



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

UNAM IZTACALA

Trabajo derivado del seminario de titulación
en procesos en psicología clínica.

Violencia en la Pareja: Una propuesta de prevención desde la perspectiva de género.

Tesis

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADO(A) EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A

Diana Montserrat Cruz González

Director Lic. Omar Moreno Almazán

Dictaminadores: Lic. David Javier Enríquez Negrete



Los Reyes Iztacala, Edo. De México, 2012



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Dedicatoria.

Para las personas significativas de mi vida a quienes admiro y amo profundamente: aquellos que creen que los sueños se hacen realidad y no se conforman con saberlo...luchan para lograrlo.

“Cuando una palabra no te salga bien en español, dila en francés; no se te olvide separar las puntas de los pies al caminar, y sobre todo recuerda siempre quien eres...” (Alicia a través del espejo, Lewis Carroll).

Agradecimientos.

Gracias a la vida por darme la oportunidad de seguir soñando, sintiendo y amando.

Gracias a Dios por estar a mi lado en cada momento de mi vida en el que lo he necesitado, y por acompañarme en cada sitio que he pisado.

Gracias a esa ilimitada pasión que ha sido mi motor para continuar volando, creando y permitiéndome estar y sentirme viva.

Gracias de todo corazón a mi familia por su infinito apoyo en cada una de mis locuras... por no cuestionar nunca mis impulsos, por ser cómplices de mis arrebatos y por su inmenso e invaluable amor incondicional: Mamá eres un ángel, papá eres una fuente inagotable de inspiración, mami es usted una mujer incansable, hermana...eres mi mejor amiga del alma y de la vida.

Gracias a ese angelito que llego a mi vida y me ha enseñado otra forma de amar. Te amo Edder.

Gracias a mis amigos, mis confidentes, mis compañeros de alegrías... mis hermanos por elección por mostrarme el mundo de otra manera.

Gracias a los que ya se fueron, por ser mi inspiración, mi motor de amor y mi fuerza para seguir luchando en la vida.

Gracias a todos desde lo más profundo de mi corazón.

INDICE

VIOLENCIA EN LA PAREJA: UNA PROPUESTA DE PREVENCIÓN DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO.

INTRODUCCIÓN.	1
UNIDAD 1. ROLES DE GÉNERO Y CREENCIAS TRADICIONALISTAS	3
<i>1.1. Marco Jurídico.</i>	9
<i>1.2. La violencia ¿Conducta, patología o problema social?</i>	10
<i>1.3. Violencia de género.</i>	12
<i>1.4. Violencia familiar.</i>	16
<i>1.5. Tipos de violencia.</i>	17
<i>1.6. Ciclo de la violencia familiar.</i>	19
<i>1.7. Mantenimiento de la mujer en la relación violenta.</i>	22
<i>1.8. Negación de la situación violenta.</i>	26
<i>1. 9. Impacto negativo de la violencia sobre la mujer maltratada.</i>	30
<i>1. 10. Distorsiones cognitivas.</i>	32
<i>1. 11. Suicidio y homicidio a causa de la violencia en la pareja.</i>	34
UNIDAD 2. VIOLENCIA FAMILIAR Y SU RELACIÓN CON LOS ROLES DE GÉNERO	36
<i>2.1. Perfil de la mujer maltratada.</i>	46
<i>2.3. Violencia familiar y su relación con la dependencia económica.</i>	53

JUSTIFICACIÓN	58
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	60
CAPITULO 3. PROPUESTA DE INTERVENCION PARA LA PREVENCION DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER	61
UNIDAD 3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN CON PERSPECTIVA DE GÉNERO	61
<i>3.1. Fundamentos teóricos de la propuesta de intervención en la prevención de la violencia en la pareja</i>	61
<i>3.2. Metodología y propuesta de intervención en la prevención de la violencia en la pareja</i>	66
REFERENCIAS	75
ANEXOS	81

VIOLENCIA EN LA PAREJA: UNA PROPUESTA DE PREVENCIÓN DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO.

INTRODUCCIÓN.

La violencia en la pareja es un problema social y de salud que sigue perpetuándose a través del tiempo; algunos estudios han identificado factores de riesgo para que esta situación de maltrato se presente en la pareja. Entre los *factores de riesgo* significativos se encuentran los roles de género estereotipados, la conservación de las ideas tradicionalistas en función de la familia, del quehacer del hombre y la mujer o de la virginidad por nombrar algunos; así como factores inherentes a la persona como el status socioeconómico, la edad y el nivel de estudios. La violencia contra las mujeres es una situación que lastima ya que es el *reflejo* de la sociedad misma.

