mismos, identificar la violencia directa y simbólica va a permitir dar pie a entender en qué consiste el camino del cuidado y del placer, para transformar estas relaciones y propiciar espacios de cuidado, respeto, de placer y de salud. Aclaro lo obvio, y es que todo mi análisis y reflexión está siendo desde mi punto de vista, esto quiere decir que por muchos conceptos que conozca o experiencias cercanas al movimiento sigo viviendo y hablando desde mi privilegio como hombre, que si bien sí estoy en proceso de tomar conciencia de estos privilegios y dejar de tomar acciones activas opresoras también es cierto que la internalización que este sistema nos genera de las deferentes ideas y formas de relacionarse impiden hasta cierto punto que pueda ser libre como quisiera. Bueno, aquí realmente me surge una duda y es que les digo que es difícil visibilizar del todo estas conductas, pero creo que también existe un medio por parte de los hombres que se acercan, miedo a perder estos privilegios y de cómo serán las relaciones sin estos privilegios, aun que siendo honestos estas relaciones libres de opresión son lo justo y necesario que van a permitir la creación de una sociedad equitativa. Permitirnos ver y criticar

lo cotidiano, en busca de generar cambio, tal vez primero en nosotros mismos como en las relaciones que tengamos con nuestro y nuestras pares.

Introducción histórica

Para poder llegar a una conclusión y en general al tema central del ensayo, que son las relaciones de cuidado y el placer involucrado, me parece de gran importancia dar un viaje por cómo el y sobre todo la cuerpa han sido y son politizados y vulnerabilizados, en primera parte en las relaciones cotidianas, pero también en el sistema científico y en particular psicológico que nos rodea.

La ciencia en su búsqueda de la verdad y supuestamente mediante procesos éticos y libres de sesgos que van a encontrar "la verdad" de esta realidad física y social, científicos y psicólogos que han dejado su huella, su marca en el camino de la comprensión del hombre y su psique, en busca del bienestar y en contra del mal. Esto podría sonar a que son una especie de héroes que sacrifican sus tiempos y espacios para buscar soluciones en la sociedad, pero lamentablemente no es así. Precisamente en lo que describí está el problema, cuestión que muchos académicos y compañeros no han comprendido o no han querido dejase verlos, permitiéndose así momentos de reflexión vitales para el movimiento. No estoy diciendo ni creyéndome mejor que quienes no se han detenido a pensar en esto, creo que el sistema en general (incluyendo a la academia) interioriza en nosotros muchas acciones, ideas y sentimientos que permiten que las cosas sigan pasando o que las personas no quieran ver/entender el problema.

El punto es que precisamente históricamente se ha tratado "al hombre y su psique", siempre desde el punto de vista y trabajo de psicólogOs. Psicólogos que han dejado su huella sin

importar que borre, invisibilice y violente a sus colegas científicas y psicólogas. Esta objetividad como medio de búsqueda de la verdad y punto clave de la ciencia para su trabajo ha sido construido desde relaciones de poder, reflejando una autoridad hegemónica impuesta por un pequeño grupo con poder económico, político o científico que a la vez se han permitido el poder sobre otras. (Haraway, 1995). Poniendo a las sujetas de investigación como objetos de teorías sexistas y machistas, desde un nivel biológico hasta uno social.

Según Haraway lo que se llega a proponer aquí es la búsqueda de una objetividad feminista, y es un punto que retomaré más adelante, que va en contra de muchas de las cosas planteadas por esta hegemónica academia. Se refiere a la búsqueda de una mejor descripción del mundo acercándonos a el desde la perspectiva de intentar conocer, traducir, dialogar e interpretar, en vez de llegar a "descubrir" y estandarizar el conocimiento.

Sin embargo, dentro de la Psicología históricamente hay demasiados nombres borrados que ni si quiera en nuestra carrera son mencionados, nombres de psicólogas que han trabajado en busca de romper con esas estigmatizaciones biológicas y psicológicas. El olvido y robo arrasa a estas psicólogas que falsamente se disfrazan de una simple ausencia, cuando claramente la jerarquía de poder hegemónica se ha visto arrebatarles su mérito más que merecido en esta reivindicación de los aportes científicos que hicieron y hacen (Dauder, G. 2019).

