



Mandatos sociales, género e identidad: un análisis a partir de redes semánticas modificadas

Rocío Delfina García-Moreno*
ORCID: 0000-0003-1806-5606

<https://doi.org/10.29105/cienciauanl28.133-4>

RESUMEN

Este estudio explora las reacciones emocionales de mujeres y hombres ante los introyectos y mandatos sociales, identificados como “deberías”, vinculados a la identidad de género y las expectativas sexuales. Desde un enfoque cualitativo transversal, apoyado en teoría fundamentada y principios gestálticos, se aplicaron redes semánticas modificadas a nueve participantes. Los resultados muestran que estos mandatos desencadenan sensaciones de conflicto, malestar emocional y limitaciones en la autoexpresión. Se concluye que cuestionar y resignificar los introyectos es esencial para el desarrollo personal y social.

Palabras clave: redes semánticas, normas sociales, estereotipos de género, análisis de contenido, identidad de género.

ABSTRACT

This study explores the emotional reactions of women and men to introjects and social mandates, identified as “ought to be” linked to gender identity and sexual expectations. Using a cross-sectional qualitative approach supported by grounded theory and Gestalt principles, modified semantic networks were applied to nine participants. The results show that these mandates trigger feelings of conflict, emotional distress, and limitations in self-expression. The study concludes that questioning and reinterpreting introjects is essential for personal and social development.

Keywords: introject, internalization, social norms, gender stereotypes, content analysis, gender identity.

Desde la infancia, las personas internalizan introyectos y mandatos sociales que dictan cómo deben comportarse según su género (Careaga y Cruz, 2004; Álvarez-Gayou, 1986). Estas imposiciones, aunque a veces funcionales, pueden generar conflicto cuando no son cuestionadas. La presente investigación explora cómo mujeres y hombres viven estos introyectos, afectando su identidad, sexualidad y vida cotidiana. Este análisis se basa en la perspectiva gestáltica y existencial humanista, que resalta la importancia de revisar las creencias asumidas para permitir un desarrollo más auténtico.

MARCO TEÓRICO

La introyección es un proceso que, según Polster y Polster (2009), consiste en aceptar elementos externos sin crítica, integrándolos al yo. Muñoz (2014) señala este mecanismo clave en las relaciones y la adaptación social, aunque puede volverse disfuncional. Perls, Hefferline y Goodman (2006) enfatizan que los introyectos deben ser “masticados” para asimilarlos realmente y evitar rigide-

* Universidad Autónoma de Nuevo León, San Nicolás de los Garza, México.
Contacto: roxiogamo@gmail.com

ces. El género, como construcción (Lamas, 2002), impone roles difíciles de romper, los cuales generan angustia y malestar emocional. En este sentido, Serret (2023) propone repensar esta categoría desde tres niveles: el simbólico, el imaginario social y el subjetivo, destacando que “la velocidad con la que cambia el mundo de los géneros exige una actualización categorial que nos permita pasar de la sorpresa a la comprensión” (p. 73), lo que invita a entender que las identidades de género son procesos dinámicos y no estructuras fijas.

METODOLOGÍA

Se aplicaron redes semánticas modificadas, se denominan así debido a que, a diferencia de las simples, incorporan un componente jerárquico en las respuestas. En este tipo de técnica, quien participa responde a una frase estímulo escribiendo las primeras palabras que vienen a su mente y posteriormente asigna una jerarquía a cada una de ellas, numerándolas del 1 al 10, donde el 1 es el mayor grado

de representatividad respecto al concepto evocado. Además, se agrupan palabras que son consideradas sinónimos o expresiones equivalentes, lo que permite evidenciar núcleos de sentido compartido. Esta modificación metodológica no sólo posibilita el acceso a los contenidos semánticos evocados, también al peso subjetivo que cada persona les asigna.

El estudio se llevó a cabo con nueve participantes (cinco mujeres y cuatro hombres), cuyas edades oscilan entre los 23 y 44 años. En cuanto a su nivel educativo, la mayoría contaba con estudios de licenciatura, y dos de ellas con posgrado. La diversidad en el estado civil fue representada por personas solteras, casadas, divorciadas y en unión libre. Respecto a la orientación sexual, se registraron heterosexuales, homosexuales y pansexuales. Asimismo, hubo variedad en cuanto a la afiliación religiosa, se incluyeron personas católicas, evangélicas, agnósticas y sin religión. La mayoría dijo tener hijos, aunque también hubo colaboradores que no los tenían. Esta diversidad permitió enriquecer el análisis sobre la construcción de mandatos sociales, identidad y género desde distintas trayectorias de vida.



