



UNIVERSITAT DE  
BARCELONA

---

**Vivències, sensacions i percepcions després d'una ruptura  
amorosa:**

Aproximació a les concepcions de les dones madures respecte als  
seus cossos, la seva sexualitat i la reconstrucció d'una nova vida  
sentimental.

---

Laia Moreno Fernández

Tutora: Clara Camps

Grau de Sociologia

Facultat d'economia i empresa, Universitat de Barcelona

2017



## **Resum**

Aquesta recerca pretén analitzar les percepcions i sensacions que senten les dones d'entre 45 a 55 anys, després d'haver viscut una ruptura amorosa. S'analitza, doncs, la reconstrucció de la vida amorosa, les percepcions sobre el seu cos i la relació que s'estableix amb la pròpia sexualitat. Es tracta de donar veu a un col·lectiu silenciats i una temàtica que des de la literatura científica no se li ha parat molta atenció. A la vegada, que es presenta de gran interès tractar temàtiques micro-socials, de caràcter quotidià en l'àmbit de la sociologia. Per dur a terme la recerca s'ha utilitzat dues tècniques d'investigació de caràcter qualitatiu que han permès recollir la informació adient - l'entrevista i el grup de discussió. Del seu anàlisi se n'ha extret, que la ruptura amorosa suposa un moment dolorós, però alhora un espai de descoberta per una mateixa. Es visualitza, també, efectes de la ruptura amorosa com és la inseguretats a l'hora de reconstruir la vida sentimental. Així com, la recerca expressa que l'heteronormativitat sexual viscuda i l'intent d'assolir l'ideal de bellesa hegemònica condiciona enormement com han viscut aquestes dones la ruptura amorosa.

**Paraules claus:** percepcions corporals, heteronormativitat, ruptura amorosa, reconstrucció sentimental, dones madures, estudi micro-social.

## **Abstract**

This research aims to analyse the perceptions and sensations felt by women from 45 to 55 years old, having lived a romantic break. We analysed the reconstruction of the love life and perceptions about her body and the relationships with their own sexuality. It is about giving voice to a group silenced throughout and a theme that from the scientific literature has not received much attention. At the same time, it is of great interest dealing with micro-social issues of daily character. Two qualitative research techniques to collect have been used to gather the adequate information: interview and discussion group. Of their analysis has been extracted that a romantic break represents a painful moment but also a place of discovery for yourself. It is also visualized the effect of the rupture as is the insecurity when it comes to rebuilding sentimental life. As well as research expresses that sexual heteronormativity and the attempt of assuming the ideal of hegemonic beauty affects how these women live a romantic break.

**Key words:** body perceptions, heteronormativity, romantic break, reconstructions of the love life, mature woman, micro-social study.

## Índex

1. Introducció .....	1
2. Marc teòric: la sociologia del cos, de la sexualitat i de l'amor com a pilars .....	3
2.1. Sociologia del cos i de la sexualitat com a fonament teòric .....	3
2.1.1. La sociologia del cos com un camp en exploració .....	3
2.1.2. La vivència i la percepció del cos, un constructe social .....	5
2.1.3. La identitat de gènere com a condicionant de la vivència i percepció del cos .....	7
2.1.4. Sistema capitalista com a determinant del cos .....	10
2.1.5. La sexualitat, també, com a constructe social .....	11
2.2. Sociologia del amor com a fonament teòric .....	12
2.2.1. La transformació de l'amor en les societats actuals .....	12
2.2.2. L'amor romàntic en qüestió? .....	15
3. Metodologia .....	17
4. Els resultats .....	20
4.1. La vivència de la ruptura amorosa .....	21
4.1.1. La ruptura moment dolorós, però espai de descoberta per una mateixa .....	21
4.1.2. Els fills com a factor determinat del procés de ruptura .....	23
4.1.3. L'edat com a factor diferenciador a l'hora d'afrontar la ruptura ....	25
4.2. La reconstrucció de la vida amorosa i sentimental .....	26
4.2.1. La inseguretats com el principal efecte de la ruptura en les noves relacions .....	26
4.2.2. Adonar-se que el mite de la mitja taronja és tant sols un mite .....	29
4.2.3. Percepció de les dones sobre la vivència de la ruptura i la reconstrucció d'una nova vida amorosa dels homes .....	30
4.3. Les vivències i sensacions sobre la sexualitat de les dones .....	32
4.3.1. Relació entre l'afectivitat i el sexe .....	32
4.3.2. Vivències de l'heteronormativitat sexual .....	34
4.3.2.1. El matrimoni paralitzador de la pròpia sexualitat .....	35
4.3.2.2. La penetració com l'apoderament de l'home .....	35
4.3.2.3. Fingir orgasmes per mantenir l'estatus de l'home .....	37
4.3.3. Relació entre la sexualitat i el cos .....	37

4.4.	Les percepcions del cos i l'aspecte físic .....	38
4.4.1.	Procés de canvis corporals després de la ruptura .....	38
4.4.2.	Afectacions corporals en el desenvolupament de la vida .....	40
4.4.3.	Percepcions de la menopausa i la relació amb la sexualitat .....	42
4.4.4.	Percepcions de les dones sobre la pròpia maduresa i percepcions del procés dels homes, amb elements distintius .....	43
5.	Conclusions .....	45
6.	Bibliografia .....	49
7.	Annexes .....	51

## 1. INTRODUCCIÓ

Des de una perspectiva sociològica, l'estudi del cos i l'amor com objectes d'anàlisi ha estat poc freqüent. Però, actualment, en les societats postmodernes, ha començat a guanyar importància aquesta qüestió. Si bé la sociologia clàssica s'ha encarregat, bàsicament, de tractar temàtiques com l'ordre social, les relacions de poder, els sistemes econòmics, les desigualtats, la pobresa, l'estructura i institucions socials, l'acció dels individus, entre d'altres, en moltes ocasions, ha ignorat els estudis d'ordre quotidià des d'una perspectiva social. El present treball vol col·laborar en l'estudi de les relacions quotidianes. En concret, l'objectiu central de la recerca és analitzar les percepcions, sensacions i sentiments que senten les dones d'entre 45 a 55 anys, després d'haver viscut una ruptura amorosa. S'analitza, doncs, la reconstrucció de la vida amorosa, les percepcions sobre el seu cos i la relació que s'estableix amb la pròpia sexualitat. Per tant, la pregunta d'investigació de la recerca és - Com afecta la ruptura amorosa, en relacions heterosexuales, en la sentimentalitat, en les percepcions corporals, en la pròpia sexualitat i en la reconstrucció d'una nova vida amorosa, per part de les dones d'entre 45 a 55 anys d'edat?

Aquesta recerca pren tota la seva rellevància perquè les societats contemporànies, amb comparació amb la societat moderna, estan caracteritzades per un procés creixent d'individualització i un deteriorament dels vincles afectius tradicionals. Per això, no és d'estranyar que les relacions amoroses que es donen en aquestes noves societats siguin més fràgils i menys duradores. En la societat moderna les relacions de parella eren contractuals mitjançant el matrimoni, com a única via possible per mantenir l'emparellament i la sexualitat entre els dos components. Actualment, s'ha avançat cap a altres tipus d'emparellament, sense per això abandonar la unió tradicional i hegemònica. No obstant, aquest procés accelerador de diversitat d'unió ha generat un augment de ruptures i separacions, impulsat, en part, per l'entrada exhaustiva de la dona al mercat laboral i a l'educació, que ha generat una independència i autonomia per les dones. Tot i que en les societats actuals ja no sorprèn una separació, ruptura amorosa, o un desenamorament, ens preguntem ben poc com aquestes desunions afecten als individus, i més concretament, com afecten a la pròpia sentimentalitat, a la relació que establím amb el propi cos i a les percepcions sobre el mateix, així com la relació que fundem amb la nostra sexualitat.

A la vegada, per aquest estudi també és important posar en el centre la dona, perquè ha estat representada com un objecte sexual, produint-se una cosificació sexual de la seva persona. Aquesta idea consisteix en que els atributs estètics i sexuals de les dones defineixen per complet la seva persona. Per això, la recerca es centra únicament en l'estudi de les dones. Ja que probablement pateixen més exigència i pressió social de com han de ser els seus cossos i de quina manera han de comportar-se. Això ve donat per l'existència del gènere binari que ha construït uns estereotips hegemònics i

diferenciats segons el sexe, on a les dones se'ls hi exigeix una aparença física desitjable segons uns cànons de bellesa marcats. D'altra banda, les dones han estat ignorades en àrees de coneixement i espai públic. La presència en aquestes àrees era masculina, per tant, els homes dominaven i exercien un poder d'informació, mostrant-se visibles en espais públics. Aquesta raó incideix en què la recerca pretengui donar veu a un col·lectiu silenciats i poc visible en àrees d'espais públics i de coneixement.

Com s'ha fet palès anteriorment, la recerca es fonamenta en la necessitat d'estudiar i analitzar com viuen la sexualitat els cossos que ja no entren en els paràmetres normatius d'una societat que marca com han de ser els cossos de les dones. El documental "Yes, We Fuck"<sup>1</sup> va tenir un pes important en la decisió d'aquesta temàtica. Però els cossos no normatius de les persones amb diversitat funcional ja estaven sent més estudiats i analitzats. De fet, la idea del treball planteja la necessitat d'estudiar aquells cossos que ja no entren en els paràmetres normatius hegemònics de la idea de bellesa i joventut, impulsats per una societat que es sustenta en una estructura patriarcal. Aquesta consideració va permetre centrar l'estudi en dones madures que ja han viscut canvis importants en els seus cossos.

Tractar estudis de cos i sexualitat, en relació a les ruptures amoroses, és de vital importància. Es tracta de donar veu a un col·lectiu silenciats per conèixer les seves experiències, sensacions i percepcions sobre els seus cossos, la seva sexualitat, mostrar com senten l'amor, el desamor i entendre amb quines dificultats es troben al fer-se grans. En definitiva, es desenvolupa aquesta recerca amb el convenciment que la sociologia, hauria d'incloure com temàtiques centrals, l'anàlisi de les percepcions i emocions, ja que són fets quotidians que ens identifiquen, creen i ens donen informació sobre la cultura i l'estructura social.

Per analitzar aquesta temàtica de percepcions i sentiments després d'una ruptura, les sensacions sobre el cos, la relació que s'estableix amb la sexualitat i la reconstrucció de la vida amorosa, s'han utilitzat dues tècniques de caràcter qualitatiu. Primer s'ha realitzat cinc entrevistes i posteriorment s'ha creat el grup de discussió. Les dones (entrevistades i participants del grup de discussió) es troben dins de l'interval de 45 a 55 anys i han viscut una ruptura amorosa important.

El treball que es presenta, està dividit en diversos apartats. Està compostat per una breu introducció. Després es planteja un corpus teòric, que donarà consistència i eines a l'anàlisi posterior. A continuació es desenvolupa l'explicació de la metodologia utilitzada i les característiques de les dones que han estat escollides com objecte d'estudi. En el següent apartat es presenten els resultats fruit de l'anàlisi de les entrevistes i del grup de discussió. I per últim, es presenten unes conclusions finals.

---

<sup>1</sup> Centero, A & De la Morena, Raul. (2015). *Yes, We Fuck!*. España. És un documental que tracta la sexualitat en les persones amb diversitat funcional, a través de sis històries reals que mostren i demanen que el sexe sigui patrimoni de tots.

## **2. MARC TEÒRIC: LA SOCIOLOGIA DEL COS, DE LA SEXUALITAT I DE L'AMOR COM A PILARS**

A continuació, es presenta un marc teòric que engloba els aspectes del cos, del amor i de la sexualitat per tal de donar consistència al anàlisi de l'estudi dels sentiments i percepcions de les dones madures després d'una ruptura amorosa. Així com, les concepcions dels seus cossos, la relació que estableixen amb la seva sexualitat i la reconstrucció d'una nova vida amorosa i sentimental. Es presenten dos grans subapartats. El primer fa referència a la sociologia del cos i la sexualitat com a fonament teòric, on es mostren aportacions de teòrics sobre el cos i la sexualitat per donar consistència al anàlisi de la recerca. Mentre que el segon apartat, fa referència a la sociologia del amor com a fenomen teòric, en el qual es pretén, també, mostrar algunes línies teòriques sobre l'amor en el les societats postmodernes.

### **2.1. Sociologia del cos i la sexualitat com a fonament teòric**

En aquest apartat es pretén desenvolupar una línia temàtica primordial per aquesta recerca. Aquest primer bloc està compost per cinc subapartats. El primer fa referència a la sociologia del cos com a camp d'exploració. Es pretén desenvolupar una breu aportació dels inicis de la sociologia del cos i la importància que ha començat a guanyar aquestes temàtiques en les nostres societats. El segon fa referència a la vivència i percepció del cos, un constructe social. Es pretén a partir de les aportacions de Goffman (2006) i Butler (2008), mostrar la construcció social de cossos desitjables i d'altres que no valen. Així com l'estigma que es presenta en els cossos que no importen. El tercer fa referència a la identitat de gènere com a condicionant de la vivència i percepció del cos. Es pretén desenvolupar a partir de les aportacions de García- Santesmas (2014, 2015), Soley (2012) i Freixas (1997), com els estereotips del binarisme del gènere incideixen en la vivència i percepció dels cossos. A més d'introduir com el primer procés d'envelliment és viscut de manera diferenciada pel gènere. El quart fa referència al sistema capitalista com a determinant del cos, on es pretén argumentar com incideix el sistema productiu de la nostre societat a les vivències i percepcions dels cossos. El cinquè, i l'últim subapartat, fa referència a la sexualitat i l'erotisme, també com a constructes socials. Aquest apartat desenvolupa, a partir de les aportacions de Foucault (2006) i Rubin (1992), i s'explica com, les pràctiques sexuals estan formades a partir de construccions socials i culturals hegemòniques en les nostres societats.

#### *2.1.1. La sociologia del cos com un camp d'exploració*

La sociologia clàssica presentava l'estudi del cos com una "presència silenciada", això feia que el cos tingués un paper poc important dins dels estudis culturals. En canvi, des de l'antropologia filosòfica el cos ocupava un lloc fonamental a partir del segle XIX, identificant el cos com un tret que compartien tots els membres d'una espècie. Per



tant, s'entenia el cos com un vehicle per simbolitzar el gènere, la posició i l'estatus social, mitjançant la seva decoració(Soley, 2007).

Els inicis de la sociologia del cos venen donats per un context de canvis profunds en la societat després de la Segona Guerra Mundial, que tenen com a conseqüència un increment de la importància del cos. Per una part, augmenta el consum de masses, ja que es deixa de emfatitzar el treball com valor i es comencen a promoure valors positius del esport i el oci. Això porta a que es desenvolupi una cultura més hedonista que accentua la importància de l'estètica i el plaer corporal. També, s'esdevé un procés d'alliberament de la sexualitat i té com conseqüència la comercialització de la sexualitat i l'erotisme, així com la promoció del cos bell, jove i sa. El moviment feminista, a més a més, ocasiona canvis importants en la interacció entre els sexes, que aporta noves qüestions teòriques en relació amb l'estatus analític i polític del cos i la crítica a la cultura hegemònica masculina i privilegiada. Per últim, les qüestions relatives al cos de gran importància social (envelliment de la població, SIDA...)han guanyat importància i afecten d'alguna manera a les percepcions del cos amb la finalitat de atemorir a la població(Soley, 2007).

L'antropologia filosòfica argumenta que el cos pot ser considerat com un eix social perquè és central a les nocions del jo, causa la relació entre el "jo" i el "altre", reflexa el sistema social, constitueix una base de classificació social, expressa el rol social, pot desmentir actuacions, ens parla de desigualtat de gènere, és prominent en la cultura del consum i per últim, la vida i la interacció social es gestionen mitjançant el cos. Això ve donat per les condicions de la modernitat tardana. Per una part, la disminució de les fonts tradicionals de identitat. En societats tradicionals la identitat personal venia marcada per la posició dins de la estructura familiar i/o pertinència d'un gremi professional. En canvi, en la modernitat tardana la identitat personal es compon mitjançant l'aparença física i el estil de vida. També influeix la sensació generalitzada de risc, que es centra en la integritat corporal amb el conseqüent augment de la sensació de vulnerabilitat, i el cos es converteix en una responsabilitat del individu. Així com, l'increment de la capacitat de racionalitzar el cos. El desenvolupament científic sobre el cos possibilita la seva abstracció i el seu tractament com un artefacte. I per últim, es dona una intensificació del consum del cos. La importància del cos per senyalar la pertinència social comporta un interès creixent en les eleccions del consum com formes d'identificació personal. El cos passa a ser un aparador on s'hi col·loquen els signes de la pròpia identitat (culte del cos)(Soley, 2007).

No obstant, entre tot el que ha aportat l'antropologia filosòfica, el que més ha interessat a la sociologia del cos ha estat la noció tabú. Ja que concep la relació entre el

“home”<sup>2</sup> i la cultura en termes de contradicció entre la sexualitat i les normes socioculturals(Soley, 2007).

Aquesta aportació és útil per la recerca perquè per una banda exposa la importància de tractar temàtiques de caràcter micro-socials. D'altra banda, és interessant observar com la noció tabú del cos ha calat els pensaments i percepcions de les dones entrevistades.

### *2.1.2. La vivència i la percepció del cos, un constructe social*

Goffman (2006) per primer cop el 1963<sup>3</sup> defineix el concepte d'estigma, a partir de la terminologia creada pels grecs, per referir-se a signes corporals amb els quals s'intentava exhibir alguna cosa dolenta i poc habitual en l'estatus moral de qui els presentava. Consistien en talls o cremades en el cos, i advertien que el portador era un esclau, criminal o traïdor. Aquest concepte serà utilitzat per referir-se a un atribut “desacreditador” en un individu.

La societat, segons Goffman (2006) estableix els mitjans per categoritzar a les persones i els complements d'atributs es perceben com a corrents naturals entre els membres de cadascuna d'aquelles categories. Per això, és probable que al trobar-nos davant un estrany<sup>4</sup> les primeres aparences ens permetin preveure en quines categories es troba i quins son els seus atributs, és a dir, la seva identitat social. L'estrany pot mostrar ser amo d'un atribut que el torna diferent als demés (dintre de la categoria de les persones a les que té accés) i el converteix en algú menys acceptable. Per tant, deixem de veure'l com una persona normal i corrent, per reduir-lo a un ésser menyspreable. Un atribut d'aquesta naturalesa és un estigma (Goffman, 2006).

Goffman (2006) presenta tres tipus diferents d'estigma. El primer fa referència a l'estigma per malformacions del cos o deformacions físiques . El segon fa referència als defectes del caràcter del individu com poden ser la falta de voluntat, passions antinaturals, creences falses i la deshonestedat (per exemple: pertorbacions mentals o homosexualitat). Mentre que el últim tipus fa referència als estigmes trivials de la raça, la nació i la religió. Tots ells tenen en comú la possessió d'un estigma, és a dir, una indesitjable diferència(Goffman, 2006).

Els normals<sup>5</sup>, seguint sempre Goffman (2006), considerem que les persones que tenen un estigma no són del tot persones humanes, per això practiquem diversos tipus de discriminació. Construïm una teoria del estigma, per explicar la inferioritat i perillositat dels individus. La persona estigmatitzada busca la sensació de ser una persona “normal”, un ésser humà com qualsevol altre. Per tant, el tret central que caracteritza

---

<sup>2</sup> Paraula home entesa com humanitat.

<sup>3</sup> Primera edició en angles.

<sup>4</sup> Persona desconeguda

<sup>5</sup> Designa “normals” a tots aquells que no posseeixen cap tipus d'estigma

la situació dels individus estigmatitzats és el que es denomina "acceptació". L'aportació de Goffman(2006) més rellevant per la recerca és la idea de que els individus han d'acceptar i portar a terme una norma, donat la categoria en la qual pertanyen. Per tant, els individus fan una recerca de l'acceptació social, intentant buscar la sensació de ser una persona "normal" dins dels paràmetres que la societat dictamina. Mitjançant aquesta teoria es pretén comprendre si l'objecte d'estudi de la recerca (dones madures) ha sentit algun tipus d'estigma o rebuig social respecte els seus cossos i la seva sexualitat.