No es novedoso, aun así igual de relevantes, los espacios y grupos de concientización, en particular es en estos espacios es donde históricamente se le da sentido a la sonada frase "Lo personal es político", que adquiere enorme significado cuando podemos encarnarlo con nuestras vivencias, pues aunque los conceptos existan y creamos entenderles no si no hasta acercarnos desde nuestra posición y preguntar acerca de la otra u otro.

Aquí la cuestión es que históricamente la cuerpa y la psique de las mujeres han sido estigmatizadas y objetivadas, permeándose de sesgos sociales y biológicos donde se justifiquen las diferentes condiciones sociales y culturales con supuestas bases biológicas, intentando justificar las formas de relacionarse y las condiciones estereotipadas que rodean las relaciones de género.

Las relaciones reales e ideales

La forma en la que los procesos interpersonales se vuelven intrapersonales ha hecho, y sigue, haciendo que mucha de la violencia ejercida, ya se de manera directa o simbólica, tenga una carga inconsciente, no inocente. Y es que en las interacciones diarias se cometen estas violencias. Entendiendo que estas últimas puedan agredir a mujeres, otros hombres o a nosotros mismos. En cada caso parece necesario el trabajo para, llamándolo de alguna manera, cerrar la triada de la que habla Michael Kaufman (1989), donde se pregunta acerca de la normalización de estas violencias cotidianas, del proceso de represión social en sí, sobre la violencia innata. Pero sobre todo algo que me hizo mucho sentido fue el hecho de que cada acto de violencia individual va a estar en un contexto social, reflejando la fragilidad masculina y desahogándose injustamente en la mujer.

En una simple conversación se puede violentar interrumpiendo, cuestionando o simplemente creyendo que no saben del tema y querer enseñarles algo que claramente entienden, subestimarlas básicamente, existe un nombre para estos tipos de micromachismo, siendo mansplaining, gaslighting o manterrupting. De igual forma es posible que en acciones o comentarios de forma indirecta se reflejen ideologías o visiones acerca de las mujeres como objeto sexual o la preferencia de los varones para ciertas tareas. Y es que si bien si hay una tendencia diferenciadora entre el accionar de masculinos y femeninas, sin caer en el sesgo

alfa o beta, este no representa ninguna justificación a algo, más bien puede acercarse a algunas explicaciones, como por ejemplo el hecho de que en la solución de conflictos se ha encontrado que los niños y jóvenes varones prefieren o tienden a solucionar el problema atendiendo a las normas y reglas ya establecidas, mientras que las niñas y jóvenes femeninas preferían dialogar el problema y llegar a acuerdos para todas las partes. Representando entonces los niños una ética de la justicia y las niñas una ética de la responsabilidad o del cuidado. Entendemos entonces un poco cómo es que suelen o tienden a trabajar las mentes de los niños y niñas, pero ¿hay realmente una mejor manera? Pues yo consideraría que si, si bien las reglas y normas sirven para tener acuerdos y sobrellevar la convivencia, en las disputas y malentendidos solo es con el dialogo que se puede comprender el problema y hallar la mejor solución. Ahora bien, estas formas de relacionarse particularmente entre hombres llegan a generar un ambiente competitivo sin razón y con la necesidad de demostrar entre varones el supuesto poder que debemos tener, para con nosotros mismos y con otras y otros, denegando la posibilidad de demostrar emociones y vulnerabilidad, haciendo que nuestra convivencia con otros hombres muchas veces estén guiadas o por el hecho de querer demostrar cosas sin sentido o de simple violencia ejercida en busca del poder. De la misma manera nosotros mismos salimos lastimados de estas relaciones y pensamientos, muchas veces nos negamos ciertas emociones o regulaciones, ignorándolo y pensando que todo está bien, pero la realidad es que tenemos la misma enorme necesidad, o por lo menso nos haría el mismo enorme bien, el permitirnos pensar y sentir con libertad.

Parece aquí irse facilitando un poco el camino, o más bien iluminarse un poco más para saber por dónde es, pues con obstáculos el camino siempre estará. Pero el diálogo, el entendimiento, el posicionamiento, la empatía y el cuidado salen a resplandecer o permitirnos

resplandecer en el camino, y aquí se relaciona otro concepto muy importante para nuestro bienestar, que al analizarlo y reflexionar en el podremos entender mejor estas relaciones que tenemos y buscar la mejoría, me refiero al placer.