En palabras de Cantera (2010) los roles de género están fuertemente aprehendidos y se han construido de dos maneras definidas: el hombre quien se encarga del *ámbito publico* mientras que la mujer se enfoca al *ámbito privado*. En esta especificación de roles, viene implícito no solamente el espacio de desarrollo personal, sino también la expresión de las emociones y las aspiraciones que puede alcanzar cada miembro de acuerdo a su sexo.

El capítulo inicial, pretende contemplar estos aspectos que se han establecido socialmente a través del tiempo, y que han dado cabida a la división sexual del trabajo, a la subordinación del sexo femenino hacia el masculino, al patriarcado hegemónico y por lo tanto a la desigualdad de género, lo cual a su vez resulta en la violencia ejercida sobre la mujer y lo que es más grave, la *naturalización* de la misma como parte del destino irremediable del sexo femenino.

Una vez que se definen las *raíces* de la violencia, es preciso adentrarse en la definición de la misma, así como la especificación de los tipos de violencia, es decir, identificar la violencia en general y la que se ejerce en el seno familiar, para posteriormente conceptualizar el tipo de maltrato al que se somete a la mujer, logrando con esto diferenciar los tipos de violencia de acuerdo al tipo de *agresión* ejercida, la cual se presenta desde el tipo sutil, tal como son las descalificaciones o las humillaciones y que a veces resultan imperceptibles para la víctima; hasta llegar a los golpes, e incluso la *muerte* de alguno de los miembros de la pareja a manos del otro.

El capítulo dos pretende analizar a conciencia los factores de riesgo en la violencia de pareja, para los cuales se han tomado dos de los más significativos referentes: los *roles de género* y la *dependencia económica*. En cuanto a los roles de género, la mujer sobre todo ha sido esclavizada por sus propias creencias tradicionalistas, mismas que se le han entrañado desde pequeña por medio de la educación recibida fuera y dentro del ámbito familiar. Estas ideas son básicamente sobre el quehacer femenino, lo que significa el ser mujer, su aspiración más alta como esposa y madre, la fantasía comprada del amor eterno y poderoso, el ideal de la familia como el núcleo central de la sociedad y la prevalencia de la jerarquía patriarcal reinante, así como quizá el estigma más doloroso de ser desvalorizada en la sociedad por el solo hecho de ser mujer.

Respaldado en la verosimilitud de relación de dichos factores de riesgo con la violencia, se pretende proponer una estrategia de intervención en la prevención de la violencia en la pareja, para cual objetivo se considera de manera central, el trabajo personal que permita el bienestar integral del individuo, es decir, dotarlo de herramientas que le permitan enfrentar el día a día de una manera eficaz y funcional, pero también informarlo, ayudarlo a crear relaciones constructivas, establecer límites, valorarse a sí mismo y valorar a los demás, así como promover el respeto como parte de una *vida sin violencia*.

CAPITULO 1. ROLES DE GÉNERO, VIOLENCIA Y MARCO LEGISLATIVO.

UNIDAD 1. ROLES DE GÉNERO Y CREENCIAS TRADICIONALISTAS.

Es relevante comenzar por definir dos de los términos que se utilizan de manera frecuente dentro del inmenso campo de los estudios de género; esto, con la intención de delimitar los conceptos que se utilizarán en el presente trabajo y con el claro objetivo de no dar cabida a malinterpretación alguna. Es preciso diferenciar los términos *sexo* y *género*. Por lo tanto se puede decir que el *sexo* se refiere a las características biológicas y físicas que traemos al nacer y que nos definen como un hombre o una mujer. Mientras que el *género*, se refiere a las características asignadas culturalmente y que establecen conductas que son vistas como adecuadas para cada sexo -lo que es femenino y lo que se considera masculino- claro esta, sin indagar si es correcto o eficaz para el individuo ya que la sociedad se ha movido de esa forma durante años; también se explica dentro de estas definiciones conductuales, la relación entre ambos sexos; especialmente tomando en cuenta la importancia de resaltar que existe una clara subordinación de un género sobre otro, es entonces aquí donde se enfatiza el *patriarcado* (PRADPI, 2010).