Figura 1. Nube de palabras con más frecuencia repetidas en la investigación.

Se aplicó un instrumento cualitativo con 90 minutos de duración por participante con frases estímulo: identidad de género, mandatos sociales y deber en la sexualidad. Las sesiones individuales se llevaron a cabo en un entorno confidencial y cómodo, con condiciones que permitieran la libre expresión. En todos los casos se explicó previamente el objetivo del estudio, se firmó consentimiento informado y se garantizó el anonimato de los datos proporcionados.

Las respuestas fueron jerarquizadas y analizadas mediante valores semánticos (SAM), medios (VMT) y factores de mayor grado (FMG), obteniendo gráficos interpretativos (figura 1). Se generó una nube de palabras con los 50 términos más frecuentes de los participantes, utilizando el software MAXQDA (2024). Este análisis visual refuerza los resultados cualitativos, mostrando conceptos clave como fuerza, obligación, tristeza, enojo, responsabilidad y amor, los cuales evidencian la carga emocional y social asociada a los introyectos y mandatos sociales.

RESULTADOS

Los participantes asociaron la identidad de género (figura 2) con términos binarios, “hombre” y “mujer”, vinculados a vestimenta y reconocimiento social. En los mandatos sociales (figura 3), surgieron palabras como “comportamiento”, “familia” y emociones de enojo y angustia. En lo sexual (figura 4), predominó la percepción de obligación, provocando desánimo y conflicto interno. Las redes so-

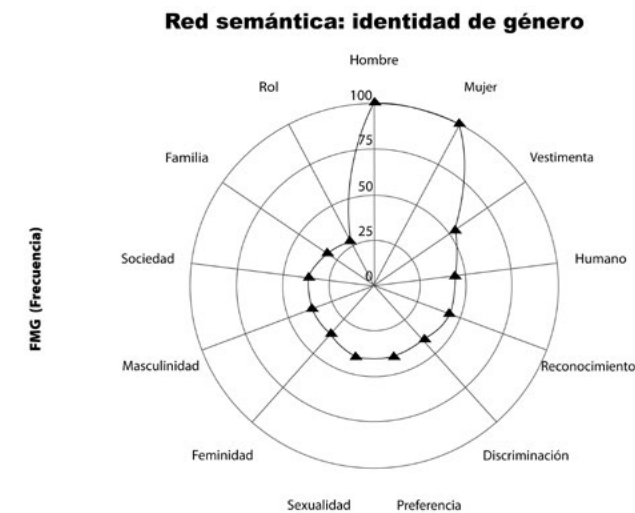


Figura 2. Identidad de género.

bre el concepto de “hombre” destacaron fuerza, proveedor y trabajador, mientras que “mujer” se asoció con fuerza, maternidad y protección.

La red semántica sobre identidad de género muestra que los conceptos más frecuentes fueron hombre y mujer, lo que refleja un marcado binarismo presente en el pensamiento colectivo. La identidad de género continúa vinculándose a la apariencia externa, la aprobación y la validación del entorno, así se observa en los términos vestimenta, humano y reconocimiento. También aparecen las palabras discriminación, sexualidad y preferencia, que evidencian tensiones entre la autodefinición y las normas sociales. La presencia de familia y rol señala la presión por cumplir expectativas tradicionales. En conjunto, el análisis revela cómo la identidad de género sigue siendo moldeada por estereotipos y mandatos colectivos, limitando la autoexpresión auténtica.

Red semántica: ¿cuando pienso en los mandatos sociales yo siento?

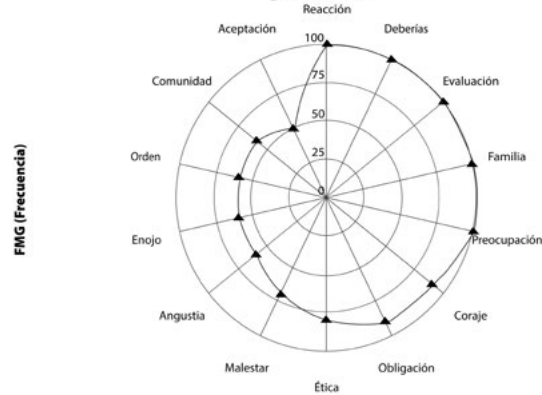


Figura 3. Mandatos sociales.

