

# EL CÍRCULO DE LA GENERACIÓN

CIEN TEMORES O SOMBRAS DE LA MUJER



## CUESTIONARIO DE INVESTIGACIÓN

BLAS BOMBÍN  
CETRAS, VALLADOLID



[blasbombin@hotmail.com](mailto:blasbombin@hotmail.com)

VALLADOLID, 1-5-2021

# EL CÍRCULO DE LA GENERACIÓN

## Cien temores o sombras de la mujer

Blas Bombín

### INTRODUCCIÓN

Aunque pueda parecer paradójico o irónico, o una simple fórmula de complacencia, este cuestionario se enmarca en el contexto de un trabajo más amplio que me he propuesto emprender y desarrollar en *homenaje a la valentía de las mujeres*, tan duramente forjada en el campo de las mil y una batallas que tienen que librar a lo largo de la vida en función de su propia condición de mujer. Sin embargo, aun reconociendo el honor de constituir el sector más aguerrido de la humanidad, “también las mujeres tienen sus temores”, no sólo los comunes, sino cuando a veces se vuelven patológicos, o sea, fobias, en proporción (13%) más del doble que los varones (5%), unas veces basados en la compleja realidad de su vida y otras inspirados en su propia sensibilidad.

El duro enclave de la mujer en un mundo tradicionalmente machista y zafio, con tan escasa empatía y sensibilidad hacia sus peculiaridades psicológicas y fisiológicas, es un factor determinante en el origen de dos fenómenos claves para entender la constitución del mundo femenino: Por un lado, el hecho de que para el hombre sea la mujer esa persona tan enigmática que bien podría denominársela “la gran desconocida”; y, en la otra vertiente, el hecho de que la mujer, a veces, guarde celosamente sus miedos (sobre todo los relativos al círculo de la generación, o sea, a su propia psico-fisiología de mujer) en su intimidad, en su secreto jardín, o como se diría actualmente, en su armario más íntimo, sin saber diferenciar a veces si son normales o sólo el reflejo de su subjetivamente auto-percibida condición de “bicho raro”.

En consecuencia con este mecanismo de autodefensa de la mujer, a través del disimulo o la ocultación, mi propósito es proyectar luz sobre las cien sombras o temores que me han parecido más comunes, aunque también a veces ignorados, no sólo socialmente, sino con frecuencia por la propia mujer que los genera y soporta. Se trata por tanto, de una iniciativa con la que se pretende que la mujer pueda salir de su armario privado, en el que colecciona los temores que alimentan con frecuencia su creencia en su supuesta rareza como mujer y propiciar con ello su identificación como una simple mujer normal, que ya es decir. Es, en definitiva, un intento de servicio a la mujer, a partir de un esfuerzo de empatía e identificación, y siempre desde mi más profundo respeto y declarada admiración.

Este homenaje lo desarrollaré en dos fases. La primera fase consistirá en un *trabajo de campo*, mediante la administración, para su posterior valoración e interpretación del cuestionario ad hoc que ahora se presenta, en una población de mujeres no inferior a las 100, de procedencia diversa y selección aleatoria.

La segunda y última fase me permitirá culminar el homenaje a la mujer mediante la publicación de un libro de carácter narrativo, con el mismo título que el del presente trabajo, y que en parte se inspirará en los resultados del cuestionario, pero introduciendo como guía conductora varios personajes de ficción que harán suyos los resultados del trabajo de investigación a través de sus propios testimonios y narraciones biográficas.

## DATOS

Nombre y apellidos (voluntario).....  
Edad..... Estado civil..... Hijos.....

Poner una X en las casillas de las cuestiones sobre miedos en las que se vea reflejada.