Relacionat amb la idea de la teoria d'estigma de Goffman (2006), apareix el concepte de "materialització dels cossos". Butler l'any 1993 apunta com el "sexe" no funciona únicament com a norma, sinó que també és part d'una pràctica reguladora que produeix cossos que governa. És a dir, el "sexe" és el poder de produir els cossos que controla. Les normes reguladores del "sexe" s'obren d'una manera "performativa"<sup>6</sup> per construir la materialitat dels cossos (Butler, 2002).

Butler (2002) considera que la única via per accedir a la veritat o matèria dels cossos és adoptant una norma corporal, que ve donada a partir d'assumir un sexe. Aquest procés d'apropiació o "performativitat", és entès com un poder reiteratiu que posseeix un discurs per produir els fenòmens que regulen i imposen.

La "performativitat" del gènere implica l'actuació reiterada i obligatòria que exerceixen els éssers humans, en funció, d'unes normes socials establertes. És, per tant, una pràctica social, reiteració continuada i constant en la qual es negocia la normativitat de gènere. Incideix en que la persona no és propietària de si mateixa ni del seu gènere, perquè no realitza simplement la "performance" que més la satisfà, sinó que existeix una normativa genèrica que promou i legitima, alhora que sanciona i exclou. Per tant, el cos és un efecte d'una dinàmica de poder, indissociable de les normes reguladores que castiguen o premien la materialització i significació d'aquells efectes materials. En aquest sentit, la construcció del sexe és una norma cultural que governa la materialització dels cossos. D'aquesta manera, els cossos es construeixen en una negociació constant amb la norma social reguladora, això significa que el procés d'assumir un sexe empra l'imperatiu heterosexual per permetre certes identifications sexuals i excloure d'altres (Butler, 2002).

Butler (2008) considera que l'heterosexualitat és una matriu excludent, ja que forma als subjectes normats i simultàniament produeix éssers "abyectos"<sup>7</sup>, que formen l'exterior constitutiu del camp dels subjectes normats. Per tant, podríem afirmar que

---

<sup>6</sup> "Performativitat" ha de ser entesa com la pràctica reiterada mitjançant la qual els discursos produeixen els efectes que anomena. Per tant, és el poder reiteratiu del discurs per produir fenòmens que regula o imposa.

<sup>7</sup> "Abyecto" són zones "inhabilitables" de la vida social, que és necessària per circumscriure l'esfera dels subjectes.

els cossos que importen són aquells que constitueixen la normativitat, mentre que els que no importen són els anomenats cossos “abjectos”. Els cossos valorats són aquells que fan ús de la sexualitat amb la norma de reproducció, i els exclosos, els cossos que no importen són aquells que practiquen sexualitats que es consideren socialment anòmales i incomprensibles.

L’aportació de Butler(2008) més interessant per la recerca és la idea de que l’existència de normes reguladores permeten crear cossos aptes i d’altres que no valen. Per tant, la materialitat dels cossos és un efecte de poder que ve determinat per l’assoliment d’un sexe, creant identificacions sexuals vàlides i exclou-ne d’altres. Aquesta aportació, doncs, dóna consistència al transfons de l’anàlisi perquè permetrà veure com l’acceptació corporal i les vivències respecte la sexualitat, són constructes socials regits per una reiteració d’una norma que regula, imposa i exclou.

### *2.1.3. La identitat del gènere com a condicionant de la vivència i percepció del cos.*

La identitat del gènere segons Butler(2007) no hauria de sobreentendre’s per la imposició d’un sexe. Defensa, doncs, que el sexe és biològic mentre que el gènere és producte únicament del sexe. Per això, encara que els sexes semblin clarament binaris, no hi ha motiu per creure que els gèneres, també, seguiran sent-lo. Ser “dona” i ser “home” és sempre una eventualitat oberta a la interpretació. Tot i que Butler (2007) defensa no pressuposar diferències de gènere, a continuació es presenta l’aportació de tres teòrics que exposen la identitat del gènere com a condicionant de la vivència i percepció del cos. Aportacions, doncs, que pressuposen les diferències de gènere.

García- Santesmases (2015) busca identificar com l’adquisició d’una diversitat funcional qüestiona la identitat del gènere. Argumenta l’existència de tres àrees relatives a la construcció d’identitat del gènere: els imaginaris del gènere, l’autoconcepció corporal i les relacions i pràctiques afectivo-sexuals. L’autora afirma que els imaginaris del gènere són: la dona cuida i el home desitja. I, constata que aquests imaginaris no canvien aquests rols masculins i femenins sinó que es reforça sobretot en dos àmbits: la concepció del desig sexual i les cures. L’autora considera que els homes donen més importància a l’aspecte físic que les dones alhora d’escollir parella, mentre que les dones valoren altres aspectes alhora d’iniciar una relació. S’afirma, doncs, que el desig sexual masculí es naturalitza com un fet biològic, mentre que el femení es representa en l’ imaginari com un element més elaborat que necessita altres factors personals i contextuals, per tant les dones solen lligar més la sexualitat amb la afectivitat. En la segona àrea que es reforcen els rols del gènere és en l’àmbit de les cures i l’assistència personal. La majoria de persones amb diversitat funcional tendeixen a contractar dones perquè se las visualitza com “expertes”(García-Santasmases, 2015).

Gràcia- Santesmases (2015) afirma, amb el seu estudi, que les entrevistades femenines senten com els seus cossos no s'adeqüen al ideal de bellesa i al desig. La transformació corporal i estètica d'aquestes -estètica referint-se a la manera de vestir, tallar-se el cabell, elements estètics....- pot veure's com una pèrdua d'identitat, ja que suposa la renúncia del control i la decisió sobre la seva pròpia aparença. En canvi, els homes experimenten una relació amb el seu cos més positiva i tendeixen a obviar aquells elements que podien originar frustracions. Això s'esdevé perquè per en la identitat masculina, l'aspecte físic no resulta tant substancial com per la identitat femenina.

Pel que fa les relacions sexuals, es posa de manifest que el model de bellesa o desig no s'ha vist modificat per l'adquisició de la diversitat funcional, sinó més bé per l'edat i procés de maduració. Els homes no han mantingut relacions sexuals amb persones amb diversitat funcional, mentre que dos de les dones sí, tot i no sentir-se atretes per aquest homes. La paradoxa és el rebuig allò que són cossos diferents al model de bellesa hegemònic (García- Santesmases, 2015)

Gràcia- Santesmases (2014) afirma, doncs, que les dones amb diversitat funcional pateixen discriminació per la seva situació, i per altres dos aspectes addicionals: la pressió sobre els seus cossos, amb l'objectiu d'adaptar-los al model ideal de bellesa, i la situació de privilegi dels seus homòlegs masculins (homes amb diversitat funcional). Per tant, es posa de manifest que tant els homes i les dones com a persones amb discapacitat funcional es senten exclosos de la nostra societat, simplement pel fet de que els seus cossos no s'adapten a la normativa hegemònica de la construcció del ideal de bellesa. A més, les dones, en aquest col·lectiu estan força més perjudicades, ja que parteixen d'una distinció de gènere on els rols hegemònics femenins seran més difícils d'assolir lligat a la idea de que les dones han d'adaptar-se als models ideals de bellesa per ser visualitzades com a dones.

Aquests imaginaries tradicionals de gènere afecten no únicament a persones amb diversitat funcional, afecten a tota la població degut a l'existència d'una normativitat hegemònica. Per tant, per l'anàlisi té importància l'explicació de com els imaginaris de gènere contribueixen a percebre diferents sentiments respecte a la sexualitat i el propi cos. Així com, són responsables, també, de les vivències amoroses i el procés de reconstrucció de la vida sentimental. Caldrà analitzar fins quin punt les dones entrevistades tenen integrats, o transgredeixen, aquests imaginaris de gènere, que condiciona les seves vivències respecte l'amor i la reconstrucció d'aquest, i les percepcions del seu cos i la seva sexualitat.

Es pot afirmar, doncs, que la societat imposa un model hegemònic de bellesa ideal. Soley- Beltran (2012) aporta la idea de que els models de moda es mostren com a significats de valors culturals i estàndards de bellesa i identitat ideal en una economia de consum. Són cossos que es perceben desitjables. Però, es constata que per la

creació de cossos desitjables necessàriament ha d'existir un grup de cossos no desitjables, que són víctimes col·laterals del projecte de bellesa perfecte.

La fantasia de la perfecció estètica crea mostres com: la joventut permanent, la primesa extrema i la manipulació digital i objectivació. La joventut permanent es presenta com a desitjable i assolible. És a dir, una fantasia de bellesa eterna concebuda com a jove, predominantment blanca i prima, ja que des de els anys 60 (generació baby boom) la joventut es torna un valor en si mateixa. Això porta a la intenció permanent de percebre's com a éssers sense edat (Soley-Beltrán, 2012).

Seguint el mateix autor, existeix un mandat diferenciat sobre l'aspecte juvenil respecte el gènere, per tant, afecta de manera diferenciada a homes i dones. Els homes models es poden agrupar en dos estils diferents: joves models amb cara de nens que treballaven en la moda fins als trenta anys més o menys, i el segon grup que treballen en la publicitat i representen homes "madurs" i "atractius". La vida "útil" de les dones, en canvi, segueix sent més limitada. Això significa, que en la professió existeixen diferències de gènere respecte el fet de fer-se grans(Soley-Beltrán, 2012).

Interessa, doncs, estudiar fins quin punt aquesta consideració es transmet a nivell general, en persones que no exerceixen la professió. Aquesta aportació pren rellevància en aquesta recerca perquè precisament el que es qüestiona és si l'edat influencia o condiona en les percepcions i sentiments respecte l'amor i la reconstrucció d'una nova vida sentimental, en les sensacions sobre els seus cossos i la seva sexualitat.

Seguint amb la mateixa idea de les vivències sobre el propi cos en relació el gènere és important destacar la relació entre l'inici d'un procés d'envelliment i el gènere. Freixas (1997) aporta una nova visió i utilitza la perspectiva de gènere per comprendre les diferències entre els gèneres que es donen en aquests primer procés d'envelliment.

En el cas de les dones es dona importància a la menopausa i el niu buit, que redueix els processos vinculats al sexe i la maternitat. Mentre que l'aspecte que condiona l'envelliment del home és la jubilació i la disponibilitat del temps lliure(Freixas,1997).

Explica que les dones en la maduresa descobreixen energia i es socialitzen més, mentre que disminueixen les seves obligacions familiars. Per tant, solen alliberar-se de dos elements del patriarcat que eren concebuts com a fonamentals per la seva felicitat i realització personal: la casa i la família (Freixas,1997).

La mateixa autora presenta la menopausa com un procés clarament diferenciador del procés d'envelliment de les dones i els homes. Afirmar que la menopausa no ha estat un problema "extremadament gran" per elles, perquè el conceben com un procés natural, i alliberador. No obstant, sol mostrar una crisi emocional (Freixas,1997).

Aquesta última aportació serà útil per la recerca ja que es pretén estudiar com els efectes provocats per la menopausa en les dones madures condionen les concepcions, percepcions i sentiments respecte els seus cossos, la seva sexualitat, la

reconstrucció d'una nova vida amorosa i les sensacions després d'una ruptura. L'estudi vol donar a conèixer com viuen, senten i perceben les dones el procés de començar a fer-se grans.

#### *2.1.4. Sistema capitalista com a determinant del cos.*

En qualsevol cultura el cos està lligat a lo social, és a dir, tota pràctica social és una experiència corporal. Això significa que les diferents pràctiques corporals es corresponen als diferents models de vida.

El cos, per tant, es modifica en el moment en que els modes de vida i la cultura canvia. A finals del segle XX i principis del segle XXI, Occident es caracteritza per un culte total del cos. El cos, en les societats actuals, s'ha convertit en alguna cosa reivindicar, a mostrar, alguna cosa que cuidem. És a dir, s'ha transformat en un objectiu en si mateix. El cos un cop disciplinat per la dieta i els exercicis físics convenients, ha passat a ser un símbol d'estatus, joventut, salut i energia (Esteban, 2004).

Apareix, doncs, el cos com un culte, per això, sorgeix l'afany de regulació i control social de la població i de l'individu a través del seu cos. Aquesta regulació assoleix la seva perfecció potenciant el consum i fomentant el autocontrol i la disciplina. Per tant, des de una visió actual, es relaciona el cos amb la construcció social del concepte de persona, és a dir, la formació del "jo". Això significa que es reconeix el seu paper conformador de la subjectivitat, doncs, la imatge corporal i el cos són fonaments en la construcció de la pròpia identitat (Esteban, 2004).

La centralitat del cos es reflexa en espais socials com els mitjans de comunicació, món de l'espectacle, l'oci, l'esport, i la publicitat, protagonistes absoluts de les nostres societats de consum. L'alliberació del cos que caracteritza la nostra societat consumista es dona a un nivell ideal i de referència, que es mostra de manera fragmentada i diferenciada de lo quotidià. Això, llavors, és part d'un procés de control sobre els cossos (Esteban, 2004).

Tot això significa que s'exerceix un consum en relació als cossos. Així doncs, es relaciona el consum amb la sexualitat, perquè les nostres societats s'han sexualitzat. De manera que s'ha alliberat les costums sexuals i l'exhibició permanent d'aquesta. També, s'ha exercit consum sobre l'estètica, els maquillatges i la cura de l'aparença, on el extrem estaria situat en la cirurgia estètica, que cada cop creix a ritmes acceleradors. Així com s'ha impulsat una vida sana i una dieta equilibrada com a mecanismes per l'exposició d'un cos ideal. En definitiva, s'han comercialitzat molts aspectes o pràctiques socials que emfatitzen la cura del cos i l'acceptació d'aquest mateix (Esteban, 2004).

Es caracteritza el cos com un culte, sent els ideals corporals i el cos mediàtic de la publicitat els principals generadors. No obstant, els ideals corporals hegemònics no

afecten per igual als diferents sectors culturals i grups ètnics. Això es refereix al fet que, tals ideals sobre el cos i la bellesa si fossin socialment compartits com un "haver de ser", no necessàriament es correspondrien amb les necessitats i experiències reals de les persones. Pot haver llavors, una espècie de "desfasament" entre l'ideal estandarditzat de l'estètica corporal i les pràctiques dels que el comparteixen, davant la impossibilitat de coincidir amb ells mateixos (Esteban, 2004).

Aquesta aportació és rellevant per l'anàlisi perquè cal no oblidar el context social que ens envolta quan s'estudia una realitat social. Per tant, els resultats de la recerca han d'estar analitzats a partir d'un context determinat, que influenciarà les opinions, percepcions, sentiments de les dones entrevistades i participants del grup de discussió.

#### *2.1.5. La sexualitat , també, com a constructe social.*

Foucault l'any 1976 argumenta que els desitjos no són entitats biològiques preexistents, sinó que es constitueixen en el curs de les pràctiques socials històricament determinades. Per tant, es pot afirmar que el sexe o la sexualitat també és una construcció social, adaptant el desig com una construcció de les pràctiques socials interioritzades.

Es donen, així, discursos sobre el sexe, amb implícits mecanismes de dominació ideològica, per vigilar i disciplinar l'expressió genuïna de la sexualitat com a manifestació de saviesa i comprensió de l'essència de l'energia masculina i femenina. La nostra societat va explorar una *scientia sexualis*, és a dir, un mecanisme de control sobre el sexe . En la nostra societat, els mecanismes de poder es dirigeixen al sexe i el cos a la vida. El sexe, és alguna cosa que es jutge i s'administra. Les vides humanes seran racionalitzades i disciplinades d'acord amb les estratègies de poder i dominació (Foucault, 2006).

El sexe, al llarg de la història, han anat mostrant els discursos de dominació i control acceptant-se o rebutjant-se certes pràctiques sexuals. Per tant, el poder prescriu regles al sexe. Però aquest poder, és de caràcter omnipotent (es produeix a totes les parts i ve de totes les parts). Això significa que els discursos dominants/dominadors, acceptats/exclusos actuen en estratègies diferents. El discurs pot ser instrument i efecte del poder(Foucault, 2006).

Per això, en la recerca es pretén identificar quins discursos de poder hegemònics han influenciat en els pensaments, sentiments i vivències de les dones madures respecte els seus cossos, la seva sexualitat, les seves percepcions després de la ruptura i la reconstrucció d'una nova vida amorosa. En definitiva, es tracta de fer visible el control social que ha dominat i disciplinat aquestes dones respecte aquestes consideracions.

Tal i com argumenta Foucault (2006) el sexe ha estat construït socialment amb discursos que exercien poder, control i dominació a la població. Això ha portat, probablement a nocions tabús de la pròpia sexualitat.



Rubin (1989) influenciat per les premisses de Foucault, considera que el sexe ha estat des de fa molt temps un tabú en les societats conservadores i també en les que s'anomenen modernes. Per això, la sexualitat es construeix en la societat i en la història: la sexualitat és un producte humà, que es justifica com un mitja natural de reproducció. Els vells tabús religiosos tenien com objectiu promoure les relacions que es consideraven adequades i rebutjar les no apropiades. Així doncs, s'esdevenen dues sexualitats: la bona i la dolenta. La sexualitat bona seria la que fa referència a la normal, natural i sagrada, segons els criteris de la religió. És, per tant, la heterosexual, caracteritzat pel matrimoni, la monogàmia, i la sexualitat procreadora. Una sexualitat no comercial, que es doni en parella i entre membres d'una mateixa generació. I només està permesa en àmbits privats i sense utilitzar cap objecte sexual.

Pel contrari, el que es defineix com una sexualitat dolenta fa referència a la anormal, antinatural i maldita. És l'homosexual, en la que no hi ha matrimoni, és la promiscua i no és procreadora. Així com, la que es pot realitzar en grup i pot ser intergeneracional. Aquesta sexualitat es realitza en espais públics i s'inclouen objectes sexuals en les seves pràctiques (Rubin, 1989).

El fet de posar en debat el tabú del pensament sobre el sexe, ja és rellevant. Per tant, l'aportació de Rubin (1989) és útil per estudiar la sexualitat de les dones madures, i analitzar com la viuen i la perceben. Així com, estudiar com han interioritzat la bona o la dolenta sexualitat, i els sentiments i sensacions que els hi ha produït dur a terme diferents tipus de sexualitat.

## **2.2. Sociologia de l'amor com a fonament teòric**

En aquest apartat es pretén desenvolupar una línia temàtica rellevant per la recerca: l'amor. Aquest segon bloc del marc teòric està compost per dos subapartats. El primer fa referència a la transformació de l'amor en les societats actuals. Es pretén desenvolupar a partir de les aportacions de Giddens (1992), Bauman (2005), Subirats & Castells (2007) i Illouz (2012), una explicació de com l'amor ha evolucionat en les societats postmodernes. Per tant, en les nostres societats s'ha donat canvis profunds en les relacions efectives, que condicionaran les percepcions i vivències de les participants en la recerca. El segon, a partir de l'aportació de Illouz(2009) i Esteban (2011), explicita la transformació de les relacions afectives donades en el si de la postmodernitat i com la idea d'amor romàntic perd consistència.

### *2.2.1. La transformació de l'amor en les societats actuals*

La modernitat ha desencadenat importants transformacions en la vida privada dels individus. Amb la modernitat s'ha generat l'idea de la sexualitat alliberada d'una relació intrínseca amb la reproducció, la qual genera canvis significatius en la sexualitat, l'amor i el erotisme, en la societat moderna. En aquest cas, a la dona li ha permès tenir un grau notable d'igualtat sexual en la possibilitat de tenir amants abans

d'establir un compromís sexual, o posterior a ell. La modernitat ha començat a fer possible el reconeixement de la dona en l'exercici de la sexualitat(Giddens, 1992).

El control de la natalitat, implica l'alliberament" final de la sexualitat i la possibilitat de l'individu de construir una sexualitat autònoma, separada de la reproducció i del parentiu. Però no només la sexualitat va estar transformada, també el concepte de l'amor romàntic i altres formes d'afectivitat. La modernitat va permetre parlar de la passió, i no de l'amor romàntic. El concepte de passió, implica una connexió entre l'amor com a sentiment i l'atracció sexual. L'amor passional és alliberador, en el sentit de generar una ruptura amb la rutina i el deure(Giddens, 1992).