Según este estilo de convivencia socialmente aceptado, el varón y la mujer cumplen con sus conductas asignadas; el hombre entonces se realiza *masculinamente* como *productor* y *proveedor* del hogar logrando así cumplir con su rol de género y desempeñándose principalmente en el ámbito *público*. En tanto que la mujer se realiza “como mujer” en el ámbito *privado* desempeñándose en las labores del hogar y siendo femenina en cuestiones no únicamente de desarrollo ocupacional sino también en comportamiento y *moralidad*, es decir, la mujer debe ser *femenina* en el pensar y en el actuar y el hombre debe ser *masculino* igualmente pero de diversas formas. Con esto van acompañados prejuicios, obligaciones, libertades y limitaciones que ponen en un nivel de *desigualdad* a los géneros (Cantera, 2010).

Con respecto a esto, y retomando lo que menciona Cantera (2010) lo importante del concepto de género es que al emplearlo se designan las relaciones sociales entre los sexos, ya que la información sobre las mujeres es necesariamente información sobre los hombres. En este termino, se enfatiza sobre la importancia de establecer la noción de que los estudios de género, así como todas las cuestiones que traten sobre el mismo, no están limitados a la información de las mujeres, sino a los estudios que tienen que ver con hombres y mujeres como complementos para el buen funcionamiento de la sociedad. No puede entenderse la relación de los mismos si nos se les incluye a ambos.

Quizá la manera más adecuada de evitar la confusión que estos conceptos acarrear es, hablar de los hombres y las mujeres como sexos, y manejar el concepto de género como un conjunto de ideas, prescripciones, conductas y valores sociales entre lo masculino y lo femenino, tanto en su interacción como en su proyección individual (DIF, 2010).

Una vez definidos los conceptos *sexo* y *genero*, es necesario para el involucramiento en el tema principal, conceptualizar la *violencia domestica*; Wolfe (citado en Rey, 2008) la define como “cualquier intento por controlar o dominar a una persona física, sexual o psicológicamente, generando algún tipo de daño sobre ella” (p.227), mientras que Sugarman y Hotaling (citados en Rey, 2008) la entienden como “la utilización o la amenaza de realización de actos de fuerza física y otras restricciones dirigidas a causar dolor o algún tipo de lesión sobre otra persona” (p.227).

Diríamos entonces que la finalidad de la violencia, sin tomar en cuenta sobremanera el medio del que se valga, tiene como objetivo básico causar daño, control y dominación.

No obstante, considerando los medios por los que se vale la violencia, esta incluye actos de *agresión física*, que de manera concreta podrían ser cachetadas, puñetazos, patadas, empujones, jalones, sofocaciones y ataques con armas, así como *agresiones verbales y emocionales*, que involucran intimidaciones, denigraciones, humillaciones, amenazas, descalificaciones, llamar a la otra persona con nombres peyorativos, criticarla, insultarla, devaluarla, acusarla falsamente, culparla, ignorarla, minimizarla y ridiculizarla, y también *actos que atentan contra sus derechos sexuales y reproductivos* como obligarla a tener relaciones sexuales no deseadas, el uso de sexo como forma de presión y manipulación, exponerla a relaciones sexuales con otras personas o sin protección, así como criticar por el desempeño y apariencia sexual -esta última podrá tipificarse como violencia de tipo psicológico y verbal también-. La violencia, puede tener todos estos matices y algunos aún menos visibles, sin embargo el fin de la agresión es siempre el mismo: dañar a la otra persona de cualquier manera posible (Rey, 2008).

Uno de los factores más relevantes dentro del presente estudio tiene que ver con analizar el impacto que los *roles de género* tienen sobre la génesis de la *violencia*, sin importar sus expresiones, violencia tal cual. Y ciertamente algunos estudios realizados mencionan que la violencia masculina se ve favorecida por actitudes, pero sobre todo por *creencias tradicionales de género*, y que esta misma violencia se continua por un cierto *habitus* que se entaña en las mujeres, logrando así un círculo vicioso en el cual los varones son infieles, y emocionalmente desapegados por las expectativas de género que se les han inculcado, mientras que las mujeres terminan utilizando actos de violencia como alternativa en la búsqueda de una mayor equidad dentro de la pareja. Pero al mismo tiempo, el nivel socioeconómico interviene en la violencia, pues se menciona dentro de estos estudios que los adolescentes y los jóvenes que bajos recursos que viven la violencia principalmente ejercida sobre la mujer radica en la reafirmación de los roles tradicionales de género (Rey, 2008).