### I. EN LA INFANCIA

- 1)  Miedo infantil o complejo a no gustar con su cuerpo o no gustarse, asociado a trastorno dismórfico corporal (distorsión perceptiva), a dismorfofobia o a un simple trastorno de la conducta alimentaria (anorexia nerviosa).
- 2)  Miedo a ser descubierta y castigada por sus peripecias sexuales secretas (toqueteos o jugueteos íntimos, tenencia de imágenes, contactos por Internet).
- 3)  Miedo a ser mujer, por las responsabilidades y complicaciones que conlleva.
- 4)  Miedo a ser fecundada por poderes o seres superiores, mágicos o fantasmagóricos.
- 5)  Miedo al simple contacto físico superficial, así como a los besos, por lo que en su percepción conllevan de preludeo y riesgo de embarazo.
- 6)  Miedo a las consecuencias morales y fisiológicas de la masturbación.

### II. EN LA ADOLESCENCIA Y JUVENTUD

- 7)  Miedo a la menarquia (primera menstruación), por miedo al dolor, al derramamiento masivo de sangre o a su detección y trascendencia social.
- 8)  Miedo a lo contrario, a la ausencia o demora de la menstruación, al infantilismo sexual.
- 9)  Miedo a la menstruación, sobre todo en casos de dismenorrea (reglas dolorosas).
- 10)  Miedo a los posibles efectos secundarios desconocidos de los juguetes o artilugios auxiliares en las prácticas masturbatorias.
- 11)  Miedo a las relaciones sexuales, cuando son percibidas como una agresión o violación o cuando se acompañan de daño por vaginitis o dispareunia.
- 12)  Miedo a la frigidez, a la anorgasmia, a no conocer o lograr el placer íntimo.
- 13)  Miedo a los hombres (androfobia), al trato con ellos, al daño, a la violencia.
- 14)  Miedo a no sentir amor hacia su pareja.
- 15)  Miedo a no sentirse preparada para la vida en pareja.
- 16)  Miedo a no ser querida por su pareja.
- 17)  Miedo a la esterilidad (no quedar embarazada) por causas propias o ajenas.
- 18)  Miedo al rechazo de la pareja por desagrado hacia algunas manifestaciones fisiológicas corporales propias (transpiración, olor, menstruación, meteorismo, flatulencia).
- 19)  Miedo a quedar embarazada sin desearlo, sobre todo en mujeres solteras.
- 20)  Miedo al avasallamiento masivo de los hombres en pos de su cuerpo.
- 21)  Miedo a las miradas o susurros lascivos de los hombres en torno a su cuerpo.
- 22)  Miedo a que los hombres puedan considerar su propensión a la espontaneidad o simpatía social como una invitación al amor.
- 23)  Miedo a sentirse “radiografiada”, desnudada u observada de arriba abajo por las miradas penetrantes de los hombres.
- 24)  Miedo a ser abordada sexualmente sin dar pie a ello.

- 25)  Miedo a la agresión sexual, al abuso, al acoso o a la violación.
- 26)  Miedo a las caricias de dudosa intención por parte de hombres allegados de la familia, entorno laboral o social.
- 27)  Miedo a las intenciones de ligue homosexual de algunas mujeres amigas o conocidas.
- 28)  Miedo a las actitudes o demostraciones de celos o envidias de amigas o compañeras allegadas.
- 29)  Miedo a ser rechazada por los hombres a raíz de la pérdida de la virginidad.
- 30)  Miedo a que determinados pensamientos o deseos lascivos constituyan un pecado por sí mismos.
- 31)  Miedo a la primera relación sexual, a la desfloración o fenómeno del desvirgamiento.
- 32)  Miedo a obsesionarse con el sexo, o con partes de él (orgasmo, sobre todo).
- 33)  Miedo a que se le hagan socialmente transparentes y ostensibles sus miedos íntimos u obsesiones con el sexo.
- 34)  Miedo a no saber manejarse o desenvolverse correcta y dignamente en su papel de mujer o a fracasar en su condición de mujer.
- 35)  Miedo a no tener suficiente asertividad para negarse a la solicitud sexual de algunos hombres por el mero hecho de que le gustan.
- 36)  Miedo a reconocer, aun en ambientes de confianza, sus apetencias sexuales más íntimas y secretas.
- 37)  Miedo a no recuperar su funcionalidad sexual normal tras algunos traumas sexuales sufridos en la edad infanto-juvenil.
- 38)  Miedo a la revelación de ciertos atropellos sexuales sufridos en la infancia, adolescencia o juventud por temor al descrédito público o por falta de credibilidad al destapar ciertas conductas de abuso por parte de los hombres.
- 39)  Miedo, en ciertos casos de abuso o agresión sexual, a pasar en la consideración de los demás, de víctima a consentidora o incluso provocadora.
- 40)  Miedo a ser tachada de pacata o de carroza en caso de rechazar ciertos requerimientos de sexo.
- 41)  Miedo a no ser comprendida ni aceptada en casa o entornos cercanos por su apariencia física o peculiaridades sexuales.
- 42)  Miedo a poder resultar una mujer fácil en circunstancias de consumo imprudente de alcohol o drogas de uso social por sus efectos de desinhibición.