Per recerca és important, també, destacar el que Giddens anomena com el nou model d'amor: l'amor confluent. Considera que els ideals romàntics s'han fragmentat amb la emancipació sexual femenina, donant pas aquest nou model d'amor. L'amor confluent suposa obrir-se un davant de l'altre, fent front a la identificació projectiva de l'amor romàntic. És contingent, actiu i no necessàriament ha de ser monògam. Aquest tipus d'amor implica l'acceptació de cada membre de la parella, sent cadascú responsable de decidir la durabilitat de la relació. Per això les relacions pures dintre del amor confluent son relacions igualitàries. El que importa en l'amor confluent no és "trobar a una persona especial" sinó construir una "relació especial". L'elevat nombre de divorcis i separacions no són un efecte sinó que son la causa de la necessitat d'aquest amor confluent (Giddens, 1992). Per tant, aporta una nova forma definició de la forma d'establir les relacions amoroses i sexuals, causants dels canvis de les nostres societats.

Seguint la mateixa línia, Bauman (2005) desenvolupa el concepte d'un nou amor, a l'any 2003. L'anomena "amor líquid" per referir-se al tipus d'amor que es dona a les societats líquides (postmodernes). La modernitat líquida consisteix en una època inestable que està fortament marcada per les dinàmiques massives i globals del mercat, i en la qual els valors canviants de les persones impacten en els vincles humans; com les relacions de parella, familiars, de veïnatge i socials. Afirmar que viure en una societat de consum, produeix unes relacions basades en la percepció de l'altre com a mercaderia.

Davant el tradicional "fins que la mort ens separi" donat en les relacions amoroses, el consumisme ha establert una pedagogia perversa en la immediatesa de la satisfacció del desig i la cosificació de les persones. Això, causa la reducció dels llaços afectius i es visualitza la seva fàcil dissolució. La parella es torna una mercaderia que eventualment no satisfà més les nostres necessitats a curt termini. Les relacions de "lenta cocció" s'anteposen a les demandes de la immediatesa del desig. Molts dels "nous amants", des de una lògica consumidora, consideren més còmodes les relacions superficials, ja que com les mercaderies poden variar amb facilitat. D'aquí sorgeix la por a establir noves relacions duradores, que resulten provocar, a llarg termini nerviosisme i inseguretats al no poder conèixer d'elles el resultat final(Bauman, 2005).

Segons Bauman (2005), el matrimoni i la família, les institucions tradicionals d'una societat, resisteixen l'impacte de la superficialitat amorosa contemporània. El matrimoni està passat de moda, la família s'ha tornat més insegura; el que es tradueix en un decreixement de matrimonis i fills. No obstant, s'han generat altres formes de relacionar-se, que s'estableixen a partir de l'auge de la utilització de les tecnologies i Internet. Són relacions, que al donar-se en aquests escenaris superficials no generen llaços sòlids, són relacions fàcils de dissoldre's. Per tant, existeix l'angoixa de voler "viure junts i separats", constituint les característiques humanes actuals. Argumenta l'existència d'una nova fragilitat dels vincles amorosos, posseint un caràcter de simulacre en les noves relacions amoroses. Així com, percepcions de vides desaprovechades per ser incapaces d'assumir cap compromís durador (Bauman, 2005).

Per la recerca és rellevant com aquesta idea d'amor líquid ha influenciat el pensament de les dones entrevistades. Es pretén analitzar si les vivències amoroses d'aquestes dones han variat en les nostres societats actuals, ja que parteixen d'un context on l'amor no era concebut d'aquesta manera. Així com, detectar el confrontament entre la concepció del amor en les societats modernes i les societats postmodernes, i com ha condicionat en les percepcions, sentiments i vivències de les relacions afectives.

Està clar, llavors, que les relacions han evolucionat al llarg de la història. Però evolucionen sobre uns models i pautes hegemòniques.

El patriarcat a construït una diferenciació de rols entre la dona i el home. L'home és vist com el guerrer, rei de casa seva i conté el poder. Mentre de la dona queda relegada a lo domèstic i és visualitzada com la destinatària a complaure el desig del marit. Perquè això canviï, primer hauria de dissoldre's el model patriarcal i perquè això succeeixi els homes han d'abandonar la seva categoria dominant.

L'ordre patriarcal es sustenta en la divisió sexual del treball: l'home ocupant-se de promoure el poder i la guerra, i la dona ocupant-se de la reproducció de la vida: cuidar als demés, brindar afecte, complir sexualment, atendre a les tasques domèstiques, treballar al camp i més tard a la fàbrica... Així les dones havien de realitzar diverses funcions (físiques, mentals i emocionals), el que ha portat a concebre a la dona com un ésser multidimensional (Subirats & Castells, 2007).

Subirats i Castells (2007) consideren que la cultura patriarcal ha variat poc, el que ha canviat en les noves societats són les dones. Ja que tenen una nova consciència i demanden renegociar els rols dins d'una família, el qual pot portar a conflictes dintre de la parella.

L'evolució cap a societats postmodernes porta a que les dones puguin dissociar els tres elements del amor: relacions sexuals que no necessàriament desemboquin en la creació d'una família, considerar la realització sexual com alguna cosa per gaudir i l'increment de seguretat derivada de un lloc de treball que dóna independència econòmica (Subirats & Castells, 2007).

La recerca vol conèixer com afecten els estereotips del gènere en les noves relacions amoroses. Tot i que ha canviat la idea d'amor en les noves societats i les dones s'han alliberat en les pràctiques sexuals, es pretén analitzar les percepcions interioritzades difoses pel patriarcat, que han dificultat les noves relacions amoroses i sexuals. Per tant, mostrar el confrontament que pateixen les dones analitzades respecte les percepcions i vivències del amor. Ja que, han estat educades des de una lògica que sembla haver canviat en les societats actuals.

A 2011 Illouz aporta la idea de l'existència d'una paradoxa en l'amor, ja que per una banda, l'amor ens conforma com éssers humans i socials, però al mateix temps, els valors constitutius de la postmodernitat tendeixen a refredar els seus efectes. Això significa, que l'adhesió de l'amor es desconnecta perquè els valors com la llibertat, la raó, la igualtat i l'autonomia són elements centrals de la modernitat. Fet que suposa que tot l'amor està acompanyat d'alguna dosis de patiment. Argumenta que la recerca de la parella ideal es veurà acompanyada de constants fracassos. Després d'una festa, d'una nit "boja" o una recerca per Internet, queda la tornada a un mateix amb sabor a derrota. L'amor, doncs, genera frustracions i sentiments de fracassos, per la dificultat de trobar la persona que correspongui al ideal que imaginaves. Però fins i tot, encara que hagi cregut trobar la persona, no desapareix el patiment perquè al llarg del temps començarà aparèixer el avorriment, la rutina, l'ansietat i l'irritació, conflictes que generen ruptures o separacions (Illouz, 2012).

Per la recerca interessa el canvi de regles de l'amor. D'una banda, s'ha radicalitzat la idea d'igualtat i llibertat. Mentre, que d'altra banda, s'ha separat l'emocional de la sexualitat (Illouz, 2012). Es pretén estudiar i analitzar com les dones perceben la llibertat en les relacions amoroses i la lluita cap a la igualtat. Així com, aquesta aportació interessa, també, en la recerca per l'èmfasi que mostra en els sentiments que s'esdevenen en les relacions amoroses i els intents de reconstruccions sentimentals. Per tant, podrem observar si les dones entrevistades senten aquestes dosis de patiment respecte la recerca del amor, i les dosis d'avorriment respecte l'estabilitat de l'amor.

### 2.2.2. *L'amor romàntic en qüestió?*

La transformació de l'amor en les societats actuals ha portat, probablement, a un plantejament del amor romàntic des de altres perspectives, qüestionant les seves ideologies de transfons que ha condicionat a les percepcions i vivències del amor, la ruptura, el cos, la sexualitat i la reconstrucció d'una vida sentimental, de les dones madures.

L'amor és un conjunt de símbols, nocions i teories, que s'han anat construït en les societats, que engloben tots els espais socials, i influeix directament a les pràctiques de les persones, estructurant unes relacions de desigualtat de gènere, classe i ètnia, i un mode concret i heterosexual d'entendre el desig, la identitat i el subjecte. És a dir, és

una forma d'interacció i vinculació que comporta la idealització i erotització de l'altre, i el desig d'intimitat i durabilitat de la relació.

L'existència d'una configuració emocional, la romàntica, jerarquitzava les diferents interaccions amoroses. On l'amor sexual o de parella queda absolutament elevat i poderós, entrant en tensió amb altres tipus d'amor (Esteban, 2011).

A partir dels anys 60, el matrimoni canvia i existeix una possibilitat d'elecció. Per tant, la creixent individualització ha portat a transformacions en la ideal de l'amor, caracteritzant "un nou amor" que vincula menys la passió a la durabilitat, i produeix un sistema continu de ruptures, reconstruccions de parelles i una generalització de l'aventura amorosa. En conseqüència, el matrimoni és alguna cosa més alegre i satisfactòria. L'amor estaria subjecte a intents de reconciliacions d'oposats, desitjos contradictoris, forces dialèctiques amb conflicte (amor etern, lliure de mentires...) i el desig a la individualització i el abandonament quan no hi ha suficient dosis de passió i comunicació (Esteban, 2011).

La ideologia romàntica manté unes relacions desiguals de gènere, classe i ètnia, i un model econòmic i social que afecta a tots els espais socials, des de la família fins les institucions. És un pensament amorós que posa a l'amor per davant dels valors humans fonamentals, com la justícia, la llibertat i la solidaritat, i que es troben en el centre de la subordinació social de les dones (Esteban, 2011).

Aquesta idea aporta a la recerca l'objectiu d'analitzar quines bases de l'amor romàntic queden instaurades en les percepcions i sentiments de les dones. La societat ha generat una transformació de l'amor, però es vol conèixer fins quin punt les dones madures han seguit aquesta transformació, eliminant aspectes amorosos com la idealització de l'amor romàntic.

Destacable és també que l'amor romàntic té una relació amb el sistema de producció econòmica. A Estats Units, es consolida i desenvolupa el potencial del consumisme. Hi ha interessos estratègics en la indústria de la publicitat i cinematogràfics per crear un complex simbòlic entre l'amor i el consum. Per tant, a Estats Units al començament del segle XXI, l'imaginari de l'amor hegemònic correspon a l'amor romàntic (Illouz, 2009).

Es presenta una clara relació entre el sistema econòmic basat en l'economia de mercat i l'experiència del romanç tal i com la cultura del amor romàntic la promou. Aquesta relació es dirigeix en dues direccions. D'una banda, la mercantilització del romanç: a partir de la mercantilització de la seducció en la parella i l'amor romàntic. Això significa que l'amor passa a ser viscut en la àrea del mercat, donant-se en contextos marcats pel consum.

D'altre banda, mostrar la idealització de les mercaderies, a partir de la seducció publicitària (capitalisme emocional), o dit d'una altra manera la romanització dels béns de consum. Els productes de consum, gràcies a la publicitat i al cinema, adquireixen un "aura romàntica". El trobament romàntic s'ha traslladat de la casa a l'esfera de l'oci dels consumidors, per tant, es comencen a donar els actes romàntics públicament, darrera d'una societat consumista (Illouz, 2009).

Existeix un cinisme dels individus en les societats post-industrials, generalment presentat pels subjectes amb un capital cultural elevat. Es pot parlar d'una classe social del amor, que influencia la nostre manera de valorar els obsequis amorosos o la pròpia experiència romàntica. Tot això ha creat la cultura de masses del romanç. Així com, de manera constant, s'intenta vendre la il·lusió igualitària en la que sigui possible dissoldre's les diferències entre gènere i classes. Per tant, es venen uns estils de vida caracteritzats en la diversió, la bellesa, la intensitat i la sexualitat. Això ha portat a la creació d'una mena de religió del amor romàntic, en les societats contemporànies . Aquesta dimensió s'ha convertit en una mena "d'utopia" col·lectiva que promet la llibertat d'elecció de la parella i al mateix temps, l'estabilitat que proporciona la companyia (Illouz, 2009).

L'amor romàntic és una droga dissenyada per la dona (Subirats & Castells, 2007), que ha estat transmesa des de una societat consumista, per tal de generar una cultura de masses del romanç (Illouz, 2009). Caldrà, doncs, analitzar les conseqüències d'aquesta "droga" a l'hora d'establir noves relacions amoroses, en societats postmodernes.

### **3. METODOLOGIA**

La metodologia utilitzada pel treball de camp ha estat de caràcter qualitatiu, ja que és la més adient per tractar estudis de la microsociologia. La recerca pretén analitzar les percepcions, sensacions i sentiments de les dones d'entre 45 a 55 anys. Així com la reconstrucció de la vida amorosa, les percepcions del cos i la relació que s'estableix amb la pròpia sexualitat. Aquestes són temàtiques d'ordre quotidià, que s'analitzen a partir de la metodologia qualitativa.

Les dues tècniques utilitzades pel treball de camp han estat de caràcter qualitatiu: l'entrevista en profunditat i el grup de discussió. La primera, l'entrevista en profunditat, ha estat utilitzada amb cinc dones que tenen entre 45 a 55 anys i havien viscut una ruptura amorosa. L'entrevista en profunditat és bàsicament una tècnica basada en el joc conversacional. És a dir, és un diàleg, preparat, dissenyat i organitzat en que es donen dos rols diferents segons l'entrevistador i l'entrevistat. Aquests dos rols no desenvolupen unes posicions simètriques: l'entrevistador (investigador) és el que realitza les preguntes segons les temàtiques que necessita estudiar i analitzar, i l'entrevistat desplega al llarg de la conversa elements cognoscitius (informació sobre les vivències i experiències), creences i desitjos en torn els temes que l'entrevistador planteja. L'entrevista en profunditat suposa, per tant, una conversa amb fins orientats als objectius d'una investigació social (Vargas, 2012).

En concret, s'ha realitzat l'entrevista semiestructurada o focalitzada. Aquest tipus d'entrevista en profunditat requereix d'una meticulosa preparació i realització. L'investigador té un guió amb uns ítems derivats del problema general que es pretén estudiar. Malgrat que aquesta es mostri força estructurada, organitzada i preparada

prèviament, al llarg de l'entrevista, la persona entrevistada anirà proporcionant informació en relació aquests ítems, per tant, el curs de la conversa no és subjecta a una estructura formalitzada(Vargas, 2012).

Les dones que van realitzar les entrevistes seran anomenades entrevistada1, entrevistada2, entrevistada3, entrevistada4 i entrevistada5. Per aprofundir més en les característiques sociodemogràfiques es pot consultar l'annexa 1 on es troba el quadre de persones entrevistades.

Les entrevistes han estat dissenyades segons set grans blocs temàtics: bloc de la ruptura; on les preguntes van dirigides a descobrir els sentiments i percepcions que ha suposat la ruptura i com ha afectat a les seves vides. També, en aquest bloc, es fa referència a les causes que ha suposat aquest abandonament i la percepció de com consideraven que les seves parelles havien viscut aquest procés. El segon bloc està dedicat al cos i l'aspecte físic, les preguntes van dirigides a entendre la seva aparença física, els canvis corporals, les sensacions respecte als seus cossos i com la ruptura ha afectat en les seves percepcions corporals. El tercer bloc és el que s'ha anomenat bloc de reconstrucció de la vida amorosa i sentimental. En aquest bloc, les preguntes han anat dirigides a les dificultats amb les que s'han pogut trobar a l'hora de refer una nova vida amorosa, i les sensacions que han tingut quan han tractat amb altres homes després de la ruptura. El quart bloc s'ha centrat en la qüestió de la sexualitat. Aquest bloc fa referència a com han viscut la seva pròpia sexualitat i la normativitat sexual com a dones, així com també inclou ítems de percepcions d'inseguretat o por a l'hora d'afrontar relacions sexuals. Relacionat amb aquest bloc, el següent bloc, el cinquè, fa referència a la sexualitat i el cos. En aquest bloc, s'aborden preguntes que volen descobrir les relacions entre el cos de les dones amb les seves vivències sexuals, i com el cos pot o no influenciar a les relacions íntimes. El sisè, és el bloc de la menopausa i de fer-se gran. En aquest apartat es pregunta sobre quins símptomes han patit amb la menopausa, quina relació estableixen entre la maduresa i la menopausa, i com aquesta pot afectar a les relacions sexuals. Així doncs, com els primers símptomes d'envelliment poden haver afectat a les seves vides en general i, en especial, a la reconstrucció d'una nova vida amorosa. Per últim, l'entrevista inclou el bloc social en que s'aborden preguntes relacionades amb el capital social. És a dir, s'hi han generat més activitats, formes d'oci, s'han creat noves aplicacions... d'alguna manera es tracta com s'han socialitzat i com s'han sentit en aquestes noves formes socialitzadores, després d'una ruptura. Per aprofundir més en la informació i temàtiques tractades en les entrevistes es pot consultar l'annexa 2 on es troba el guió de l'entrevista.

L'altre tècnica utilitzada per al treball de camp ha estat el grup de discussió. És una tècnica qualitativa aplicada als estudis socials, i de mercat. Consisteix en una reunió de diverses persones desconegudes entre si, per tal que discuteixin i debatin sobre unes determinades temàtiques. Per tant, el grup de discussió és una tècnica qualitativa que

recorre a l'entrevista realitzada a tot un grup de persones per recopilar informació rellevant sobre el problema de la investigació. Aquesta tècnica ens aporta no únicament vivències personals, com ens pot aportar les entrevistes en profunditat semi estructurades, sinó que a més ens aporten arguments, debats, canvis d'opinions o no .... (Gil, 1993).

Per dur-ho a terme es va seleccionar el grup de dones que participarien a la reunió. Havia de ser un grup homogeni: dones de 45 a 55 anys que havien viscut una ruptura amorosa. Per dificultats de crear grups homogenis, i concretar dia i hora per realitzar l'activitat, només van poder participar-hi 3 dones, tot i que teòricament el grup havia d'estar format per 6 o 10 participants. No obstant, es considera que no ha estat un problema aquest desavantatge, ja que des del primer moment es van mostrar predisposades a parlar i debatre de totes les temàtiques. Per tant, en aquest sentit no va haver-hi problemes per fomentar la participació.

El guió del grup de discussió es compon de cinc blocs que cada un d'ells inclou unes preguntes obertes que han donat peu al debat. Els blocs temàtics d'aquest guió estan relacionats amb el de les entrevistes. No obstant han estat blocs més generals que han inclòs cinc temàtiques, perquè ha interessat la profunditat i discussió, més que l'accés d'informació. El primer bloc es dedica a la ruptura; on s'aborden preguntes sobre com creien que vivien les dones el procés de ruptura, si hi havia diferències amb el procés que vivien els homes i si l'edat podia ser responsable de què el procés de ruptura es donés de manera diferenciada. El segon bloc tracta de l'amor, on es pregunta aspectes envers al que buscaven, què consideraven que era l'amor, es tracta la normativitat de relacions amoroses, i altres aspectes que condicionen l'amor. El tercer bloc és del cos; en aquest les preguntes van relacionades amb la sexualitat, les percepcions, sentiments i sensacions i com ha afectat a les consideracions corporals. El cinquè bloc, i últim, és de la sexualitat, on es va recopilar sensacions i percepcions de la sexualitat que han viscut, com havia canviat després d'una ruptura, i si consideraven que els homes i les dones busquen coses diferenciades en les relacions íntimes. Per aprofundir més en la informació i temàtiques tractades en el grup de discussió es pot consultar l'annexa 4 on es troba el guió del grup de discussió.

Un cop preparada i organitzada la sessió, es va citar un dia i lloc concret i és va realitzar la reunió. Es van seguir els següents passos: prèvia presentació entre elles, posteriorment es va donar lloc a la "discussió" i per últim els acomiadaments. La sessió va durar dues hores i mitja.

Les dones que van realitzar el grup de discussió seran anomenades participant 1, participant 2 i participant 3. Són tres dones, que com ja s'ha comentat anteriorment, formaven un grup homogeni i característiques i vivències similars, que probablement s'ha vist influenciat en la creació d'un bon clima de treball. Per aprofundir més en les



característiques sociodemogràfiques es pot consultar l'annexa 3 on es troba el quadre de les participants del grup de discussió.