La red semántica revela que el vocablo deberías es el más frecuente, indicando que los mandatos sociales son percibidos como obligaciones impuestas y difíciles de cuestionar. Palabras del tipo evaluación, familia y preocupación reflejan cómo dichas normas son reforzadas por expectativas sociales constantes. Las emociones enojo, coraje y angustia muestran la inquietud interna que estos mandatos generan. Al mismo tiempo, malestar, ética y orden evidencian el conflicto entre la búsqueda de autenticidad y la presión por ajustarse a lo establecido. La aparición de comunidad y aceptación señala que, pese a la incomodidad, existe un deseo de pertenencia que obliga a ceder ante las imposiciones, afectando la libertad individual.

Red semántica: en lo sexual, ¿cómo me siento cuando DEBO hacer algo?

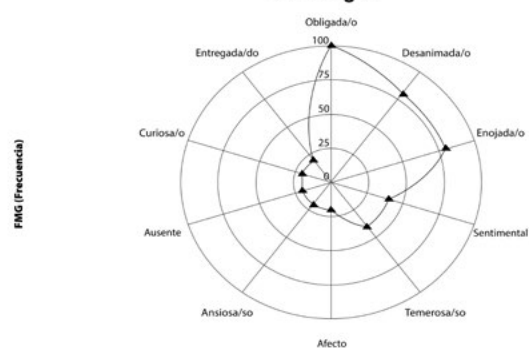


Figura 4. En lo sexual.

El término obligada/o (FMG 100) es el más frecuente, lo que indica que las personas asocian el ámbito sexual cuando está mediado por el “deber ser”, con imposición y falta de libertad. Los adjetivos desanimada/o, enojada/o, temerosa/o y ansiosa/o reflejan el impacto emocional adverso que generan estos mandatos. La percepción del deber sexual se convierte en una fuente de tensión, frustración y ansiedad. La mención de expresiones como ausente, afecto (en baja frecuencia) y sentimental sugiere una desconexión emocional, donde el acto sexual pierde sentido afectivo y se convierte en una carga o en un cumplimiento.

La poca frecuencia de los calificativos curiosa/o y entregada/o muestra que, aunque algunos participantes mantienen un interés o disposición, éste se ve opacado por la presión y la sensación de deber. La gráfica evidencia un conflicto interno entre el deseo sexual genuino y la percepción de obligación, lo que afecta la espontaneidad, el placer y la autenticidad en las relaciones íntimas. La red semántica confirma que el “deber” en lo sexual genera malestar, sentimientos negativos y desconexión emocional, resaltando la importancia de promover una sexualidad libre de imposiciones, basada en el deseo y la comunicación asertiva.

CONCLUSIONES

Los introyectos, aunque necesarios para la socialización, pueden limitar el desarrollo personal; su cuestionamiento favorece la autenticidad y libertad en la vivencia del género y la sexualidad. Identificarlos y resignificarlos en terapia contribuye a mejorar la salud mental, prevenir conductas violentas y reducir actitudes discriminatorias. Los resultados muestran tensiones emocionales entre

expectativas sociales y deseos personales, aportando valiosa información para la psicología, criminología y estudios de género.

NOTA DE REDACCIÓN

La revisión de estilo y corrección ortográfica de este documento contó con el apoyo técnico de herramientas de inteligencia artificial, utilizadas como complemento para optimizar la redacción. Todas las decisiones sobre el contenido, análisis y conclusiones corresponden exclusivamente a la autora.

REFERENCIAS

- Álvarez-Gayuo, Juan L. (1986). *Sexo terapia integral*, Manual Moderno.
- Careaga, Gloria, Cruz, Salvador. (2004). *Sexualidades diversas, aproximaciones para su análisis*, Programa Universitario de Estudios de Género PUEG.
- Lamas, Marta. (2002). *Cuerpo: diferencia sexual y género*, Taurus Pensamiento.
- Martínez, Yaqui. (2017). *Psicoterapia existencial, teoría y práctica para un mundo post-cartesiano*. Volumen 2, Circulo de Estudios en Psicoterapia Existencial.
- Muñoz, Miriam. (2014). *Los ocho modos de relación o interacción*, Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt.
- Perls, Frederick, Hefferline, Ralph, y Goodman, Paul. (2006). *Terapia Gestalt: excitación y crecimiento de la personalidad humana*, CTP.
- Polster, Erving, Polster, Miriam. (2009). *Terapia gestáltica*, Amorrortu.

Serret, Estela. (2023). Hacia una redefinición de las identidades de género, *GénEroos*, 18(9), 71-98, <https://revistasacademicas.ucol.mx/index.php/generos/article/view/1333>

OpenAI. (2024). *Asistencia técnica en redacción y corrección ortográfica mediante inteligencia artificial*, Herramienta de soporte técnico para optimización de documentos, <https://openai.com>

Recibido: 15/03/2025
Aceptado: 30/05/2025

Descarga aquí nuestra versión digital.