### **III. EN LA EDAD ADULTA**

- 43)  Miedo a que los traumas sexuales de la infancia interfieran en la sexualidad adulta.
- 44)  Miedo al embarazo y a la deformación física que implica.
- 45)  Miedo al parto, por el dolor, riesgos o complicaciones que puede conllevar.
- 46)  Miedo al aborto, espontáneo o prescrito.
- 47)  Miedo a no sentirse motivada o preparada para la maternidad.
- 48)  Miedo a no saber asumir las responsabilidades propias de la maternidad, y a la depresión puerperal (postparto).
- 49)  Miedo a querer demasiado a su pareja y propiciar así su dependencia emocional de ella.
- 50)  Miedo a ser cosificada o utilizada por la pareja como un objeto de deseo y de placer sexual en exclusiva.

- 51)  Miedo a desnudarse ante su pareja en circunstancias de intimidad con luz que pueda evidenciar sus imperfecciones.
- 52)  Miedo al maltrato psicológico en su relación de pareja.
- 53)  Miedo a un exceso suyo de expresividad en la demanda sexual que propicie ser tipificada como viciosa o cosas peores.
- 54)  Miedo al engaño de la pareja (fingimiento) en cuanto a la expresividad del placer en la vida íntima.
- 55)  Miedo a tener que recurrir al fingimiento personal para complacer a la pareja y aparentar su propia complacencia.
- 56)  Miedo a no encontrar nunca la pareja idónea o ideal.
- 57)  Miedo a estar predestinada al sufrimiento y al fracaso en su vida amorosa.
- 58)  Miedo a equivocarse en el emparejamiento sexual por un exceso de necesidad o de confianza, que le haga tropezar muchas veces en la misma piedra.
- 59)  Miedo a no saber vivir sin tener a su lado un hombre que la complemente, le dé seguridad y protección.
- 60)  Miedo a no saber ser asertiva o decir No a los hombres.
- 61)  Miedo a que todos se aprovechen de su debilidad y vulnerabilidad.
- 62)  Miedo a verse siempre abocada al sometimiento del varón.
- 63)  Miedo a no saber cumplir con su compromiso amoroso.
- 64)  Miedo a quedarse sola (eternamente viuda) por su excesiva exigencia o selectividad con los hombres, tras alguna ruptura, decepción o desengaño.
- 65)  Miedo a rechazar algún pretendiente bueno por aspirar siempre a lo mejor, a su príncipe azul.
- 66)  Miedo a la infidelidad de la pareja.
- 67)  Miedo a no gustar a los hombres nada más que por el interés.
- 68)  Miedo al vacío afectivo, al abandono, a la soledad, por dependencia emocional.
- 69)  Miedo a atraer siempre a los peores hombres, a los más machistas, tóxicos o violentos.
- 70)  Miedo al contagio en las relaciones íntimas, de enfermedades venéreas o de otras enfermedades infecciosas (coronavirus).
- 71)  Miedo a eclipsar y despertar envidias malsanas o celos en amigas, compañeras o hermanas.
- 72)  Miedo a ser eclipsada ante los hombres por mujeres mejor dotadas físicamente, al menos en su percepción subjetiva.
- 73)  Miedo a ser malinterpretada y decepcionada en su relación de amistad sana y limpia con un hombre porque éste quiera derivarla hacia el terreno sexual.
- 74)  Miedo a las consecuencias de sus negativas al sexo requerido por su pareja en la propia relación afectiva (distanciamiento, desamor, rencor, violencia).
- 75)  Miedo a ser descubierta en sus fantasías o identidades sexuales deseadas dentro del acto sexual con su pareja.
- 76)  Miedo a equivocarse, dentro del acto sexual, el nombre de su pareja por el de alguna pareja anterior o anhelada.
- 77)  Miedo a dar curso a sus impulsos de búsqueda indiscriminada en caso de no sentirse complacida sexualmente por su pareja.
- 78)  Miedo a las enfermedades o accidentes incapacitantes para la vida sexual.
- 79)  Miedo a ser descubierta en sus miradas furtivas de admiración, agrado, gusto o deseo hacia algunos hombres atractivos o bien dotados.
- 80)  Miedo a no poder complacer la demanda sexual de su pareja, en su aspecto cuantitativo (abundancia, frecuencia) o cualitativo (oral, sadomasoquista, anal).