Un cop realitzades les entrevistes i el grup de discussió, s'ha transcrit les converses per tal d'analitzar els resultats de manera exhaustiva. Pel que fa la transcripció de les entrevistes i el grup de discussió sorgeixen, doncs, les cites que il·lustren l'explicació dels resultats. Un cop realitzada la transcripció, s'ha codificat els resultats de les entrevistes i el grup de discussió amb les següents variables: la primera és la vivència de la ruptura amorosa, on ha sorgit idees com el descobriment d'un mateix després de la ruptura i els fills i l'edat com a factors determinants del procés. La segona variable és la reconstrucció de la vida amorosa i sentimental, que recull informació respecte la inseguretat com l'efecte de la ruptura que més dificulta la reconstrucció d'una nova vida amorosa. Així com, permet reflexionar sobre el mite de la mitja taronja i mostrar les percepcions de les dones sobre la vivència i la reconstrucció d'una nova vida amorosa dels homes . La tercera variable que ha estat codificada fa referència a les vivències i sensacions sobre la sexualitat de les dones. Es parla de temàtiques com la relació entre l'afectivitat i el sexe, les vivències de l'heteronormativitat sexual i la relació que s'estableix entre la sexualitat i el cos. La quarta variable fa referència a les percepcions del cos i l'aspecte físic, que recull la informació sobre els canvis corporals i les afectacions d'aquests després d'una ruptura, la percepció sobre la menopausa i la relació amb la sexualitat i les percepcions de les dones sobre el procés de maduresa pròpia i la dels homes.

#### **4. RESULTATS**

En aquest apartat es presenten els principals resultats d'investigació fruit de l'ús de les dues tècniques qualitatives emprades per la recollida d'informació: les cinc entrevistes en profunditat i el grup de discussió. Per tant, per presentar els resultats es fa ús de cites del grup de discussió i de les entrevistes. La informació es presenta mitjançant quatre blocs. El primer, fa referència a les vivències de la ruptura amorosa, on es desenvolupen temàtiques referents a les percepcions i sentiments després de l'abandonament de la parella. Així com, sorgeixen l'edat i els fills com variables condicionants a la vivència de la ruptura amorosa. El segon, fa referència a la reconstrucció de la vida amorosa i sentimental, i on s'analitza la inseguretat com l'efecte que dificulta la reconstrucció d'una nova vida amorosa. Així com, sorgeix la idea de que la mitja taronja no existeix i es mostren les percepcions de les dones sobre la reconstrucció d'una nova vida amorosa dels homes. El tercer, fa referència a les vivències i sensacions sobre la sexualitat de les dones. Aquí, es desenvolupa temàtiques com: la importància de l'afectivitat per establir relacions sexuals per part de les dones, les vivències de l'heteronormativitat sexual, les percepcions de les dones sobre la sexualitat dels homes i la relació que estableixen entre la sexualitat i el cos. El quart, i últim bloc, fa referència a les percepcions del cos i l'aspecte físic, on es

desenvolupa el procés viscut de canvis corporals després d'una ruptura i les afectacions corporals en el desenvolupament de la vida. Així com, les percepcions de la menopausa i les concepcions de la maduresa pròpia. Es mostra, també, les percepcions de les dones sobre el procés de maduresa dels homes.

#### **4.1. La vivència de la ruptura amorosa**

##### *4.1.1. La ruptura moment dolorós, però espai de descoberta per una mateixa*

Les entrevistades, de manera homogènia, expressen lo difícil que es patir una ruptura amorosa. La pèrdua és viscuda amb tristesa i com un moment horrible de les seves vides, un moment dur i complicat. La recerca descobreix, així, que la ruptura amorosa ha estat responsable de canvis en les seves vides, passant per diferents fases en aquest procés. El primer moment el classifiquen com aterrador, ja que la tristesa les envaeix de tal manera que el seu estat d'ànim i la seva autoestima s'hi troben minvades. Per això, la ruptura en un primer moment suposa una pèrdua de motivació i il·lusió per realitzar les quotidianitats diàries. Comparen aquesta pèrdua com un moment de dol, que necessàriament han de passar.

No obstant, la recerca també descobreix, un cop superat el procés de dol, que apareixen aspectes positius de la ruptura. És el moment on descobreixen un espai d'alliberació personal i un retrobament amb elles mateixes. La ruptura apareix com a positiva, perquè es guanya en llibertat individual, suposa un procés d'aprenentatge a l'hora d'estimar-se i, a la vegada, un tornar-se a sentir joves i vives. S'esdevé, doncs, un procés en el que s'adonen de la seva autonomia i del retrobament amb elles mateixes, tornant a ser aquella persona que eren de joves. Entre les dones entrevistades i participants dels grups de discussió es troben expressions sobre com la ruptura pot ser, també, un espai d'alliberació personal, descobriment d'una mateixa i pot suposar el ressorgiment de la seva autonomia:

“La sociedad te hace seguir unas rutinas y unas cosas a las que te acostumbras a lo largo de los años, y tú te crees que eres así, y luego vas descubriendo poco a poco, yo todavía estoy en proceso de descubrir eh, porque yo era como muy drogodependiente de él, pero sí que es cierto que vas descubriendo que eres otra persona y que puedes hacer un sin fin de cosas.” – Participant 2

“En mi caso, él siempre me hizo creer que él era quien llevaba la casa, y él era el alma de la casa, quien lo decidía todo y lo organizaba todo, y cuando me separe fue cuando me di cuenta que no era así, ni yo era la que había sido” – Participant 1

Per tant, la ruptura ha suposat un canvi en les vivències de les dones, perquè ha estat el factor que ha ajudat a desenvolupar el creixement personal d'aquestes. Han guanyat autonomia, llibertat i han començat aprendre a pensar de manera més “egoista”. En definitiva, separar els diferents blocs i rols de les seves vides. Per tal d'incorporar el bloc com a persones independents, que havia estat oblidat quan s'estava en parella. La ruptura ajudat a trencar amb unes “normatives” en els rols de gènere, provocant un

espai que fomenti la importància a una mateixa. Aquesta idea es fa ressò en la següent cita:

“La psicòloga hem feia preguntes i hem deia pensa com tu, no pensis com la persona que estàs acostumada a ser; com una mare, una dona, una cuidadora de la seva família, no pensis com a cuidadora, ara pensa en això com a persona, tot i que pensis que ets egoista pensant amb tu, intenta pensar així. Que faries tu, si no tinguessis ni marit ni fills (...) Hem feia pensar en tot això i hem feia entendre i saber separar quin és el meu bloc com a mare, quin és el meu bloc com a dona, quin és el meu bloc com a professional i quin és el meu bloc com a persona, com a jo. (...) i quan tu acceptes tot això crec que pots ser millor mare i millor esposa, es molt fort. M’he oblidat de mi totalment en aquests trenta anys, i m’he donat compte molts cops en el moment que ho feia (...) però bé era el que tocava, si és molt trist... Però he viscut pels demes, i era conscient sempre.” – Entrevistada 4

Però, la ruptura, no només suposa un espai d’alliberament, autonomia i descoberta d’una mateixa, és a dir, un creixement personal. També incideix en l’aprenentatge a estar i viure sola. És important aquesta idea, ressalten, perquè han estat socialitzades segons un model patriarcat que ha impulsat la ideologia del mite de la necessitat d’estar en companyia per realitzar-te com a persona. S’adonen, doncs, que la ruptura exigeix l’aprenentatge a estar sola, sent primordial sentir-se a gust en aquesta nova situació. Així ho expressa la següent entrevistada:

“Que jo he canviat, jo he crescut, sí. (...)El primer canvi que he fet es que he après a estar sola, abans havia viscut sola però no en sabia d’estar sense parella (...)has de aprendre perquè naixem i morim sols” – Entrevistada 3

La ruptura, també, suposa el descobriment d’altres formes d’estimar. És a dir, gràcies a l’abandonament de la parella, en molts casos una parella controladora i dominant, entenen que hi ha moltes altres formes d’estimar, i probablement signifiquen estimar millor. La ruptura suposa, doncs, adonar-se de que la dependència emocional no és el mateix que l’amor i que un cop aprens a estimar-te a tu mateixa i no permetre la teva pèrdua de llibertat i autonomia, estimaràs millor a un altre persona. Vegem-ho en paraules d’una de les entrevistades:

“Positiva, por supuesto, positiva porque me liberado, porque creo que ya no tengo esa adicción. Vivir solamente por alguien y para alguien eso no es sano, para nada. Luego tendrás más relaciones y no se quiere menos se quiere de otra manera. O sea, yo ahora estoy tan convencida de que yo ahora quiero de otra manera, sobretodo porque me quiero más yo(...)creo que no vale la pena, no vale la pena, no porque la gente no lo merezca si no porque a ti misma te haces tanto daño (...)Que todo gire en torno a una persona, y que tu vida solo se mueva para esa persona... bufffff, no me gustaría que me volviera a pasar. Y no quiere decir que no quieras eh, quieres mejor, quizás, quieres mejor creo.” - Entrevistada 2

Tot això significa que la ruptura en un primer moment és dolorosa perquè hi ha sentiments d’amor cap a l’altre persona. No obstant, sempre mostra un espai d’alliberament i creixement personal, ja que és responsable de l’increment de l’autonomia de la dona. És així, perquè la ideologia romàntica manté unes relacions desiguals de gènere, classe i ètnia, i un model econòmic i social que afecta a tots els espais socials, des de la família fins les institucions. És un pensament amorós que posa

l'amor per davant dels valors humans fonamentals, com la justícia, la llibertat i la solidaritat, i que es troben en el centre de la subordinació social de les dones (Esteban, 2011). Per tant, la ruptura és el moment on les dones recuperen els valors humans fonamentals i creen la seva independència. També, serveix la ruptura per adonar-se que hi ha moltes maneres d'estimar, i la millor és la que minva la llibertat individual de les persones.

#### *4.1.2. Fills/es com a factor determinant del procés de ruptura*

La recerca descobreix que els fills, són un dels factors que més contribueixen a que la ruptura es percebi, es visqui i es senti de manera diferent. Per tant, és un indicador clau a l'hora d'entendre els processos diferenciats que han viscut les entrevistades i participants del grup de discussió a l'hora d'afrontar una ruptura.

Els fills han estat, doncs, un factor que ha condicionat la manera de afrontar l'abandonament de la parella. Amb aquest estudi s'observa que les dones amb fills expressen que s'havien de recuperar de manera més ràpida perquè tenien una persona al seu càrrec, una persona que les necessitava. I que, a més a més, no acabaven de poder mostrar com es sentien davant d'ells, per por a fer mal o ferir als seus fills. Els fills es presenten com un factor que dóna l'empenta necessària per finalitzar amb un tipus de vida i una persona que no acaba de ser la indicada. Per tant, trenques amb una monotonia probablement perquè tens una persona al teu càrrec. Ja que, si no hi hagués un fill pel mig, segurament s'estaria més disposada a perdonar i reprendre la relació. Tal i com argumenta una de les entrevistades:

"Y por mi hijo, bufff, ya te digo mi hijo siempre me ha dado mucha fuerza para hacer cosas de estas, porque por él era que no aguanté más. Decía: "mi hijo no puede vivir cosas de estas, por él se ha de acabar ¿Si no hubiera tenido un hijo lo hubiera llevado de otra manera? Seguro, seguro.... estoy convencida. Porque entonces, claro, te puedes quedar un fin de semana en casa llorando, no tienes que salir y a lo mejor no tienes tanta fuerza y perdonas más y das más oportunidades. Porque tú no llevas mochilas, entonces lo tuyo no afecta a nadie. En el momento que puede afectar a más gente lo tengo muy claro que no" – Entrevistada 1

No obstant, existeix una certa heterogeneïtat en les vivències de la ruptura respecte el factor condicionant dels fills. La recerca mostra unes percepcions i sensacions diferenciades segons les relacions de parentiu. Quan la relació de parentiu és d'afinitat, els fills són el factor que facilita la ruptura. Són, doncs, els portadors de la força i empenta per prendre la decisió. D'altre banda, quan la relació de parentiu és de consanguinitat, el fill és l'element primordial del manteniment d'aquella relació amorosa. Així doncs, el fill suposa que la ruptura amorosa es doni amb més dificultat i inseguretat, ja que existeix la por a la pèrdua d'estatus i la unitat familiar creada. Llavors, els fills són, en aquests cassos, estabilitzadors de relacions amoroses. Així com, és la força adient per mantenir un estil de vida normatiu. Encara que no acaba de fer-te feliç, perceben que el manteniment de la relació és el context més adient pel

desenvolupament d'una família. Aquesta consideració està relacionada, doncs, en que els motius majoritaris de la ruptura, en relacions composades per fills, són causes externes com pot ser la infidelitat.

També, es fa patent que l'edat del fill, té un pes important en com s'enfronta el procés de ruptura. Quan els fills son grans faciliten el procés. Ja que, per una banda acceptaran la situació i serà més fàcil que arribin a entendre les noves circumstàncies familiars que es donaran. D'altre banda, les dones es senten amb la llibertat de poder mostrar els seus sentiments sense cap tipus de filtre. En canvi, quan són petits, dificulten el procés. Per una banda, les dones no poden mostrar-se tal i com es senten per no ferir als seus fills. Així com, es veuen obligades a que el dolor individual quedi relegat a un segon pla, exigint-se una recuperació ràpida perquè tenen persones independents al seu càrrec. La ruptura, en aquests casos, suposa un retorn a la cura més intensificada dels seus fills, és a dir, d'entregar-se exclusivament a ells. Aquest factor va suposar alhora un recolzament, perquè tot i haver abandonat a les seves parelles, no es sentien soles.

La recerca, també, mostra les preocupacions per realitzar els rols femenins establerts des de el model patriarcat. És així, perquè les dones han confessat sentir, després de la ruptura, la necessitat d'allunyar-se dels seus fills per recuperar-se del dolor. Això, ha condicionat a que les dones es sentin culpables per pensar en la necessitat de allunyar-se dels seus fills. Per tant, han interioritzat uns estereotips femenins referents a la cura dels fills, que ha portat a considerar-se "mares dolentes" simplement per la necessitat d'alliberació de les càrregues dependents. Aquesta consideració es reflexa en la següent cita:

"Mi hijo era muy pequeño, tenía 4 años y yo creo que como necesitaba estar tan volcada en él, es que claro eran 24 horas porque encima su padre no ejercía mucho, con lo cual llegaba un momento que yo también necesitaba recomponerme un poco, recomponerme de tantísimo esfuerzo. Es que no se si soy mala madre (...), pero sí que es verdad que al final yo pensaba que sería sano que nos separáramos un poco para yo poder afrontar la situación" – Participant 1

El sistema patriarcat de les nostres societats instaura un model cultural hegemònic que impulsa un binarisme de gènere i promou uns estereotips diferenciats segons el binarisme establert. Per tant, es promouen uns estereotips i rols per a la dona i altres per l'home. Es crea, doncs, una àrea de la construcció del gènere: els imaginaris del gènere. L'imaginari de gènere és que la dona cuida i el home desitja. (García-Santemas, 2015). Per tant, el model cultural de les nostres societats ha creat dues figures: homes unidimensionals i dones multidimensionals. Això, és així, perquè els homes s'han ocupat de promoure el poder i la guerra, mentre que les dones s'han ocupat de la reproducció de la vida: cuidar als demés, brindar efectes, realitzar tasques domèstiques... (Subirats & Castells, 2007). Aquests imaginaris i rols establerts a la figura femenina s'han integrat en l'interior de les dones madures, com ha mostrat la

recerca, perquè les dones tot i mostrar la necessitat d'establir distància amb els seus fills per afrontar la ruptura, és a dir, un espai sense càrregues familiars, el fet de tenir aquesta consideració les fa sentir-se culpables i no bones mares. Aquesta idea aporta a la recerca la consistència del procés d'internalització d'aquests rols del gènere per part de les dones. Així com, també, es mostra que els fills donats pel parentiu de consanguinitat són estabilitzadors del manteniment de la parella. Aquesta consideració ve donada per l'esforç de mantenir una vida normativa respecte la construcció social de la unitat familiar i l'amor.

#### *4.1.3. L'edat com a factor diferenciador a l'hora d'afrontar la ruptura*

Amb aquest estudi s'ha pogut veure que la ruptura pot ser dolorosa en qualsevol de les edats en la que es doni. No obstant, s'observa que l'edat pot ser un factor diferenciador a l'hora d'afrontar, percebre, sentir i viure una ruptura. Sembla a ser que les ruptures que es donen a edats més joves, s'afronten amb més empenta. En canvi les ruptures que esclaten quan les dones són més grans s'afronten amb més inseguretats, desànim i són més difícils de superar. Tal i com ho expressa una de les participants del grup de discussió:

*"Yo creo que es diferente, porque si te pasa con treinta, con treinta tú ves la vida de otra manera, y sabes que tienes un tiempo. Pero si a ti te pasa con 52 años, por ejemplo como a mí me ha pasado, pues tú lo primero que haces es mirarte al espejo y decir madre mía, donde voy yo, si ya se me cae todo! (...) y piensas no puedo competir (...) Que sí que sí, que tenéis razón que no hace falta competir pero claro en aquel momento como te ves tan abajo, tan abajo, ósea tan humillada ,que tú te miras al espejo y dices claro, si es que mira como estoy...."* – Participant 2

També es fa visible que les vivències amoroses canvien amb l'edat. És a dir, no canvia el sentiment però varia la manera en que es percep i es viu. L'edat és responsable de que l'amor es concebi d'una manera més real i pràctica, abandonant la necessitat d'un amor idíl·lic. Així és expressat per una de les dones participants del grup de discussió:

*"Sí que es verdad que con el tiempo cambia el amor, porque buscas cosas diferentes, cuando eres más joven buscas un amor más idílico y cuando eres más mayor buscas un amor más práctico, no tan idílico para que no te pierdas en las nubes, más real (...)"* – Participant 1

La recerca, doncs, mostra que l'edat és responsable de variar les percepcions d'una ruptura, ja que quan es dona a edats joves s'afronta amb més empenta perquè les dones conceben que estan a temps de tornar a enamorar-se. En canvi quan la ruptura es dona a l'edat de la maduresa la concepció de tornar-se a enamorar es veu difícil perquè creuen que ja no estan a temps, a més, els seus cossos ja comencen a experimentar canvis que poden provocar la percepció de no sentir-se tant desitjades. Per això, canvia l'amor o el que busques d'ell amb l'edat. Quan ets jove, argumenten, que busques l'amor que t'han venut des de la societat, un amor idíl·lic. En canvi, amb la maduresa busquen un amor més real, més pràctic. Això, és així, perquè ja has buscat i has viscut aquell amor ideal que es ven. S'adonen, per tant, que la recerca d'un amor

d'aquest tipus comporta a un fracàs constant, perquè la societat ha canviat. La creixent individualització ha portat a transformacions en l'ideal del amor, caracteritzant "un nou amor" que vincula menys la passió a la durabilitat, i produeix un sistema continu de ruptures, reconstruccions de parelles i una generalització de l'aventura amorosa (Esteben, 2011). Per tant, un cop viscut i fracassat aquest amor romàntic que la societat et ven com l'ideal, les dones pretenen trobar un amor més real. Però al mateix temps, l'amor genera frustracions i sentiments de fracassos, per la dificultat de trobar la persona que correspongui al ideal que imaginaves (Illouz, 2011). La societat ha canviat i és més complicat trobar un amor ideal en les nostres societats postmodernes, les percepcions de les dones madures, educades amb les bases de l'amor romàntic, encara tenen present consideracions d'aquest tipus d'amor ideal.