El cuidado y el placer

En las relaciones que tenemos a diario también tenemos momentos de cuidado, de cuidar y de ser cuidados, pero surge la importancia de reconocer estos momentos, apreciarlos y trabajarlos (Busquets, M. 2019). La mujer es vinculada al cuidad e forma casi automática, y es que socialmente se le ha asignado y obligado a encargarse de las necesidades del hogar y al momento de la maternidad, el problema está en que se les sobrepone la vida doméstica sobre la vida pública, incluso discriminando o señalando a las mujeres que se desarrollan en su vida pública y profesional.

La jerarquía en las relaciones junto a la filosofía liberal va a defender la racionalidad individual por sobre las relaciones de diálogo. Defendiendo que la vulnerabilidad y la dependencia son cosas que nos hacen débiles y fáciles de perjudicar, como sería normal pensarlo en estas sociedades de sangre. Pero la realidad es otra, y es que todas y todos al ser cuidadores y recibir cuidados estamos, o por lo menos deberíamos, de defender una ética del cuidado concreta y contextualizada, sin ser abstractos y no definir las cosas. Promover esta actividad productiva, con un compromiso de protección y respeto, se trata de reconocer esta vulnerabilidad y dependencia y trabajar con ella, reconocerla y aceptarla. Hay que entender al cuidado como un hecho común del diario, pero también como un elemento de transformación muy poderoso, ayudar a autodirigirse con el diálogo y la negociación. Queda obviamente claro que esta responsabilidad está en manos de todos y todas, intentando evitar que recaigan solo de un lado y después jugar si no es así.

Es momento de que el placer entre en la discusión, y es que ese goce no necesariamente sexual es el reflejo de la libertad y madurez que tengamos. Si bien existen placeres enfermizos que sobrepasan los derechos humanos, habrá que generar un poder de dominio propio, para adquirir saberes y por consecuente placeres (Hierro, G. 2003). Es un ejercicio de autonomía moral que también ha sido estigmatizado en las mujeres, denegando muchas veces sus derechos sexuales, llegando a confundir sexualidad con procreación. El placer, ese bienestar y felicidad va a determinar y guiar hasta cierto punto nuestras formas de relacionarnos, haciéndonos buscar lo que nos dé placer, reflexionando sobre nuestra autonomía y descubrir esos estilos propios de vida. Personalmente hay muchas cosas que me dan placer, cosas por comer, cosas por hacer, lugares a donde ir, personas con las que estar, y cosas que sentir.

Lo placentero del cuidado

El cuidado que generemos y recibamos va a ser, como ya he dicho, un factor de transformación muy fuerte, que puede guiarnos en nuestras relaciones con todes. Lo ideal debería de ser encontrar el placer y el bienestar a la hora de cuidar, a la hora de cuidarnos. Para con otras personas el procurarles muchas veces les generará un bienestar, un placer, que podemos percibir y alegrarnos por ello, haciendo una especie de ciclo de placer en base al cuidado, pues el la otra también va a procurarnos como consecuencia de su cuidado. Estas relaciones particularmente puedo llegar a sentirla en mi familia, cuando son acuerdos preestablecidos empezamos a procurarnos los unos a los otros y generan ambientes sanos de placer y felicidad. Hablando personalmente tengo que decir que el cuidar y servir a otros me da mucho placer, saber que están bien y a gusto, yo trabajo como mesero, y tengo que admitir que demanda una gran necesidad de ser serviciales, que hasta cierto punto es cuidarles, podría

hacer lo mínimo como mesero, servirles por la paga o la propina, pero el bienestar y placer que experimentan los y las clientas cundo doy un servicio que llega al cuidado me genera mucho placer personal, de igual forma en mis relaciones íntimas, a quienes quiero mucho no suelo decirles mucho eso, pero en cambio procuro dar cuidados por más mínimos que sean, pues con estas acciones para mí es decir te amo y aquí estoy para ti. Claro que algo ideal sería implementar estos cuidados en todas las relaciones, particular y tristemente en mi relación conmigo mismo hace tiempo que no me cuido como quisiera y por ende no me genero es placer, pero es algo igual de importante en lo que se tiene que trabajar.