Placencia (2010) propone algunas de las *falsas creencias* que expresan y fomentan la violencia de género y que son incluidas como parte de una educación transmitida de generación en generación, que se basa en el estereotipo de los roles de género:

- Un verdadero hombre no llora ni expresa sus sentimientos.
- Si una mujer no sangro en su primera relación sexual, entonces no era virgen.
- Por naturaleza, los hombres tienen más deseo sexual que las mujeres.
- Un niño no puede jugar con muñecas.
- Las labores de la casa y la educación de los hijos son tarea de la mujer.
- La mujer que lleva condones en su bolsa es una buscona.
- Los verdaderos hombres no hacen labores domesticas.

Evidentemente estas creencias adheridas a los géneros *masculino* y *femenino* contribuyen a limitar los derechos humanos, además de influir en la aparición de la agresión, no obstante, las secuelas de la violencia en la pareja suelen ser siempre más devastadoras en el caso de la mujer, fundamentalmente por la diferencia que existe entre ambos sexos en cuanto a la complexión y fuerza física. Por ello, es difícil observar en los varones síntomas que muestren los efectos de lo que Walker (citado en Blázquez, Moreno & García, 2009) denominó como “*Síndrome de la mujer maltratada*” que describe conductas como la inhibición, el aislamiento y el fatalismo de la víctima. Síntomas que pueden ser muy graves, pues estos acarrear otros síndromes como la *indefensión aprehendida* en la cual, la mujer ya no se defiende ni intenta alejarse del entorno agresivo dado que ya no encuentra salida ni indicios de mejora en la relación; considera inútil toda acción suya para arreglar su vida y opta en muchas ocasiones por asesinar al victimario o suicidarse.

Además de estos problemas, ya per se críticos no debemos olvidar el estrés crónico sufrido por la víctima, que a su vez genera la aparición de enfermedades en la mujer maltratada.

De acuerdo con Golding (citado en Paz, Matud & Buela, 2009) “los trastornos psicológicos más frecuentes presentes en las víctimas son la *depresión* y el trastorno por *estrés postraumático*” (p.3).

También se han encontrado datos que evidencian que las mujeres maltratadas por sus parejas sufren sentimientos de culpa, inutilidad y aislamiento social, dando resultado a *conductas de riesgo* como el abuso de drogas, alcohol, relaciones sexuales riesgosas e intentos de suicidio que en muchas ocasiones desgraciadamente son concretados.

Y no solamente nos podemos limitar a considerar estos ya mencionados como problemas causados por la violencia de pareja, sino que los síntomas físicos también se asocian a un amplio rango de problemas *psíquicos* tales como trastornos de ansiedad, psicósomáticos, del estado de ánimo, y otros que configuran padecimientos con cuadros crónicos.

Por otro lado, algunos de los hombres que violentan a sus parejas podrían estar ejerciendo esta conducta agresiva debido a un condicionamiento de la personalidad en el cual ha existido un problema de desarrollo que se ha derivado en trastorno de la personalidad.

Según Echeburúa (citado en Blázquez et al., 2009) sólo un 20% de la población que infringe maltrato a sus parejas presenta trastornos mentales como la esquizofrenia paranoide o trastornos delirantes y adicciones a drogas o alcohol.

No obstante, aunque el 80% restante pueda ser considerado “normal” debido a la ausencia de un trastorno grave, lo cierto es que sí se registran alteraciones en el ámbito cognitivo y de personalidad que se manifiestan en actitudes de machismo exacerbado, esto muchas veces expresado de manera contundente en la educación recibida proveniente de una familia *patriarcal*, donde el sometimiento y la subordinación de la mujer se ha considerado como un rasgo normal y hasta cierto punto esperado por parte de las mujeres (Blázquez et al., 2009).

También se considera que el haber sufrido experiencias infantiles de abuso supone un factor de riesgo para que las mujeres que sufran abuso físico en edad adulta se culpabilicen por el mismo. Por ejemplo, un niño que sufre agresiones por parte de un miembro de su familia a quien ama, y que casi siempre es mayor que el -por lo tanto alguien a quien se encuentra subordinado- puede creer que ha sido violentado por su culpa, es decir puede autoculparse por la agresión, justificarla o negarla y esta manera aprendida de encarar la vida puede acompañarle por mucho tiempo y causar que considere que es normal que se encuentre en una posición inferior a los demás, y que por lo tanto puede ser dañado incluso sin razón aparente, sintiendo que ha sido su culpa, y que la agresión puede estar así justificada (Polo, López, Escudero, Rodríguez & Fernandez,2006).