## **4.2. La reconstrucció de la vida amorosa i sentimental**

### *4.2.1. Els efectes de la ruptura en les noves relacions*

La recerca mostra la dificultat de reconstruir una nova vida amorosa i sentimental per les dones. Ja que en un primer moment, no existeixen les ganes d'establir noves relacions afectives. La ruptura suposa, doncs, un moment dolorós que genera efectes negatius sobre el cos i l'aspecte físic. Aquestes consideracions són responsables de no necessitar, en aquell primer moment, agradar a cap home ni establir cap tipus de relació. És la pèrdua d'autoestima, llavors, el principal efecte que es dona després de la ruptura. Aquest, provoca sentiments i consideracions negatives respecte el cos i la sexualitat de les dones, considerant-se incapaces d'atraure a cap home. Això dificulta, per tant, la reconstrucció d'una nova vida amorosa. Així ho expliquen les entrevistades:

"Creia, i a demés de veritat, fins fa poc que estava morta i que no podia agradar a cap home, i encara tinc punts que ho penso. Vaig arribar a pensar que tenia que renunciar al sexe pel resta de la meua vida (...) principalment per por, ara ja he trencat aquest gel, però si que ho pensava. (...) Estava amb la autoestima tant baixa que considerava que ja no podia agradar a ningú, ni volia (...)" – Entrevistada 3

"Al principi no, clar. Bueno això als dos mesos ja ho tenia superat . Home et sents que no ets res, que ets escombraria total" – Entrevistada 4

L'estudi mostra que quan comences a recuperar-te de l'abandonament amorós és quan tornen aparèixer les ganes d'enamorar-te o trobar una persona especial. No obstant, la recerca de noves relacions sentimentals esta influenciada pels efectes de la ruptura amorosa. Així doncs, la major dificultat per reconstruir una nova vida amorosa i sentimental és la desconfiança sobre els homes que ha generat la ruptura amorosa. Aquesta consideració s'accentua sobretot en els casos de dones que han viscut un engany per part de les seves parelles. La dificultat a l'hora d'establir noves relacions, doncs, esta donada per la inseguretat i desconfiança. Es té la percepció de que si tornes a entregar-te a un altre persona, podran tornar-te a fer mal. Això condiona les vivències de la reconstrucció de la vida amorosa, perquè les dones no acaben d'estar

perceptives del tot, per por a tornar a sentir el dolor d'una ruptura. Aquesta idea es fa ressò en les següents cites:

“Yo creo que la mayor dificultad es encontrar otra vez la confianza en otra persona. En volver a confiar, en volver a poder creer en una relación de dos. En que la otra persona te pueda demostrar que te puedes volver a vaciar un poco y que te puedes volver a entregar.” – Participant 1

“Sí quiero encontrar una pareja, pero con la diferencia de que no me fio. Entonces, no acabo de entregarme del todo ¿sabes? (...) porque no me acabo de fiar y aparte ahora tengo pánico a que entre alguien en casa porque luego sacar a alguien de casa es muy duro, es desagradable, esa situación para mi es la peor...” – Entrevistada 1

“Havíem sempre en tens, però sempre penses en la parella ideal, i clar ho veus impossible, inclús actualment ho veig molt difícil, impossible.” – Entrevistada 3

Un altre efecte que mostra la recerca és la relació existent entre allò que ha mancat en les relacions passades i les expectatives de les relacions futures. Això significa, que les dones solen buscar en una nova parella, tot allò que les seves ex-parelles no han sabut o no han pogut transmetre. Recerquen el que no han tingut i han volgut tenir. Aquest fet, dificulta la reconstrucció d'una nova vida amorosa, perquè les dones es tornen més exigents a l'hora d'escollir a la persona especial. Aquesta consideració es reflexa en la següent cita:

“Que busco? Bueno, complicitat, poder-me riure, busco connexió, feeling, que estigui igual de boig o més que jo, afecta, estima.... Perquè no ho he tingut, perquè jo crec que és una mancança de la meva ex relació, llavors busques tot allò que no han sabut donar-te o potser que jo tampoc he sabut extreure d'aquella persona, no vull dir que tot sigui culpa de l'altre persona, potser jo tampoc he sabut inspirar a que aquella persona... saps?” – Entrevistada 3

L'amor i la reconstrucció d'una nova vida amorosa, doncs, esta acompanyada d'alguna dosis de patiment. Ja que la recerca de la parella ideal es veurà acompanyada de constants fracassos. (Illouz, 2012). Es generen frustracions respecte l'amor per la dificultat de trobar la persona que correspon al ideal que has imaginat. (Illouz, 2012). Aquesta dificultat creix després d'una ruptura perquè, com ja s'ha comentat, les dones solen ser més exigents per escollir noves relacions afectives. És així perquè exigeixen en les noves relacions tot allò que no han tingut anteriorment.

L'últim efecte mostrat en la recerca és l'augment del capital social després d'una ruptura. Aquest és l'únic efecte que s'ha mostrat facilitador per la reconstrucció d'una nova vida amorosa. La socialització i el capital social són espais que han aportat seguretat, comoditat, distracció i alliberament a les dones. Es mostra com un efecte positiu després de la ruptura, ja que les relacions amoroses viscudes havien suposat un abandonament del capital social i un reforçament en la monotonia i rutina de les seves vides, amb la parella. Tal i com ho expressa una entrevistada:

“estic en això eh, que encara m'he d'ampliar molt més. Doncs, he agafats hàbits molt bons com divendres anar-me, tot i que sigui menjar-te un Frankfurt i unes birres amb les teves amigues, i res potser estar dues hores i t'expliques



la setmana, i jo que se... Però jo aquest hàbit no el tenia i m'agrada moltíssim. És a dir, hem dono compte que m'agrada't molt tornar a socialitzar-me, perquè jo crec que jo no se si dos anys o quatre però jo estava com morta en vida, jo era del treball a casa, de casa al treball, es que no tenia ganes de fotre res, però absolutament res. Però crec que jo no estava be, evidentment, no hem satisfieia res, era com una mena d'amargura (...) es com que la vida hem dona la oportunitat (...)"

L'efecte d'augmentar el capital social després d'una ruptura facilita el procés de reconstruir una nova vida amorosa, perquè és evident que la socialització dona peu a establir noves relacions i conèixer noves persones. Per tant, existeix una major probabilitat de trobar una persona especial en aquests espais . No obstant, augmentar el capital social a partir de les noves tecnologies ha suposat una insatisfacció per les dones. Això significa que els intents de trobar parella mitjançant les xarxes socials com Tinder, Badoo i Meeting han generat efectes i percepcions negatives. La recerca fa palès de la incomoditat i decepció d'aquestes aplicacions per trobar parella en les dones que busquen una relació amorosa i sentimental. Això significa, que aquestes aplicacions serveixen per un tipus concret d'homes i dones que busquen relacions sexuals, però no és vàlid per aquelles persones que busquen establir una relació amorosa. Principalment, perquè absorbeixen el temps d'aquestes dones creant falses expectatives. En veu d'una de les entrevistades:

"Mis tres experiencias fueron espantosas, a cual peor... la primera ni cruce la calle, la segundo le insulte en el coche y la tercera fui a cenar pero dije vaya desastre (...) a mí no me gustan, no me aportan nada, al revés me hacen perder energía (...) me hacen creer en unas falsas expectativas irreales y ficticias i me chupan horas que no estoy en la calle (...) Fueron un desastre porque la primera no se correspondía nada con la imagen (...), el segundo me mintió con la edad (...) y la última fui a cenar pero no era, ni para amigo, era tan distinto (...)yo es que realmente creo que el 85% de los Hombres van simplemente a buscar sexo gratis, ósea yo lo digo es la competencia de las putas (...) saben que por ahí lo que quieran (...)"

Les noves formes de relacionar-se i buscar parella que s'estableixen en les societats actuals estan marcades per un increment de la utilització de les tecnologies i el internet. Però són unes relacions que es donen en un espai superficial i virtual. Per això, no generen llaços sòlids. (Bauman, 2005). Les dones madures senten insatisfacció respecte aquestes formes superficials de relacionar-se perquè busquen precisament relacions solides, series i duradores. En aquests espais és improbable que donin relacions d'aquest tipus.

La recerca, doncs, descobreix que el principal efecte de la ruptura en dones madures és la inseguretat i desconfiança en els homes, que genera una dificultat a l'hora d'establir noves relacions amoroses. Així com, l'escenari de la recerca per trobar parella ha variat. L'augment de les tecnologies i l'individualització va posar al centre de qualsevol intent de reconstrucció de la vida amorosa les aplicacions de les xarxes socials com el Tinder, Badoo i Meeting. Són, llavors, en aquests espais on s'estableixen els intents de trobar "parella" en les nostres societats. Però això porta a un fracàs constant per part de les dones, perquè en aquestes espais es donen relacions superficials.

#### 4.2.2. Adonar-se que la mitja taronja és tan sols un mite

La recerca descobreix que la voluntat de les dones per restablir noves relacions amoroses, així com l'intent del manteniment de la ex-relació, ha estat fruit d'una construcció social imposada des de unes bases patriarcals hegemòniques. La societat, doncs, exigeix la posició de l'emparellament com a condició necessària pel desenvolupament i realització de les persones. També, ha venut l'estil de vida amb parella com l'única via possible pel èxit individual. Les dones madures, doncs, han crescut sobre les bases del mite de l'amor romàntic de trobar la mitja taronja. Això ha provocat en les dones que no tenen parella, d'aquesta generació, un cert sentiment de fracàs. Ja que, no es deixa de transmetre discursos impositius que reclamen la necessitat de trobar parella per l'assoliment del èxit en la vida. No obstant, després de la ruptura s'adonen que la mitja taronja no existeix. Perquè qualsevol persona pot ser suficientment exitosa en la seva vida en general i en l'amor sense la necessitat de compartir tots els seus dies amb una parella. En veu d'una de les participants del grup de discussió:

"O por ejemplo, cuando no tienes pareja no paran de preguntarte ¿y aun no tienes pareja? Luego cuando tienes pareja, te dicen aiiii mira que bien ya era hora (...) como si no tener pareja fuera algo malo" – Participant 3

Lligat amb aquesta idea, l'estudi mostra com el mite de la mitja taronja va lligat a la idea del amor etern. És a dir, per una banda les dones es senten pressionades per trobar una parella que les complementi. Però d'altra banda, un cop trobada la mitja taronja s'imposa la ideologia de mantenir-la al llarg de la vida. Això significa que es promou que l'amor ha de durar per sempre. Aquests discursos culturals i socials hegemònics han calat els pensaments de les dones madures. Així com, han dificultat la iniciativa de donar pas a la ruptura amorosa. Això succeeix perquè l'idea d'amor etern defensa el manteniment d'una relació amorosa, tot i que aquesta es mostri estancada. Llavors, les dones d'aquesta generació han estat educades sota les bases de normalització del procés de deteriorament amorós donat pel temps d'una relació. Aquesta aportació es veu reflectida en la següent cita:

"La costumbre, es la costumbre lo que te impide dar el paso. Porque claro tú lo vas hablando con la gente y te van diciendo no claro es que las relaciones no es como cuando llevas poco tiempo, no claro, no claro, y tú te lo vas creyendo (...) Nunca estas ajusto pero piensas que es normal que después de tanto tiempo estés desgastada, pero no, no es normal en realidad" - Participant 3

"A mí me paso lo mismo, las amistades de toda la vida fueron las que menos me apoyaron. Porque parece que en un matrimonio se tenga que aguantar todo o casi todo, o que las crisis se tiene que superar (...)" – Participant 2

La ruptura suposa el moment i l'espai en que les dones són conscients de que mantenen una relació que estava deteriorada, perquè es dona un procés de normalització. És a dir, es fa creure que la vitalitat i l'entusiasme respecte l'amor es va

perdent al llarg del temps, però es expressat com un efecte natural i normal que ha de superar-se.

La recerca mostra que no únicament la necessitat de tenir parella ha estat un constructe social. També, s'ha impulsat un model a seguir un cop tens parella. Per tant la societat ha creat unes fases, que han estat seguides per la majoria de dones d'aquesta generació (entre 45 a 55 anys). Això significa, que les vides que portes a terme quan estàs enamorat i les fases que vas superant, són un altre constructe social impulsat per un model patriarcat hegemònic. I si no segueixes aquests patrons que et va marcant la societat respecta a les fases que has de dur a terme, llavors, ets vista com una "estranya". Així com, les amistats i la família no acaba de creure en la serietat d'aquella relació, ja que és percep una relació amorosa real i compromesa quan es superen totes les fases: nuvis, casament, viure junts, tenir el primer, tenir el segon fill... Així ho expressa una participant del grup de discussió:

"No creo que la sociedad influya en el sentimiento, o en el amor en sí, pero si en los pasos que vas dando ¿no? es como que conoces a alguien, al poco tiempo ya pasas a tener una relación, luego ya te tienes que casarte, cuando te has casado has de tener hijos, cuando tienes el primero ya luego parece que tengas que tener el segundo ¿sabes? (...) Ahora quizás no tanto pero en nuestras generaciones sí." – Participant 1

El treball ha mostrat com la ruptura ha suposat un trencament amb els mites interioritzats de l'amor romàntic, com el de la mitja taronja. Les dones s'adonen que no existeix una persona que et completa, perquè ja naixem sent taronges senceres. Però la societat ha impulsat aquest tipus de discursos per controlar a la població, per tant l'idea de l'amor romàntic exerceix com a control social perquè les relacions amoroses esdevinguin hegemòniques. L'amor romàntic va ser una droga dissenyada per la dona (Subirats & Castells, 2007), que ha estat transmesa des d'una societat consumista, per tal de generar una cultura de masses del romanç (Illouz, 2009), que ha condicionat les vivències i percepcions amoroses de les dones. No obstant, després de la ruptura aquests mites del amor romàntic han perdut força, en les consideracions i percepcions de les dones.

#### *4.2.3. Percepció de les dones sobre la vivència de la ruptura i la reconstrucció d'una nova vida amorosa dels homes.*

Mitjançant la recollida d'informació la recerca descobreix que les dones entrevistades perceben una diferència en la reconstrucció d'una nova vida amorosa segons el gènere. La diferència que es dona entre els homes i les dones és que els homes solen refer les seves vides més aviat. Això ve determinat principalment per tres factors. El primer és perquè els homes són més dependents que les dones, tot i que les dones s'han adonat de la seva independència i autosuficiència un cop finalitzada la relació amorosa. Per tant, els homes reconstrueixen una nova vida amorosa amb més facilitat i rapidesa perquè tenen la necessitat de recompensar el que han perdut, perquè són

més autosuficients. Consideren que els homes són més dependents perquè han fet ús del seu privilegi dominant en les relacions i s'han acostumat a les cures de les dones, així com, a les seves mostres afectives. Tal i com es veu reflectida la idea a la cita:

“ellos necesitan recomponer lo que han perdido, lo necesitan reponer rápidamente (...) y las mujeres no porque de alguna manera somos más autosuficientes, aunque no lo sepamos, y nos damos cuenta cuando rompemos” – Participant 3

El segon fa referència als imaginaris de gènere que estableixen rols femenins i altres masculins. Les dones entrevistades consideren, doncs, que la ruptura provoca un allunyament amb els fills i un abandonament de les tasques com a pare. Per tant, s'emfatitza el rol femení dedicat a les cures dels fills per part de les dones com a conseqüència del refredament en la relació entre els fills i el pare. L'home es separa del fill quan s'esdevé la ruptura amorosa, com si la dona fos l'únic lligam d'unió d'aquesta relació. Aquesta consideració es reflecteix en la següent cita:

“porque tu antepones a tus hijos, ósea tu cuidas, yo creo que las mujeres somos mamas pollito y ellos muchas veces es como que se separan de ti y se separan de ellos” – Participant 1

I el tercer factor diferenciador de la reconstrucció de la vida amorosa segons el gènere és que després d'una ruptura els homes no necessiten un espai de retrobament personal. És a dir, les dones tenen la necessitat de retrobar-se amb elles mateixes i redescobrir-se, però els homes no segueixen aquest procés. Això pot estar explicant que els homes en les relacions amoroses no abandonen el seu estatus d'apoderament i per tant, la relació no minva la seva llibertat individual. En canvi, les dones necessiten d'un espai per retrobar-se amb el que havien deixat de ser quan estaven amb parella. Ja que amb l'ex-parella les dones abandonaven la seva autonomia. Això s'observa en la següent cita:

“Y pienso que cuando te quedas sola, después de tanto tiempo, lo primero que te das cuenta es que eres una persona diferente a la que te han vendido o tu misma te has vendido, con lo cual te empiezas a descubrir y te empiezas a dar cuenta que lo que menos necesitas en ese momento es tener a otra persona en tu vida porque lo que necesitas es tener tu espacio, y ellos como que sí que tienen esa necesidad (...)”- Participant 1

La recerca, també, descobreix que segons les consideracions de les dones que els homes han viscut la ruptura de manera diferenciada. Com s'ha fet palès anteriorment, la vivència de les dones va suposar un moment dolorós i de tristesa al inici, però després un espai per redescobrir-se i alliberar-se. En canvi, pels homes en un primer moment la ruptura va ser positiva, com un espai d'alliberació. Però, després suposen que l'han viscuda amb cert sentiment de culpabilitat i tristor. L'estudi, llavors, mostra els tres processos diferenciadors entre la reconstrucció i la vivència d'una ruptura segons el gènere. Per una banda, els homes tenen més facilitat per trobar parella després de la ruptura perquè són persones més dependents i autosuficients, en el fons. Els homes s'han acostumat als rols que s'executen des de el paper femení, un

d'ells brindar afecte. Per això, necessitaran després de cada ruptura una persona que els aporti l'estima, la cura i l'afecta. Un altre efecte diferenciador segons el gènere d'aquest procés, és la facilitat de reconstruir una nova vida amorosa per la desconexió de les tasques com a pare. Entenen, per tant, que la dona és el lligam que uneix la relació paterna-filial. L'últim, perquè l'home en cap relació ha abandonat el seu estatus de poder, la seva llibertat ni la seva autonomia. Per tant, no necessiten un espai i un moment, després de la ruptura, per recuperar els valors de la humanitat com la llibertat i la autonomia.

### **4.3. Les vivències i sensacions sobre la sexualitat de les dones.**

#### *4.3.1. La relació entre l'afectivitat i el sexe i les percepcions quan l'afectivitat no va lligada a la sexualitat.*

La recerca descobreix la necessitat de que la sexualitat estigui associada a l'afectivitat per part de les dones. Tot i que no necessàriament ha de ser enamorament, però és important algun tipus de sentiment per establir relacions sexuals. Això està generant, probablement, perquè les societats modernes conceben les relacions sexuals donades dins de la parella. Per tant, en les societats postmodernes caracteritzades per l'alliberament de la sexualitat i la seva comercialització aquesta idea ha canviat, fent possible relacions sexuals lliures de sentimentalitat.

Tot i el procés alliberador de la sexualitat les dones entrevistades no s'han adaptat aquesta nova concepció de separar la sexualitat i l'afectivitat. Segueixen, doncs, establint com a criteri per efectuar relacions sexuals, tenir algun tipus de sentiment. És així, perquè, argumenten, sentir més plaer quan existeix algun tipus d'afectivitat. Així, consideren que les relacions sexuals sense afectivitat com unes relacions que t'aporten a falsos plaers. Això significa que relacionen, també, la idea de plaer sexual amb l'afectivitat i quan no existeix aquesta afectivitat en les relacions sexuals es senten utilitzades. Aquesta idea se'n fa ressò la següent cita:

“El 80% de las mujeres necesita algo más (...) O sea por norma, por eso digo 80% porque sé que ahora hay mucha mujer mucho más abierta pero creo que no te puede llenar, porque yo enamorada no disfruto lo mismo que con uno una noche. Primero porque hay mucha más química y tal, hay más confianza y claro es distinto (...) Yo creo que si una noche te enrollas con alguien por decir bueno voy a tener sexo y ya está al día siguiente dices ¿de qué me ha servido? ¿De una hora de placer? Y ha sido un placer falso, que no habido sentimientos, no sé si quiero ser eso. No sé si quiero ser una muñeca sexual de cualquier hombre, me valoro más (...)” – Entrevistada 1.

Aquestes percepcions i consideracions estan integrades en els pensaments de les entrevistades perquè han crescut sobre unes bases culturals i educatives on la sexualitat era un dels majors tabús de les societats occidentals. Així com, han estat influenciades sobre unes normes reguladores que imposaven la correlació entre l'enamorament i la sexualitat. Per tant, en les societats occidentals modernes s'avaluen els actes sexuals segons un sistema jeràrquic de valor sexual. Això significa que s'esdevenen dues sexualitats: la bona i la dolenta. La bona, entre d'altres

característiques fa referència a la que es dona dins del matrimoni (Rubin, 1989). El sexe és, per tant, alguna cosa que es jutge i s'administra. Les vides humanes seran racionalitzades i disciplinades d'acord amb les estratègies de poder i dominació. (Foucault, 2006). Tot això significa, que les dones madures han interioritzat aquesta forma de dominació de l'àmbit sexual, per això, totes han reproduït sexualitats percebudes com normals i bones.