El cuidado de nuestros placeres

De igual forma que encontramos el placer en los cuidados que hacemos debemos encontrar la forma de cuidar nuestros placeres, las cosas que nos generan felicidad y bienestar, saberlas manejar y organizar de la manera más sana posible. Esto también quiere decir que evitemos juzgar nuestros propios gustos y placeres, sobrepasar ese ego y poder generar autonomía del goce. La libertad y madure que necesitamos puede procurarse con los cuidados a estos placeres, para que progresivamente estos últimos atiendan a los objetivos de nuestras acciones morales y de cuidado. El cuidado de nuestros placeres también quiere decir cuidar a otros y otras, esto en el caso de que nos den placer, pero de igual forma significa tener esta ética responsable de entender que el placer puede ser un devenir hacia la felicidad, pero que no necesariamente representa el bien, por esto es que debemos de detenernos a procurar nuestros gustos y saber en qué consisten, la mejor manera de cuidarlos es primeramente conocerlos, saber qué sí y que no entra en nuestro circulo de placeres. Y a partir de esta autoconciencia poder determinar nuestros propios límites, sabiendo que muchas veces deberemos de poder llegar a acuerdos que podrán ir variando entre situaciones y personas.

Conclusiones y cierre

Para concluir definitivamente creo que la necesidad urgente de cambiar nuestras formas de relacionarnos puede verse satisfecha hasta cierto punto por estas formas de relacionarse y accionar, pensar en el cuidado como camino hacia el placer que puede generarnos el mismo cuidado, permitiendo siempre el espacio para la reflexión y la duda, pues si objetivamente, hablando desde la propuesta feminista, la verdad y el acuerdo deberá llegarse de manera circunstancial y mediante el diálogo, siendo de la misma forma en la que las relaciones deberían de desarrollarse en cuanto al cuidado y el mismo placer, poder permitirnos en primer lugar cuestionarnos a nosotros mismos, de forma sana, y conocernos de mejor manera para saber lo que sí y lo que no, para posteriormente desde nuestro posicionamiento acercarnos a las otras a los otros y preguntarles sobre su situación. La discusión masculina sale a relucir, no solo hablo de la discusión sobre lo masculino, sino la discusión entre masculinidades y entre una misma masculinidad. Definitivamente este curso permitió en todo momento poder tomar conciencia de estos aspectos, aun que siendo honestos muchas veces me costaba participar o alzar la voz creo que los ejercicios en grupo permitían que florecieran las ideas y se compartieran cada vez más y de mejor manera. Me queda claro que con la creación de estas materias de género se sigue con la concientización, pero ahora desde espacios meramente académicos peor que se convierten en espacios personales, esa es la magia del feminismo, la lucha del feminismo. Si bien creo que mi reflexión fue algo amplia también considero que hay demasiados aspectos que me faltaron tocar, varios de ellos porque realmente me tiene un poco en conflicto, unos más que otros, Por ejemplo está el hecho de que existan los espacios separatistas, yo los respeto mucho, y creo que son totalmente válidos y más en respuesta a las desagradables convivencias que históricamente se han visto en el

desarrollo a la par de diferentes cosas, por lo que el querer espacios libres de agresores es totalmente coherente, el querer espacios con puras mujeres también lo es, pero creo que s importante de igual manera tener en la mente que no todas las personas que violentan patriarcalmente son los hombres, también existen mujeres agresoras; aparte del punto de que las mujeres trans a veces no son vistas como mujeres en estos espacios, pero bueno, son temas de mucha importancia que me interesaría reflexionar más pero por falta de recursos se quedará pendiente para otro trabajo. Estoy profundamente agradecido con la maestra por las clases, las horas, los ejercicios, las palabras y los espacios que nos dio para poder seguir construyendo y deconstruyendo este mundo, permitiéndonos sentir ese poder como agentes de cambio, y más sabiendo la responsabilidad como psicólogas y psicólogos en formación. GRACIAS.

Referencias:

Busquets, M. (2019). *DESCUBRIENDO LA IMPORTANCIA ÉTICA DEL CUIDADO.* FOLIA HUMANÍSTICA, Revista de Salud, Ciencias Sociales y Humanidades Nº 12

Guevara, E. (2015). *Ellas cambiaron la psicología. Un abordaje interdisciplinario desde género y ciencia.* Universidad Nacional Autónoma de México. Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades.

Haraway, D. (1995). *Ciencia, cyborgs y mujeres. La vención de la raleza*. Madrid. Cátedra

Hierro, G. (2003). *La ética del placer.* Universidad Nacional Autónoma de México. Coordinación de Humanidades.

Kaufman, M. (1989). *HOMBRES, poder, placer y cambio.* IPAF. Ediciones populares Feministas

Todas las clases del curso, las actividades, momentos de reflexión y espacios con mis compañeres.