- 81)  Miedo a inculparse de la mala dinámica sexual de pareja, incluso en casos de violencia contra ella.
- 82)  Miedo a no ser correspondida en su entrega y exclusividad hacia su pareja.
- 83)  Miedo a ser un simple y pasajero capricho para los hombres o para su pareja en particular.
- 84)  Miedo a ser tocada o acariciada en ciertas partes de su cuerpo.
- 85)  Miedo a sentirse culpable de provocación involuntaria de ciertas conductas abusadoras o depredadoras de los hombres hacia las mujeres.
- 86)  Miedo a la difamación social o simple divulgación pública, sobre todo en redes sociales, de secretos íntimos o imágenes por parte de sus parejas desechadas.
- 87)  Miedo al acercamiento a su pareja de amigas cercanas con dudosas intenciones de apropiación o “robo”.
- 88)  Miedo a hacer daño a su pareja con su inseguridad o sus celos.
- 89)  Miedo a que su insuficiente respuesta a la demanda y necesidades de intimidad de su pareja pueda acabar enfriando o rompiendo la relación.

#### **IV. EN LA PERIMENOPAUSIA**

- 90)  Miedo a la menopausia, y a la disfunción sexual que conlleva la sequedad y atrofia de la mucosa genital.
- 91)  Miedo a ser descubierta por su pareja en sus coartadas o pretextos inventados (cansancio, dolor de cabeza, mareo) con el fin de evitar tener sexo cuando no apetece.
- 92)  Miedo a la deformación del cuerpo con la edad (celulitis, flacidez, estrías, arrugas, sobrepeso, verrugas o imperfecciones corporales).
- 93)  Miedo a que las manifestaciones ostensibles de carencia hormonal (sofocos, calores, rubores, sudores) delaten ante los demás el trance latente de su edad crítica.
- 94)  Miedo a ser humillada, insultada o castigada por la pareja en caso de su negativa, dificultad o incapacidad para complacerle.
- 95)  Miedo a las posibles repercusiones, en su vida sexual y de pareja, de sus excesos (manías de limpieza) o deficiencias (dejadez, procrastinación) en el orden doméstico.

#### **V. EN LA EDAD AVANZADA**

- 96)  Miedo al envejecimiento y a la pérdida consecuente del sex-appeal o atractivo físico.
- 97)  Miedo a la pérdida de la feminidad y a la virilización con la edad, a raíz de la menopausia.
- 98)  Miedo a ser tipificada, encasillada y marginada socialmente en el sector de las mujeres caducadas o carentes de interés sexual, a entrar en el “Club de la degradación” de su condición de mujer.
- 99)  Miedo a la pérdida de su identidad de mujer y, a resultar “invisible”, indiferente o a no contar para la sociedad.
- 100)  Miedo a transformarse a en un trasto viejo, un estorbo o una bruja para los demás, y a la desaparición consecuente de su horizonte sexual.

**Enviar, una vez cumplimentado, a [blasbombin@hotmail.com](mailto:blasbombin@hotmail.com)**