L'educació i socialització de la sexualitat, és doncs, el major impediment perquè les dones d'aquesta generació considerin que no poden separar l'afectivitat del sexe. L'estudi descobreix que l'educació rebuda ha estat impartida de manera diferenciada entre homes i dones, provocant diferents vivències respecte la sexualitat. Sorpren, llavors, la idea de que les nostres societats han esdevingut societats igualitàries. No és així, perquè encara queden sentiments i percepcions d'una educació sexual rebuda que condicionen les vivències de les persones. Així ho argumenta una de les entrevistades:

“Hay muchos clichés porque sí que es verdad que si el chico se desahoga pues mira que bien, pero la chica que pasa que no tiene necesidades? Es que parece que nosotras no tengamos necesidades (...) Y hoy en día estamos en una supuesta sociedad igualitaria, que parece luchar con bases de que todos somos iguales, y no somos iguales porque no nos hemos educado igual y por lo tanto hoy, hoy no somos iguales es imposible porque ayer no nos educaron iguales” – Participant 3

L'estudi mostra, també, les percepcions de les dones sobre la sexualitat masculina apuntant cap a la consideració de que els homes en les relacions íntimes busquen i necessiten plaer. És a dir, mentre que les dones necessiten d'una afectivitat per restablir relacions sexuals, els homes tant sols busquen la finalitat intrínseca del sexe. Són percebuts, doncs, com ésser irracionals en les relacions íntimes. Els homes, segons les dones entrevistades, es mostren més lliures en aquest àmbit. Tal i com ho argumenta una de les participants del grup de discussió:

“Porque son muy irracionales, porque ellos no se paran a pensar, ósea pienso que ellos en el momento que se ponen cardiacos les importa un pimiento todo. Es meter la bolita en el agujero, no tienen otra.(...) A nosotras nos preocupa más las cosas no, ellos son diferentes, son de otra pasta, son de otro planeta” – Participant 1

Per tant, l'estudi mostra com les dones perceben diferències en la sexualitat viscuda pels homes i per les dones, emfatitzant les diferències de gènere. La recerca, llavors, descobreix que quan hi ha una manca de l'afectivitat en les relacions sexuals, les dones es senten ultratjades i violentades. Per tant, tenir sexe amb les seves parelles mereix d'un clima especial que els homes molts cops són incapaços de crear. En aquestes situacions és, doncs, on les dones és senten utilitzades. Valoren, per tant, no únicament l'acte de penetrar, ja que els preliminars i el post acte sexual (el que ve un cop s'ha finalitzat el sexe) són elements claus per la seva satisfacció sexual. En paraules de una de les participants del grup de discussió:

“Yo en algún momento me llego a sentir violada, sin llegar a serlo eh ojo, por la forma en la que te tratan, ósea ha acabado y me doy media vuelta y ahí te quedas. (...) simplemente el que te acaricien o te cojan la mano, no sé. O a veces que acabas y ya te dicen mañana hemos quedado... no sé te quedas como ¿perdona? Creo que se merece otro clímax.” - Participant 2

També, es detecta com aquest sentiment de ser ultratjades per les seves parelles ve donat per la dominació de l'home en aquest àmbit. Els homes prenen un rol dominant en la sexualitat perquè no fa massa temps que la dona era percebuda com un objectiu per l'assoliment del desig del home. Aquesta consideració ha portat a la vivència d'una sexualitat dòcil per part de les dones i dominant per part dels homes. També, el matrimoni ha mostrat ser un estatus que ha jugat un paper important en la permissió de certs actes sexuals. Això significa que tot i que les dones sentissin actes violents o incòmodes en les relacions sexuals, ho permetien perquè estaven casades. Es tenia la creença, doncs, de la dona com una mercaderia, en la que l'home podia fer i refer el que vulgues perquè era un dret seu. Aquesta consideració es fa ressò en la següent cita:

“Y no puede ser, que yo también lo he sentido, que sea por que nosotras nos damos mucho más emocionalmente que ellos, y ellos no le dan la importancia que nosotras que quizás. (...) Yo me acuerdo que cuando yo le dije a mi ex que me quería separar, le sentó fatal y me pidió una oportunidad, y bueno al principio se la di y yo me acuerdo que esa semana teníamos que hacer el amor cada día, y yo me sentía fatal, era una manera de hacerlo dominante, no sé me sentía como una vaca que la marcan ¿sabes?, era como tu ven aquí y eres mía, y te pongo el apuño y eres mía, ven aquí y yo ejerzo mi derecho.(...) Y yo no tenía las santas narices de decirle no, porque era como que no me atrevía a decirle que no porque como todavía estábamos casados (...) Es como que tú te sientes violada” – Participant 1

La recerca, en definitiva, descobreix que les dones necessiten d'una afectivitat en les relacions sexuals. La sexualitat de les dones ha estat reprimida durant molts anys, i no fa massa temps enrere les dones infidels entraven a la presó. S'ha generat al llarg de la història, per tant, un control sobre la sexualitat de les dones. Aquestes dominacions sobre la sexualitat han generat que les dones madures no pugin concebre una relació sexual sense l'afectivitat present, ja que han estat acostumades a que les relacions sexuals es donin dins d'una parella, on existeix l'afectivitat. Per tant, es senten ultratjades i violentades quan les seves ex-parelles no mostren l'afectivitat en el sexe. Així com, perceben una sexualitat dominant per part de l'home.

#### *4.3.2. Vivències de la heteronormativitat sexual*

La recerca mostra com les dones entrevistades i les participants del grup de discussió segueixen una heteronormativitat sexual hegemònica. A continuació es desenvolupa els tres indicadors extrets de la recollida d'informació de la recerca per analitzar amb més profunditat les vivències sexuals normatives. El primer indicador és el matrimoni com a factor que paralitza la masturbació de la dona. El segon, és la idea de la penetració com mecanisme d'apoderament de l'home en les relacions sexuals. I el

tercer indicador és l'experiència de fingir orgasmes, com a resposta al manteniment de l'estatus de l'home en les relacions sexuals.

#### *4.3.2.1. El matrimoni com a paralizzador de la masturbació de la dona*

L'estudi descobreix com el matrimoni o el fet d'estar amb parella condiciona la pròpia sexualitat de la dona. Són, per tant, situacions que es descobreixen com a condicionants de la masturbació de les dones. La masturbació, doncs, és concebuda com una eina sexual per sentir plaer quan no té cap persona que te'l pugui proporcionar. Les dones deixen de masturbar-se quan tenen parella, perquè el desig sexual ve donat mitjançant aquestes. Això significa, que tenen interioritzada la idea de que el plaer sexual ha de venir donat per l'home en les relacions heteronormatives. Només fan ús de la seva pròpia exploració corporal de zones íntimes quan no es té una parella. També, això succeeix encara que es tingui parella, quan el deteriorament de la relació es tant evident que no es desenvolupen freqüentment les relacions sexuals. Tal i com argumenta una entrevistada:

“No, la veritat es que no, mira aquest es un tema que hem costa moltíssim. Si hem preguntes si me masturbat algun cop, si, si ho he fet, però hem vaig masturbar als 50 anys , uff es .... (...) No se, perquè no ho feia, en realitat suposo que es per l'educació que reps, però va ser, bueno, va ser una cosa una mica rara, després pensava: es que potser no ho necessito perquè com tinc una parella al meu costat no necessito donar-me plaer jo sola. (...)”.

El sexe, al llarg de la història, ha anat mostrant els discursos de dominació i control acceptant-se o rebutjant-se certes pràctiques sexuals. Es donen discursos sobre el sexe, amb implícits mecanismes de dominació ideològica, per vigilar i disciplinar la sexualitat com a manifestació de saviesa i comprensió de l'essència de l'energia masculina i femenina (Foucault, 2006). La masturbació pròpia des de una visió religiosa, que ha controlat la sexualitat molts anys, era un acte impur. Per tant, s'articulaven discursos sobre el sexe que generaven uns mecanismes de control i dominació. Aquesta consideració pot ser la causant de que les dones madures no explorin els seus cossos quan tenen parella.

#### *4.3.2.2. La penetració com l'apoderament de l'home*

La recerca mostra la creença sobre la penetració com a focus central de les relacions sexuals. Les dones entrevistades argumenten que es te la concepció de que sense la penetració no hi ha sexe. Però en canvi, segons les seves vivències, la penetració és el més molest del sexe i el que menys plaer aporta. L'estudi mostra com la penetració és una forma de tenir sexe que apodera a l'home, i en la que es regeix l'acte sexual heteronormatiu. Això significa, que les relacions sexuals hegemòniques de persones heterosexuales estan definides i pensades pel gaudir de l'home, primordialment. Significa, doncs, un manteniment de l'estatus de poder de l'home en les relacions sexuals. Mentre, que per la dona s'esdevé com una invasió total i una impossibilitat de



gaudir quan només es dóna la penetració, ja que no existeix desig en una pràctica sexual desequilibrada. La penetració, doncs, mostra un desequilibri perquè és l'acte que remarca la dominació de l'home en la sexualitat. Aquesta consideració es fa ressò en la següent cita:

“¿El objetivo? No. De pum, gírate, venga va, que te la meto. Ósea a ninguna mujer la podía satisfacer en la puñetera vida. Porque es como una invasión, es como decir ven aquí mujer, es como un poco decir, ven aquí que te coronó y te pongo la bandera.” – Participant 1

“Lo que necesitas es un juego, una vez dominas tú otras veces domina él, la penetración parece que es como que siempre la domina el hombre, ¿no? No hay ninguna generosidad en eso (...) Lo que yo entiendo como penetración, solo eso, no te lleva al placer (...)” – Participant 2

Tot i les percepcions i sensacions negatives de les dones respecte la penetració, reforcen la dominació del homes consentint pràctiques sexuals que les converteixen en dòcils. Argumenten, que hi ha una massificació de mites sobre la inapetència de les dones per tenir sexe. Aquests mites, com pot ser el “dolor de cap”, són utilitzats per incomodar a les dones i pressionar-les de manera indirecta a que realitzin allò que l'home té ganes de fer. S'observa que, com s'ha fet palès anteriorment, s'estableixen unes regles i normatives sexuals que s'han de seguir dins del matrimoni per crear una certa estabilitat. Això, es veu reflectit en la següent cita:

“Y que a veces te puede llegar a avergonzar el querer hacer una nueva cosa, o quererte mover de otra manera, o exigirle a él otra cosa, no? (...) A veces es como que si dices que no, pues no quedas bien, porque lo típico -ay es que le duele la cabeza o esas cosas- y a veces piensas pues va me giro que acabe rápido y yo voy hacer la lista del Mercadona (...) porque no lo disfrutas, porque simplemente estás haciendo lo que toca en el matrimonio (...)” – Participant 1

L'estudi mostra, també, que l'educació rebuda sobre la sexualitat ha estat força escassa. Així doncs, més que una educació sexual rebuda, podríem parlar d'un control i la instauració d'un model heteronormatiu que impulsa discursos morals sobre el bé i el mal en les pràctiques sexuals. Per tant, les generacions d'aquestes dones pateixen un caos ideològic respecte la sexualitat, ja que han estat educades sobre unes bases de sexualitat reprimida i actualment estan observant l'alliberament de la sexualitat. Tal i com argumenta una de les entrevistades:

“Nuestras generaciones sobretodo tenemos mucho choque emocional, mucho choque emocional de lo que nos gustaría de vuestras generaciones, de los que sois jóvenes que ya estáis más desinhibidos en esas historias, con lo que a nosotras nos han inculcado, lo que nos han educado. Eso es como dos cosas que en tu subconsciente choquen y se crea un conflicto en tu cabeza” – Participant 2

La recerca, doncs, descobreix com la penetració és un símbol demostrable de que el poder i el control en la sexualitat estan a mans de l'home. Reforça la idea, per tant, de la submissió i docilitat de les dones en la sexualitat. La penetració duu a terme un desequilibri sexual: homes poderosos i dones com a mecanisme per l'èxit sexual de l'home.

#### 4.3.2.3. *Fingiment dels orgasmes com el manteniment de l'estatus de l'home.*

La recerca descobreix que les dones han fingit orgasmes algun cop. Aquest fet ve donat per mantenir l'estatus de poder de l'home en les relacions sexuals. Consideren que els homes tenen la necessitat de saber que la dona ha quedat satisfeta per no perdre o minvar la seva categoria com a dominant i poderós en l'àmbit del sexe. Als homes sempre se'ls atribuït un paper principal en la sexualitat. Per tant, les dones argumenten fingir un orgasme per incrementar la satisfacció de la parella i evitar-li preocupacions. Això significa que el fingiment d'un orgasme suposa una confirmació del poder dels homes i de la seva dominació en aquest àmbit. Aquesta idea queda reflectida en les següents cites:

"Hemos fingido alguna vez, pero sabes por qué a lo mejor, es porque ellos se lo toman tan mal, pero tan mal, tan mal, de que una o dos o tres, las veces que sea que no estés satisfecha, y no les quieres herir. Pero no es porque tú misma quieras fingir, no, es porque mira se va a derrumbar" – Participant 3

"Es como la confirmación de que ellos son los que mandan, y los que te dan el placer, y si tú no lo recibes es como que no aceptan que con lo que se han esforzado que tú te quedas haciendo la lista del Mercadona" – Participant 1

Per tant, la recerca descobreix que el fingiment d'orgasmes és fa per mantenir el poder i l'estatus d'aquella persona a la que estimes. Els homes, doncs, quedaran afectats quan percebin que no transmetien plaer, perquè la seva masculinitat minvarà ja que la seva identitat ha estat construïda segons la consideració de que l'home és qui dona plaer i té el poder en les relacions sexuals. Aquesta consideració a l'hora perjudica a la pròpia dona, perquè el fet de apoderar-lo en la sexualitat implica la teva pròpia destrucció i acceptació de la submissió sexual.

#### 4.3.3. *La relació entre el cos i la sexualitat*

La recerca mostra la influència del cos a l'hora d'establir relacions sexuals. Les percepcions que es tenen del cos, doncs, generen por i desconfiança en les relacions íntimes, perquè és en aquestes relacions on el cos queda al descobert. Ens fa vergonya i respecte l'exposició dels cossos nusos, perquè és l'espai on s'hi visualitzen els defectes que percebem dels nostres cossos. Això suposa, que l'edat juga un paper fonamental en l'augment de disconformitat dels cossos.

Per tant, l'estudi ha mostrat dos indicadors claus per entendre les pors i les inseguretats que afronten les dones en les relacions sexuals. Per una banda, existeix la voluntat de agradar i atraure físicament a l'altre persona. Així com, ser capaç de satisfer les seves expectatives i necessitats sexuals, per tant, estar a l'altura. La ruptura ha suposat un espai d'inseguretat per restablir noves relacions sexuals perquè s'entén que no totes les persones practiquen un mateix tipus de sexe, ni tenen uns mateixos gustos sexuals. Quan es donen relacions sexuals amb una mateixa persona al llarg del temps, s'adapten unes pràctiques i unes maneres de tenir sexe, a las que t'acostumes.

Un cop finalitzada la relació apareix la inseguretat de què aquella costum sexual pot no adaptar-se a les necessitats d'un altre persona. L'idea de transfons és que les dones busquen donar la satisfacció sexual de l'home en totes les relacions íntimes. Pot ser interpretat com, l'aprenentatge que han desenvolupat a partir d'idees patriarcals sobre que l'objectiu és desig de l'home en les relacions sexuals. Ja que, la causa de sentir por en noves relacions sexuals és la possible insatisfacció de l'home, i no pas la probable insatisfacció d'elles. Per tant, prioritzen el desig de l'home ,anteposant-se al desig propi. Així com, quan l'home ha quedat insatisfet després d'una relació sexual, s'atribueixen totes les culpes.

D'altre banda, el segon indicador explicatiu de les percepcions de les pors en la sexualitat és la inseguretat a mostrar els cossos nus. Aquest és un indicador que incrementa quan els cossos comencen a experimentar canvis pel procés de fer-se grans. És en el cicle vital de la maduresa, quan comencen adonar-se de que els seus cossos cada cop corresponen menys al ideal hegemònic de bellesa. Ja que, s'experimenten deterioraments corporals com la flacciditat i les arrugues. Aquestes és mostren com efectes corporals que dificulten l'atracció i el desig. No obstant, quan es té una parella estable aquesta por comença a reduir-se. Mentre que per la reconstrucció d'una nova vida amorosa l'efecte s'intensifica. S'utilitzen tècniques com la d'apagar el llum per tenir relacions sexuals, per dissimular o ocultar certes parts del cos que incomoden a les dones.

Llavors, la recerca fa ressò de que les principals pors en la sexualitat per part de les dones són la possible situació de deixar al homòleg masculí insatisfet i la visualització del cos nuu. Aquesta idea està relacionada la performativitat del gènere (Butler, 2002). El gènere no és una cosa que som sinó que fem, per tant, podem establir diferents configuracions de sexe i gènere i l'actuació que fem, marcada per la imposició de normes reguladores, és la que marca el nostre gènere (Butler, 2007). Les dones entrevistades i participants del grup de discussió fan ús del gènere establert com a binari, atribuint-se rols diferenciats entre homes i dones referents a les percepcions sexuals i corporals.

#### **4.4. Percepcions del cos i l'aspecte físic**

##### *4.4.1. Procés dels canvis corporals després de la ruptura*

La recerca descobreix com una ruptura amorosa esdevé uns canvis corporals. Per tant, s'esdevindran noves percepcions i concepcions respecte els seus cossos. El canvi físic, que majoritàriament es dona, és el d'aprimar-se. Aquest és un canvi involuntari que es genera a partir de la tristor i la davallada del estat anímic, provocat per la ruptura. En aquest primer moment, les dones es perceben lletges i poc atractives. Tot i que, s'afirma que amb el temps s'adonen que aquestes percepcions respecta els cossos

estan generades pel neguit, el nerviosisme i el patiment provocat per la ruptura. En veu d'unes de les entrevistades:

“Totalment, primer va canviar perquè hem vaig quedar amb 39 quilos (...) clar el meu aspecte físic era horrorós, tothom quan hem veia m'ho deia. I mira que a mi m'agrada menjar eh i jo menjava molt però jo crec que eren els nervis o el mateix patiment que hem feien que no estigues be a la feina ni a cap lloc. (...)El meu aspecte físic quan ho vam deixar era totalment de consumida, perquè no era capaç de no patir, patia com una burra(...)”. – Entrevistada 3

“Yo me veía mal, pero porque estaba muy triste, yo no tenía alegría, pero yo veo las fotos y yo no estaba mal. Era mi propia tristeza la que me hacía ver mal, además como me adelgace tanto, un día dices ostia eh: dieta para engordar. Entonces me puse hacer dieta para engordar, pero cuesta darte cuenta.” – Entrevistada 1

Com s'ha fet palès en les cites anteriors, el primer moment en el que s'executa la ruptura l'autoestima està minvada i és la responsable de que les percepcions respecte al cos siguin negatives. Però arriba un moment on les percepcions corporals canvien. Quan comences a donar per superada la ruptura amorosa, s'esdevenen percepcions positives respecte el cos. Comences agradar-te pels canvis experimentats (primesa), doncs, pretens mantenir aquesta primesa i millorar l'aspecte físic per tal d'entrar al mercat amorós novament. Així com, les dones consideren que un cop passat el dol de la ruptura s'efectua el moment de la cura del cos i l'aspecte físic, no només per entrar al mercat amorós, també perquè suposen que la categoria de ser dona inclou la necessitat de sentir-se desitjades. Relacionen, per tant, el rol femení amb l'aspecte físic. Aquesta ideologia mostra unes bases força patriarcals i estabilitzadores del binarisme de gènere que col·loca a la dona en espais de seducció i atractiu corporal. Tal com argumenta una de les entrevistades:

“Exigente con mi cuerpo no esa ruptura, sino cualquier ruptura, sisisi quizá no es el primer mes, pero al cabo de los meses es en plan eh eh eh que sigo en el mercado, por lo cual vamos a cuidarnos, y luego creo que también va bastante en ser mujer, claro a la mujer le gusta siempre seducir aunque tenga 70 años (...)”. – Entrevistada 1

L'estudi fa ressò de dues idees, que poden influenciar l'última consideració de que la dona acaba fent cura del seu cos per mostrar-se desitjable. Per una banda, probablement moltes tenen la necessitat de tornar a ser considerades acceptables, segons la normativitat de la bellesa hegemònica, per no sentir-se culpables de la ruptura amorosa. Un efecte, doncs, de venjança, ja que es pretén que la ex-parella quedi al·lucinada per la transformació corporal donada. Aquesta consideració té sentit perquè les dones argumenten que l'estabilitat en parella proporciona una deixadesa del aspecte físic. Llavors, després de la ruptura és el moment en el que el cos canvia perquè ha d'assolir uns trets acceptables per tenir menys dificultats de refer noves vides amoroses. D'altra banda, l'edat en la que es donen les ruptures condiciona en tot aquest procés corporal. Quan les ruptures es donen en l'etapa de la maduresa, l'exigència respecte el cos és major, ja que es concep que l'edat dificulta la reconstrucció d'una nova vida amorosa. És, llavors, l'edat de les dones el handicap

principal per refer noves vides, creant unes necessitats més immediates de la millora corporal per estar a temps d'entrar al mercat.

L'edat fa transformacions corporals que afecten en les vides de les dones. Les principals transformacions són el sorgiment d'arrugues, estries per els embarassos i flacciditat de moltes parts del cos. Aquestes es perceben com característiques corporals que dificulten les noves relacions amoroses. No obstant , les dones comencen a cuidar els seus cossos per tal de retenir el màxim temps uns cossos que segueixen una certa normativitat hegemònica de la bellesa. És a així, perquè es concep que sense aquesta cura corporal l'edat provocaria uns canvis més visibles en els cossos de les dones, i això dificultaria la reconstrucció d'una nova vida amorosa.

La societat, per tant, imposa un model hegemònic de bellesa ideal, on la fantasia de la perfecció estètica crea concepcions com la joventut permanent i la primesa extrema. (Soley- Beltran, 2012). Aquestes idees son adquirides per les dones, ja que, són el col·lectiu que més se lis atribueix l'aspecte físic i corporal com a trets característics de la seva identitat. La recerca ha mostrat, doncs, que les dones es veuen amb l'obligació de tenir cura dels seus cossos per tal d'entrar dins del model hegemònic de bellesa ideal, què facilitarà la reconstrucció d'una vida amorosa.

#### *4.4.2. Afectacions corporals en el desenvolupament de la vida*

L'estudi mostra que l'aparença física afecta en com es desenvolupen les vides. Ja que és el cos la primera imatge que es demostra als demés. Per tant, el cos és l'expressió immediata del "jo". La teva aparença física i el cos afecta en la manera en que els altres et veuen, et perceben, i et tracten. Un cos femení té unes percepcions diferenciades sobre un cos masculí. El cos masculí es percep com a poderós, mentre que el femení queda arreplegat a les concepcions de bellesa. Això significa, que el gènere influeix en el tractament personal que es donen en alguns àmbits. Un exemple, n'és el següent:

"Me'n recordo el primer cotxe que hem vaig comprar que hem van tractar com una nena i hem van tractar fatal, vaig posar una reclamació perquè van acabar entregant-li el cotxe a un altre senyor perquè van dir-me que clar ell era un bon client (...) Després en reunions m'han arribat a dir i que opina la "niña" i clar jo era la directora del departament, m'entens? (...)" – Entrevistada 3

Per una banda, les actituds de les persones estan influenciades per les percepcions corporals. Ja que, una acceptació i percepció positiva del cos pot suposar un atreviment a realitzar certes accions que sense aquesta acceptació corporal no realitzaries. Això significa que les actituds i accions que es desenvolupen estan relacionades amb el grau d'acceptació corporal. Sobretot, és en el cas de les dones, perquè són aquestes les que més exigències de la necessitat de seguir un model hegemònic de bellesa, per tal de percebre's com a dones. Al llarg de la presentació dels resultats s'ha reiterat aquesta idea perquè les dones entrevistades i participants del

grup de discussió han vist inculcades en les seves percepcions aquestes consideracions. No obstant, l'estudi mostra que el que més afecta en el desenvolupament de la vida de les persones són les percepcions, concepcions i sentiments que es tenen respecte al cos. Per tant, l'actitud que es mostra i s'expressa als demés. Llavors es genera una relació entre com el cos influeix en les percepcions d'ell, i com aquestes percepcions influeixen en les accions i actituds respecte al desenvolupament de la vida. Aquesta idea es fa ressò en la següent cita:

“Ah bueno, si claro, el sentirte a gusto más o menos con tu cuerpo, dentro de las posibilidades de cada uno, hace que tus actitudes sean de otra manera(...) Si, si relaciono totalmente el sentirte bien con tus actitudes” – Entrevistada 2

La recerca, també, fa ressò com les societats consumistes actuals busquen i exigeixen l'assoliment de la normativitat hegemònica de bellesa ideal. És així perquè l'establiment d'aquesta normativa corporal, incideix en crear discursos de corporalitats acceptables i vàlides i altres excloses. Probablement, el fet de seguir aquesta normativa condiona el consum que es realitza sobre aspectes que tenen a veure amb el cos, emfatitzant, doncs, el consum d'una economia. S'associa l'idea del consum amb a la pertinència de la norma corporal. Això es veu reflectit en la següent cita:

“Tal y como esta echa hoy en día la Sociedad y el máquetin, es totalmente, mmmm, consumismo total. Entonces que pasa, (...) ¿porque consumes más? porque claro si tú te sientes muy guapa, te pones muchas prendas y te gastas más en maquillajes, más en ropa, más en todo... Si tú no estás a gusto, no te compras nada (...)”. – Entrevistada 1

L'estudi descobreix que gairebé totes les dones solen aspirar a la normativitat corporal, per tal de sentir-se acceptades dins d'uns paràmetres establerts sobre l'ideal de bellesa. El principal motiu d'aquesta aspiració és per contemplar la reafirmació com a dona. En aquest concepte es fa ressò, llavors, que per una banda l'exclusió social pot venir determinada per cossos que no segueixen una normativa establerta. I per tant, es consideren cossos que no importen, que no valen i que dels que no es parla, creant així un estigma social. D'altra banda, es fa ressò, altre cop, de que la identitat de ser dona és una construcció social dominada per discursos hegemònics en els que es considera que les dones han de seguir uns patrons corporals ideals per ser dones. Aquest fet, porta a la cosificació sexual de la qual les dones han estat protagonistes. No obstant, tot i les conseqüències en les percepcions de les dones d'aquests discursos reiteratius, s'adonen de que la normativitat corporal no necessàriament ha d'esdevenir-se com a desitjable. Ja que, existeixen altres corporeïtats que poden percebre's desitjables, bàsicament perquè el desig és, també, un constructe social. Aquesta idea s'extreu de la següent cita:

“Yo pienso que como la sociedad marca esos patrones, yo creo que tú necesitas meterte en esos patrones para sentirte en circulación. Para sentir que perteneces al patrón vigente (...) pero conseguí darme cuenta que especial soy yo por lo soy, mira yo lo comparo como en la tienda de ropa, hay muchas prendas y hay algunas que llevan años y años sin venderse y de repente llega alguien y le ve una belleza

a esa prenda que yo no se la he visto en la vida, y te hace ver que esa prenda, ostia que tiene razón, que tiene un brillo especial (...)” – Participant 1

La recerca fa ressò de que, per tant, de que la corporeïtat condiona les actituds i accions que es realitzen. Així com, es visualitza com la dona necessita entrar a la normativa hegemònica de la bellesa per tal de reafirmar la seva identitat. Però, aquesta normativa hegemònica que produeix exclusions, és construïda socialment i ha canviat al llarg de la història. Per tant, el desig, l’atracció i la bellesa són constructes socials que generen acceptacions corporals i rebutgen d’altres per exercici un control sobre la població.

#### *4.4.3. Percepcions de la menopausa i la relació amb la sexualitat*

La menopausa ha estat un concepte estudiat, majoritàriament, des de una perspectiva mèdica. La recerca pretén aportar una subjectivitat sobre els estudis objectius de la menopausa. L’estudi fa ressò, doncs, de com aquest fenomen afectat a les dones, no en termes mèdics, sinó en termes de sentiments i percepcions, i com els símptomes o conseqüències d’aquest han influenciat en les seves relacions i percepcions respecte els seus cossos, la seva sexualitat i la reconstrucció d’una nova vida amorosa.

L’estudi ofereix la concepció de les dones sobre la menopausa. Tècnicament, es concebuda, com el primer procés d’envelliment. Es mostra com un factor que entristeix a la dona perquè d’alguna manera suposa l’idea de que la vida “juvenil” d’aquestes comença acabar-se. Es un símptoma, doncs, de que les dones comencen a fer-se grans. Això suposa una angoixa, ja que tenen la sensació de que lis queda poc temps per establir relacions íntimes. Així és, perquè probablement amb l’arribada de la menopausa les ganes de tenir sexe disminueix. Així ho expressa una de les entrevistades:

“Pues en el fondo creo que es un síntoma de que nos hacemos mayores, en el fondo yo creo que sí, que no queremos reconocerlo, pero sí. Esto se acaba, es como decir hay que quemar todas las naves que te queden porque a lo mejor cada vez te va apetecer menos las relaciones, luego hay unos trastornos que te lo pone complicado como la sequedad vaginal, que ahora no, pero tuve una temporada muy mala, mucho, tenía que comprarme lubricantes y eso. (...)”. – Entrevistada 2

La recerca mostra que els principals símptomes més molestos per les dones han estat els fogots, la incomoditat de no saber quan tornaran a sagnar, el canvi d’humor, la irritabilitat i la inestabilitat emocional. Aquests símptomes poden esdevenir conseqüències en les relacions amoroses o en la reconstrucció d’una nova vida amorosa, dificultant el dia a dia de les seves vides. Es percep, per tant, més dificultós aquest procés en la vivència d’una vida amorosa establida de fa anys, que no pas en l’intent de reconstruir una nova amorosa. Això mostra, que viure la menopausa quan es té una relació amorosa establida des de fa temps, pot ocasionar una inapetència sexual que pot generar conflictes dins de la parella. Però, en els casos de les dones que intenten reconstruir una nova vida amorosa, aquest símptoma no es percep, perquè

guanya l'entusiasme de crear una nova relació. Tal i com argumenta una de les entrevistades:

“Creo que la menopausia puede dificultar las relaciones íntimas pero porque viene acompañado de una inapetencia, yo quizás la pre menopausia que tengo me ha pillado en un comienzo de una relación. Me imagino que lo que yo tengo ahora en una relación de treinta años no pones tanto empeño (...) a mí me ha pillado bien, por eso, porque aunque sienta eso, como todo es nuevo y todo te sigue apeteciendo pues le pones ganas (...)” – Entrevistada 2

La menopausa, doncs, pot influir les relacions sexuals. Però la recerca descobreix, que incideix més en la sexualitat de les dones el moment afectiu en el que es troben. Afirmant, que quan la menopausa arriba en l'inici d'una relació o l'intent de construir una nova relació amorosa, aquests símptomes, no desapareixen, però no eradiquen en un problema per la sexualitat.

#### *4.4.4. Percepcions de les dones sobre la pròpia maduresa i percepcions del procés dels homes, amb elements distintius*

La recerca descobreix un procés diferenciador sobre les vivències de la maduresa segons el gènere. Segons les consideracions de les dones, el procés de maduresa dels homes es basa en la necessitat de reafirmar-se com a homes a partir del sexe. Aquesta idea reforça l'estereotip masculí vist com la figura poderosa del sexe. Així com, es comencen a rejuenir i a mostrar-se actius en la socialització, perquè necessiten aprofitar i viure amb energia el temps que lis queda abans d'entrar a la tercera edat. En canvi les dones, ho viuen de pitjor manera perquè sempre han estat més exposades que els homes respecte la corporalitat i l'idea de “joventut eterna” per satisfer els homòlegs masculins. Ja que es difícil desprendre's de la dona entesa com al servei del home. A més, parteixen d'un handicap – la menopausa- efectuant-se com un canvi hormonal sorpresa, ja que no es de quina manera afectarà en els seus cossos. Els canvis físics dels homes, en canvi, depenen totalment d'ells mateixos, mentre que a la dona els canvis li venen donants pel procés hormonal. Les dones, per tant, amb la maduresa, busquen el reforçament de la seva atractivitat a partir de la cura dels seus cossos per seguir sentint-se desitjades per la seva parella. D'alguna manera, doncs, les dones busquen una estabilitat amorosa.

Això significa que segons les percepcions de les dones els homes a partir dels 40 anys aproximadament, viuen la “pitopausia”. És una crisi masculina que provoca els intents constants de rejuenir-se i gaudir del sexe. En veu de les entrevistades:

“El home no pot perdre la sexualitat, li agafa alguna cosa, que es capaç de a partir dels 50 anys pagar per tenir sexe. L'home a una certa edat accentua el tema del sexe, i fins i tot es torna més guarrete” – Entrevistada 3

“Les dones volen sentir-se guapes, volen sentir-se atretes encara, volen que la seva parella les miri encara amb el desig i tal ... I els homes (...)ho viuen com buah que se me escapa la vida, havíem si puc aprofitar alguna cosa (...)” – Entrevistada 4



“A los hombres les coge la pitopausia, como digo yo, para mí el hombre que se ha casado joven de repente a los 40 años le coge y empieza a tirarlo todo a la mierda...Y la mujer no necesita atraer más hombres, con el que tiene le basta pero sigue poniéndose mona y guapa para no verse mayor. (...) pero si está bien con su pareja no necesita buscar fuera nada, y el hombre sí que necesita que lo aluden, porque necesitan como reforzar que sigue siendo un león (...)” – Entrevistada 1

La recerca, també, presenta que el procés del primer moment de fer-se gran condiona en les percepcions i sentiments de les dones. Es fa ressò que un primer moment els canvis corporals donats per l'edat angoixen a la dona, així com l'entristeixen. No obstant, acaben acceptant-ho com un procés que lis toca viure. És necessita, doncs, d'un procés de treball personal per l'acceptació d'un mateix.

Aquesta consideració està lligada a que les dones en el primer moment del procés de fer-se grans, fan cura dels seus cossos i tractaments estètics per tal de mantenir uns cossos desitjables. Per tant, intenten reduir les afectacions corporals donades per l'edat amb la intensitat de cures corporals i estètiques.

També, la recerca descobreix com en les dones el compliment d'edat afectat en les seves vivències i motivacions. S'afirma, doncs, que per una banda existeixen els canvis físics per l'edat que provoquen una certa insatisfacció. No obstant, el que més impacta en el dia a dia és l'efecte que genera l'edat en l'estat anímic i en la forma física. Les dones han perdut energia i s'han mostrat més cansades. Això dona peu a que cada vegada s'hagin d'esforçar més per realitzar quotidianitats. Tot això afecta de manera significativa en les percepcions i vivències d'aquestes. Això pot provocar un enfrontament entre les sensacions corporals i les personals. És a dir, per una banda la ruptura suposa la descoberta a una mateixa, i això porta a una major satisfacció personal, autonomia i llibertat. Però d'altra banda, es l'etapa en la que comencen a canviar els cossos, havent de fer més cura d'ells per mantenir-los dintre d'una hegemonia de bellesa. Així com, és el moment en el que l'edat comença a fer-se visible en les característiques físiques com l'esgotament i el cansament. És a dir, cada cop es té menys energia per fer coses, perquè el cos no aguanta tot el que aguantava de jove, però en canvi, és el millor moment en el que s'hi troben personalment.

La recerca, per tant, ha mostrat el procés diferenciador de fers-e gran segons el gènere. Els homes centren les seves energies en el sexe i l'empenta per tornar-se a veure juvenil. La dona en canvi, aquest procés de cuidar els seus cossos sempre l'acompanyat més. No obstant, amb l'edat intensifiquen aquesta cura per tal de seguir en la normativitat acceptada de la bellesa. Apareix el cos com un culte, per això, sorgeix l'afany de regulació i control social de la població i el individu a través del seu cos. La imatge corporal i el cos son fonaments en la construcció de la pròpia identitat. (Esteban, 2004)Tot això significa que s'exerceix un consum en relació als cossos. Per una banda, es relaciona el consum amb la sexualitat, ja que s'ha alliberat les costums sexuals i l'exhibició permanent d'aquesta. També, s'ha exercit consum sobre l'estètica, els maquillatges i la cura de l'aparença, on el extrem estaria situat en la cirurgia

estètica, que cada cop creix a ritmes acceleradors. En definitiva, s'han comercialitzat molts aspectes o pràctiques socials que emfatitzen la cura del cos i l'acceptació d'aquest mateix. (Esteban, 2004). Les dones són les majors consumidores d'aquests consums estètics perquè són les que més exigències des de la societat han rebut respecte els seus cossos.

## **5. CONCLUSIONS**

Aquest treball ha aportat l'estudi de les percepcions, sensacions i sentiments de les dones d'entre 45 a 55 anys, després de la vivència d'una ruptura amorosa. S'analitza, doncs, la reconstrucció de la vida amorosa, les percepcions sobre el cos i les sensacions sobre la pròpia sexualitat. Ha contribuït, per tant, a interpretar temàtiques oblidades per la sociologia clàssica. Es considera, així, de molta importància incloure aquest tipus d'anàlisi, que donen veu als sentiments, percepcions i vivències segons la sexualitat, la corporalitat i l'amor, des d'una perspectiva sociològica, ja que s'ha observat com el model patriarcat propi de la cultura de les nostres societats ha influenciat en aquests aspectes quotidians de les dones.

Respecte la pregunta d'investigació del present treball: Com afecta la ruptura amorosa, en relacions heterosexuales, en la sentimentalitat, en les percepcions corporals, en pròpia sexualitat i en la reconstrucció d'una nova vida amorosa, per part de les dones d'entre 45 a 55 anys d'edat?. S'ha utilitzat dues tècniques de caràcter qualitatiu per la recollida d'aquesta informació. Es realitza, una entrevista en profunditat i un grup de discussió, doncs, per l'estudi de temàtiques micro- socials que presenta la recerca. És d'aquestes tècniques qualitatives d'on sorgeixen els resultats de l'estudi.

La recerca, doncs, ha observat que la ruptura amorosa ha suposat un espai de descobriment personal. Ha estat responsable del creixement personal, recuperant la autonomia i llibertat, de les dones. No obstant l'edat i els fills s'han mostrat com a factors que fan variar les vivències i percepcions que es donen després de la ruptura. Els fills es mostren com el centre de la unitat familiar, per això molts cops poden dificultar que la relació es converteixi en ruptura perquè generen una estabilitat familiar difícil de trencar per les dones d'aquesta generació.

A més a més, l'efecte més immediat de la ruptura en la reconstrucció de noves relacions és la inseguretat i desconfiança en els homes, que el propi trencament ha proporcionat. Tot i l'existència d'aquestes inseguretats, les dones s'han sentit amb ganes d'establir nous llaços efectius. D'alguna manera, és així perquè la societat reclama la importància de trobar una persona que et complementi. Aquesta és la característica d'un sistema opressiu – patriarcat - que genera uns mites de l'amor romàntic que queden força amarats en les percepcions d'aquestes dones, ja que han crescut sobre les bases d'un ideal amorós etern i uns discursos sobre la importància de

la unificació i unitat familiar. Tot i que, en les societats modernes aquestes tendències s'han desdibuixat, la cultura de la societat occidental segueix impulsant discursos normatius sobre la necessitat de trobar parella per realitzar-se com a persona.

També, les dones han considerat que els homes tenen més facilitat per reconstruir una nova vida amorosa perquè la ruptura no suposa un espai per retrobar-se com a persones. Ja que segons les dones, en les relacions ells no perden l'autonomia i la llibertat. A més a més, pels homes és més fàcil aquest procés perquè la ruptura genera una separació d'ells amb els seus fills, llavors abandonen les càrregues familiars i mostren distància amb els seus fills. I per últim, perquè en el fons són persones més dependents i autosuficients, per tant, necessiten d'una dona que els proporcioni les cures i l'afecte.

La societat no deixa d'impulsar i promoure discursos morals que construeixen el bé i el mal, així com generen estereotips i rols femenins i masculins dins de la sexualitat. Tot això, com s'ha fet ressò a la recerca, afecta en les percepcions d'algunes persones, que acaben adoptant aquest rols diferenciats. Per tant, el rol femení de la sexualitat sembla ser el mecanisme per arribar al gaudir de l'home, mentre que el rol masculí de la sexualitat sembla ser l'apoderament i el domini. Per tant, les dones viuen una sexualitat diferenciada respecte als homes, perquè se les concep com el "producte" perfecte per la plena sexualitat masculina. És per això probablement, que les dones mostren un lligam entre l'afectivitat i la sexualitat, com a condició per establir relacions sexuals satisfactòries, ja que s'han educat respecte les bases d'una societat que unia la sexualitat amb l'amor. També, s'ha observat com el matrimoni ha provocat l'estabilització de l'heteronormativitat de pràctiques sexuals i com ha paralytat la sexualitat pròpia de les dones. Les dones, han mostrat percepcions d'inseguretat, quedant replegades a segon pla, oblidant-se molts cops de la seva pròpia sexualitat i el seu plaer. Això contribueix a l'estabilitat i el manteniment del domini sexual per part del home, enfortint el binarisme de gènere en les pràctiques sexuals.

La recerca també aporta una explicació del procés de fer-se gran diferenciada segons el gènere. Les dones consideren que els homes a una certa edat viuen el que anomenen com "pitopausia" que és entesa per una crisi de l'home que arriba als quaranta i es caracteritza per la recerca de sentiments juvenils, amb la potencialitat del sexe com mecanisme per sentir-se vius. Mentre que les dones viuen el procés de fer-se grans amb la recerca de l'estabilitat i en molts casos, l'esforç de no caure en la monotonia i l'afany per recuperar la vitalitat dins del emparellament. La menopausa és un factor que determina la diferència del procés per part dels homes i de les dones. Aquestes idees de la recerca han contribuït a interpretar i analitzar diferents emocions, sentiments i percepcions que senten les dones madures respecte la ruptura. Així com, sobre els seus cossos, la relació que estableixen amb la sexualitat i la reconstrucció d'una nova vida amorosa.

Aquests resultats són rellevants perquè es mostra l'estructura social de la nostra societat a partir del coneixement de les percepcions, sentiments i emocions que provoca una ruptura amorosa a les dones madures. Així com les sensacions respecte els seus cossos, la relació que estableixen amb la pròpia sexualitat i la reconstrucció d'una nova vida amorosa. És, llavors, a partir de la recollida d'aquesta informació mitjançant les dues tècniques qualitatives emprades, quan es visualitza el sistema i l'estructura social que hi ha al darrere d'aquestes idees, sentiments, percepcions i emocions.

L'estudi permet, doncs, tenir una imatge més nítida sobre les peculiaritats, sensacions, percepcions i sentiments de les dones respecte l'amor, la sexualitat i el cos, després d'una ruptura amorosa. Això pot facilitar a la lluita per produir un canvi del sistema dominant i normatiu de gènere, de l'amor i la sexualitat de les societats occidentals. Ja que és de vital importància conèixer com es senten les dones en aquestes societats dominades per l'estructura patriarcal, per poder eradicar i conèixer tots els aspectes de desigualtat que mostra l'estructura social.

Cal ser conscient que aquest treball presenta algunes limitacions. Per una banda, com ja s'ha comentat, el grup de discussió va ser realitzat únicament amb tres dones, per la dificultat de concretar dia i hora, ja que totes treballaven i tenien fills al càrrec. Per tant, es va decidir incloure aquesta tècnica d'anàlisi qualitativa per la aportació temàtica que presenta, tot i lo aconsellable hagués estat realitzar-ho amb un grup de 6 a 10 persones.

D'altra banda, cal aclarir que durant l'anàlisi quan es diferencia els processos d'envelliment, de la sexualitat i de la reconstrucció de la vida amorosa entre els homes i les dones, sempre és estudiat des d'una perspectiva de les consideracions de les dones. És a dir, en cap cas s'afirma que tot el que les dones han aportat dels sentiments i percepcions dels homes, sigui encertat, perquè precisament el que es vol conèixer són les consideracions que les dones tenen sobre els sentiments, les percepcions i les ideologies dels homes respecte l'amor, la reconstrucció de la vida amorosa, la sexualitat i l'envelliment.

També, cal tenir en compte que la recerca no pretén universalitzar les percepcions i temàtiques emprades, ja que es contempla l'existència d'heterogeneïtat d'aquests conceptes i vivències. No obstant es pretén d'alguna manera, generalitzar aquests aspectes a partir de les entrevistes i el grup de discussió realitzats, ja que el marc teòric, també, mostra les vivències i percepcions esmentades. Per tant, amb les tècniques utilitzades no es pretén universalitzar aquestes aspectes, però sí aprofundir en les sensacions que probablement la majoria de les dones han pogut sentir i percebre. La tècnica més adient per donar explicacions més generals seria la quantitativa, ja que incorpora una mostra d'estudi més ampla. La mostra d'aquest estudi, és de vuit dones, cinc entrevistades i tres participants del grup de discussió. Així

doncs, és una mostra d'estudi poc significativa, però interessava la utilització de les tècniques qualitatives per la profunditat d'informació que mostren.

Per això mateix, en futures investigacions caldria incloure en l'anàlisi, dones de la mateixa franja d'edat, que no corresponguin al model i a les característiques que les entrevistades i participants del grup de discussió han presentat. Per tal de conèixer, les diferències que s'hi donen entre elles i com algunes han estat capaces de no seguir un model patriarcat implantat en les nostres societats. Per tant, un exemple seria traslladar aquest estudi en relacions homosexuals, per observar les diferències que s'hi donen en les percepcions d'una ruptura, de la sexualitat, del propi cos i de la reconstrucció d'una nova vida amorosa. Així com, analitzar si aquestes persones han estat capaces de transgredir els discursos i les construccions socials impulsats per la nostra societat, sobre aquestes temàtiques quotidianes. Dins d'aquesta nova línia d'estudi es podria diferenciar, també, entre els gais i les lesbianes. Per tal d'observar si els rols de gènere, tot i no mostrar una relació heteronormativa, segueixen mostrant-se en les explicacions de les seves vivències sobre ruptures amoroses, les seves percepcions corporals, la relació que estableixen amb la pròpia sexualitat i l'anàlisi de la reconstrucció d'una nova vida amorosa.

Així com, caldria estudiar la mateixa temàtica dirigida als homes, per analitzar si ells també perceben aquesta distinció. I per tal de donar més consistència al anàlisi. Es podria comparar sobre el que senten els homes realment i el que perceben o creuen les dones que els homes senten sobre aquestes temàtiques. I així observar les diferències que puguin sorgir i interpretar o analitzar el perquè d'aquestes diferències entre la realitat masculina i la realitat de les percepcions femenines sobre la realitat masculina. I viceversa. Així, crear un estudi comparatiu de gènere sobre l'amor i el desamor, les percepcions de propi cos, la relació que s'estableix amb la pròpia sexualitat i les vivències de reconstruir noves vides amoroses.

També, es podria impartir l'anàlisi a persones joves i a persones de la tercera edat. Per tal de tenir les concepcions i percepcions d'aquestes temàtiques en els tres cicles vitals: adolescència, maduresa i vellesa. Aquesta comparativa seria útil per observar com les evolucions i transformacions del control social sobre els cossos, l'amor i la sexualitat s'interioritzen en les percepcions, emocions i vivències de les dones i dels homes d'una mateixa societat. Sobretot, l'opció d'incloure les percepcions de les dones i els homes vells és interessant perquè són els grans oblidats per la sociologia de la sexualitat i de les emocions, ja que pocs estudis han tractat aquestes temàtiques, com l'amor, la sexualitat, el desamor, el cos i la reconstrucció d'una nova vida amorosa, fent ressò de les vivències i percepcions de les persones grans.

A la recerca que s'ha presentat no ha estat possible abordar aquestes noves línies d'anàlisi, es presenten, doncs, com a suggeriments de futures investigacions, ja que si tot això es dones en futures investigacions l'anàlisi guanyaria consistència

## 6. BIBLIOGRAFIA

Bauman, Z. (2005). *Amor líquido. Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. México: Fondo de Cultura económica.

Butler, J. (2002). *Cuerpos que importan: sobre los límites materiales y discursivos del sexo*. Buenos aires: Paidós.

Butler, J. (2001). *El género en disputa. Feminismo y la subversión de la identidad*. Buenos Aires: Paidós.

Esteban, M. (2004). *Antropología del cuerpo. Género, itinerarios corporales, identidad y cambio*. Barcelona: Edicions Bellaterra

Esteban, M. (2011). *Crítica del pensamiento amoroso. Temas contemporáneos*. España: Edicions Bellaterra.

Freixas, A. (1997). *Envejecimiento y género: otras perspectivas necesarias*. España: Anuario de Psicología.

García-Santesmases, A. (2014) Dilemas feministas y reflexiones encarnadas: el estudio de la identidad de género en personas con diversidad funcional física. Barcelona: *Athenea Digital*.

García-Santesmases, A. (2015) El cuerpo en disputa: cuestionamientos a la identidad de género desde la diversidad funcional. Barcelona: *Revista Sociológica de Pensamiento Crítico*.

Giddens, A. (1992). *La Transformación de la intimidad. Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas*. Madrid: Catedra.

Gil, F. (1993). *La metodología de investigación mediante grupos de discusión*. España: Enseñanza.

Goffman, E. (2006). *Estigma: la identidad deteriorada*. Buenos Aires: Amorrortu.

Illouz, E. (2009). *El consumo de la utopía romántica. El amor y las contradicciones culturales del capitalismo*. España: KATZ.

Illouz, E. (2012). *Por qué duele el amor. Una explicación sociológica*. España: Agrapea

Foucault, M. (2006). *La historia de la sexualidad, 1: La voluntad del saber*. Buenos aires: Siglo XXI Editores.

Rubin, G. (1989). *Reflexionando sobre el sexo: notas para una teoría radical de la sexualidad*. Madrid: Revolución.

Soley- Beltrán, P. (2012). Muñecas que hablan. Ética y estética de los modelos de belleza en publicidad y moda. España: *Revista de dialectología y tradiciones populares*.

Soley-Beltran, P. (2007). *Una introducción a la sociología del cuerpo. Cuerpo e identidad*. Barcelona: Edicions Bellaterra .

Subirats, M & Castells, M. (2007). *Mujeres y hombres ¿un amor imposible?* . España: Alianza Editorial.

Vargas, J. (2012). La entrevista en la investigación cualitativa: nuevas tendencias y retos. España: *Revista CAES*.

## 7. ANNEXES

### Annexa 1: Característiques sociodemogràfiques de les entrevistades

	Any de naixement	Fills	Formació	Treball	Salari	Barri	Estat Civil	Estat emocional
Entrevistada 1	1969	1	Econòmiques	Propietària empresa comercial (autònoma)	100.000 any	Diagonal	Soltera	Sense parella
Entrevistada 2	1965	0	Graduat escolar	Perruquera	950 mes	Sagrera	Soltera	Parella
Entrevistada 3	1968	0	Formació superior artística	Representant de famosos		Balmes	Soltera	Sense parella
Entrevistada 4	1964	3	Graduat escolar	Esteticista	700 mes	Sant Martí	Divorçant-se	Sense parella
Entrevistada 5	1968	0	Universitaria	Agència de comunicacions		Mataró	Soltera	Sense parella

### Annexa 2: Guió de les entrevistes

<p><b>Persona entrevistada:</b>  <b>Sexe:</b>  <b>Any naixement:</b>  <b>Formació:</b>  <b>Treball:</b>  <b>Salari:</b>  <b>Persones al càrrec Sí No Núm. de persones:</b>  Opció/identitat sexual:  Estat civil actual:  Té parella actualment?</p>	
<p><b>Municipi:</b></p>	
<p><b>Telèfon:</b></p>	<p><b>Web:</b></p>
<p><b>e-mail:</b></p>	

### BLOC SOBRE LA RUPTURA:

- Quan es va produir aquesta ruptura amorosa/sentimental?
- Quan temps portaves amb aquesta persona?
- Te l'esperaves?



- Us havíeu ja separat alguna vegada? Quan? Per què?
- Quina va ser la causa/es de la ruptura amorosa/ sentimental?
- Consideres que hi ha altres causes implícites que van influenciar aquesta ruptura?
- Com has viscut la ruptura?
- Per quins moments has passat?
- Com creus que va viure la ruptura ell?
- Com creus que s'ha sentit?
- Consideres que la ruptura ha estat positiva o negativa? Per què sí? Per què no?
- Quins són els principals canvis que suposen per tu la ruptura?

#### **BLOC COS/ASPECTE FÍSIC:**

- Va canviar el teu aspecte físic després de la ruptura? Per què?
- En què va canviar i en per què va està motivat el canvi?
- Has passat per diferents fases en aquest sentit?
- Creus que una ruptura condiciona la relació amb el teu aspecte físic i amb el teu cos? Per què?
- Consideres que pots agradar i atraure sexualment a una altra persona a dia d'avui?
- Consideres que la ruptura amorosa ha estat responsable d'augmentar les teves exigències en relació al teu cos? Per què?
- Quina part del teu cos t'agrada més? Per què?
- Explotes aquesta part que t'agrada del teu cos? En cas negatiu per què no?
- Quina part del teu cos t'agrada menys? Per què?
- Què fas en relació aquesta part del teu cos?
- En general, estàs satisfeta amb el teu cos? Per què si o per què no?
- Sols compara el teu cos amb el de altres persones? Per què ho fas? Quins són els resultats?
- Com creus afecta el teu cos en com et va la vida?
- Quan et mires al mirall com et veus? En què penses?
- Per què creus que hi ha algunes parts del teu cos que no t'agraden, si és el cas?
- Et fas tractaments estètics per millorar aspectes del teu cos que no t'agraden?

- T'has fet o estaries disposada a fer-te operacions que milloressin la teva imatge? Per què sí? Per què no?
- Quan temps passes arreglant-te?
- Per què t'arregles? Com t'arregles? Quan t'arregles?
- Com et maquilles? Per què et maquilles?

#### **BLOC RECONSTRUIR LA VIDA AMOROSA/SENTIMENTAL:**

- Com definires l'atracció sexual?
- Com definiries l'amor?
- Després de la ruptura consideraves que podies agradar i atraure sexualment? Com et vas sentir?
- Després de la ruptura has tingut ganes de tenir parella? En quin moment?
- T'has trobat amb dificultats de trobar un altre parella, després de la ruptura? Per què?
- Què busques d'una parella en l'actualitat? Per què?
- En cas, de que actualment tinguis parella, quan temps vas trigar?
- En cas, de que actualment tinguis parella, com et sents amb aquesta nova parella?

#### **BLOC SEXUALITAT:**

- Com definiries la sexualitat?
- Consideres que la sexualitat és un element rellevant i important per la vida d'una persona? Per què ?
- Què creus que busquen les dones en les relacions sexuals?
- Què creus que busquen els homes en les relacions sexuals?
- Explores el teu cos per descobrir zones íntimes eròtiques? Per què sí? Per què no?
- Això ha canviat en relació al abans o després de la ruptura?
- És important, per tu, que la sexualitat estigui associada a l'afectivitat? Per què sí? Per què no?
- Quins relacions estableixes entre cos i sexualitat?
- Quins aspectes són condicionants, per tu, perquè decideixis tenir o no una relació sexual?
- T'ha costat mantenir relacions sexuals amb algú, després de la ruptura amorosa? Per què?
- Quines pors t'apareixen en relació a la sexualitat?

- Si vols tenir o tens relacions heterosexuales, com vius la qüestió de la penetració?

**NOMÉS PER QUI HA MANTIGUT RELACIONS SEXUALS AMB ALTRES PERSONES DESPRÉS DE LA RUPTURA:**

- Quants cops aproximadament has tingut relacions sexuals amb algú després de la ruptura?
- Com valoraries l'experiència?
- Han estat relacions espontànies, seguides en el temps...?
- Com va ser la primera vegada després de la ruptura?
- T'ha costat establir de nou relacions sexuals?

**NOMÉS PER LES PERSONES QUE NO HAN MANTIGUT RELACIONS SEXUALS AMB ALTRES PERSONES DESPRÉS DE LA RUPTURA:**

- Tens ganes de tindre relacions íntimes? Les busques? Com les busques?
- Per què creus que de moment no s'han donat relacions sexuals amb altres persones?

#### **BLOC COS I SEXUALITAT:**

- Quan tens relacions íntimes et preocupa l'exposició total o de parts del teu cos? Per què?
- Intentes ocultar alguna part del teu cos? Com ho fas?

#### **BLOC MENOPAUSIA I FER-SE GRAN:**

- Com definiries la menopausa?
- Consideres que la menopausa és un punt que determina que les dones comencen a fer-se grans?
- Com ha afectat a la teva vida en general la menopausa?
- Quin dels múltiples símptomes de la menopausa t'han afectat més? Per què ?
- Consideres que el procés de menopausa pot generar que una dona es percebi menys desitjada?
- Com ha canviat el teu cos a partir de la menopausa?
- T'ha desmotivats el canvi del teu cos alhora de tenir relacions sexuals o buscar parella, a partir de la menopausa?
- Ha canviat el teu desig sexual?
- Consideres que la menopausa pot ser un punt important en la dificultat de tenir relacions íntimes?
- Consideres que als homes els pot tirar cap enrere el fet de saber que una dona està en procés de menopausa o la té? Per què?
- Com t'ha afectat a la teva vida en general el fet de veure't que et fas gran?

- Quins canvis has pogut veure en el teu cos? Com t'han afectat?
- Creus que hi ha diferències en com viuen els homes el fet de fer-se grans?
- Consideres que l'edat és responsable de la frustració de canvis corporals en el cas dels homes i de les dones? Per què sí? Per què no?
- Consideres que els homes viuen el procés de fer-se gran diferent que les dones? De quina manera creus que ho viuen ells? De quina manera creus que ho viuen les dones?
- Et consideres un cos normatiu ? Quin son els elements que fan que tinguis aquesta consideració?

#### **BLOC SOCIAL DESPRÉS DE LA RUPTURA:**

- Has realitzat algun tipus de teràpia professional, després de la ruptura? Per què sí? Per què no?

#### **NOMÉS EN EL CAS DE QUE HAGUÉS PASSAT PER ALGUN TIPUS DE TERÀPIA:**

- Quins temes tractàveu?
- Va ajudar-te en algun aspecte? Quins?

#### **GENERAL:**

- Amb qui parlaves i comparties les preocupacions després de la ruptura?
- Sobre quins temes parlàveu?
- Has parlat de com et senties amb el teu cos i/o sobre la sexualitat?
- Quin ha estat el resultat?
- T'incomodava parlar d'aquestes aspectes? Per què?
- Has creat nous espais socials després de la ruptura? Quins?
- Com t'has sentit en aquests nous espais ?
- Has realitzat noves activitats, aficions, formes d'oci o professionals?
- Quines? Per què? Per què no vas realitzar-les abans?
- Que t'aporten aquestes noves activitats?
- Consideres que et relaciones amb més persones que abans?
- De quina manera son les relacions i que t'ha aportat?
- Abans de la ruptura tenies xarxes socials (com per exemple: facebook)?
- De quina manera i freqüència l'utilitzaves? Quin ús li feies?
- Ha canviat la utilització d'aquestes xarxes socials i/o la freqüència? De quina manera?
- Has afegit noves xarxes socials?

- Quines?
- Quin ús fas d'aquestes?
- Que t'aporten i com t'hi sents?

### Annexa 3: Taula sociodemogràfica de les dones participants del grup de discussió

	Edat	Fills	Formació	Treball	Salari	Barri	Estat Civil	Estat emocional
Participant 1	49 anys	2	Graduat escolar	Dependent	750	Sant marti	Divorciada	Parella
Participant 2	53 anys	3	Graduat escolar	Esteticien	700	Sant marti	Divorciada	Sense parella
Participant 3	45 anys	1	Administració	Administrativa	900	Sant marti	Divorciada	Sense parella

### Annexa 4: Guió del grup de discussió

#### BLOC RUPTURA

- Considereu una ruptura més o menys dolorosa depenent de l'edat en la que succeeix?
- Viuen les dones diferents les ruptures amoroses que els homes?

#### BLOC DEL COS

- De quina manera considereu que el propi cos afecta a les relacions afectives i intimes?
- Fer-se gran és sinònim de ser menys desitjable? Que es el desig?
- La normativitat i acceptació corporal és una construcció social, considereu que els vostres cossos busquen ajustar-se aquesta normativa i acceptació? Per que?

#### BLOC RECONSTRUIR NOVA VIDA AMOROSA

- Quina és la major dificultat per reconstruir una nova relació afectiva?

#### BLOC DE LA SEXUALITAT

- Considereu que la majoria de dones grans necessiten que sexualitat estigui associada a l'afectivitat?
- Considereu que homes i dones busquen coses diferents en les relacions intimes?

#### BLOC DEL AMOR

- Com considereu que "l'amor romàntic" influencia a frustracions en l'amor?
- Considereu que es pot confondre dependència emocional amb l'amor?
- Per què fa mal el amor?
- Considereu que la societat determina i construeix l'amor? Com?
- Canvia el sentiment del amor al llarg de la vida?
- Considereu que l'amor te caducitat ?