En cuanto al marco legislativo, en 1993 la Asamblea General de las Naciones Unidas definió la violencia contra las mujeres como: “todo acto de violencia basada en la pertenencia al sexo femenino, que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública, como en la vida privada” (Castro, 2011).

La ONU, ha definido así la violencia hacia las mujeres en su perspectiva general, tomando en cuenta las trasgresiones que el maltrato causa y el impacto que tiene sobre la salud, pero a su vez ampliando su concepto a rangos de afectación en los cuales, se priva, se limita, se sobaja y se lastima a la figura femenina sin excepción por el simple hecho de haber nacido mujer.

1.1. Marco Jurídico.

En torno a la cuestión legal de la violencia y los derechos humanos, pero muy específicamente los de las mujeres la Convención para erradicar, prevenir y sancionar la violencia contra la mujer -Convención de Belem do Pará- fue aprobada por la Asamblea General de la Organización de Estados Americanos (OEA) en junio de 1994; su importancia radica en ser el primer instrumento legal internacional que reconoce: el derecho de las mujeres a vivir una vida libre de violencia y la violencia ejercida sobre el sexo femenino como una evidente violación de los derechos humanos.

En su artículo 1º, la Convención define a la violencia contra la mujer como “cualquier acción o conducta, basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado”.

Se estaría reconociendo entonces la ejecución de la violencia en amplio y bajo espectro, o dicho de otra manera, se considera así a la violencia hacia las mujeres tanto en la casa –a pequeña escala- como a la violencia fuera de casa -gran escala-.

La Convención de Belem do Pará reconoce el ejercicio y protección de los derechos de las mujeres, así como:

- El derecho a que se respete su vida, su integridad física, psíquica y moral, su dignidad y la protección de su familia.
- El derecho a la igualdad ante la ley y a una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado.
- El derecho a un recurso sencillo y rápido ante los tribunales que la ampare contra actos que violen sus derechos.
- El derecho a la salud, incluyendo sus derechos sexuales y reproductivos.
- El derecho a tener igualdad de acceso a las funciones públicas y a participar en los asuntos públicos, incluyendo la toma de decisiones.
- El derecho a la libertad de profesar la religión y las creencias propias dentro de la ley.
- El derecho a la libertad de asociación (PRADPI, 2010).

1.2. La violencia ¿Conducta, patología o problema social?

Es difícil ofrecer una definición única de *violencia* ya que se trata en primer lugar de un término coloquial que expresa diversas situaciones.

Parece, ante todo, que se trata de un fenómeno complejo que puede abordarse desde muy diversas ópticas. El debate sobre el origen *cultural* o innato de la violencia sigue presente en nuestra sociedad y refleja la multiplicidad de causas que la literatura científica ha relacionado con la aparición de las conductas violentas tales como factores biológicos, psicológicos o sociales. Aunque por otra parte, existe un importante grado de acuerdo en ciertas condiciones que debe reunir una conducta para ser definida como violenta: esto es, necesidad de un contexto social interpersonal o intergrupalo, intencionalidad y daño como consecuencia del acto agresivo. Por su parte, González (citado en Varea, 2006) define violencia como “acción de carácter intenso realizada con la intención de herir o dañar a alguien o a algo, pero con algunos matices diferenciadores como son su intensidad y su carga peyorativa, que no siempre están presentes en las conductas agresivas” (p.3). Esta definición abre el paso a una variante positiva de la agresividad, en el sentido de la aplicación de conductas con una carga *adaptativa* o de supervivencia.

En esta misma línea, introduciendo una interesante diferenciación entre agresividad y violencia, J.Sanmartín (citado en Varea, 2006) opina que “considerar que la agresividad es innata en el ser humano no conlleva reconocer que, para el ser humano, es inevitable comportarse agresivamente” (p.3) es decir, el ser humano es agresivo por naturaleza, pero pacífico o violento según la cultura en la que se desarrolle o la situación contextual en la que se encuentre.

Sin embargo, la explicación más cómoda para nuestra cultura a la agresión que observamos y padecemos es que los humanos somos seres violentos por naturaleza. Según este punto de vista no podríamos *prevenir* la violencia, ni pedir responsabilidades ni hacer gran cosa para reducir la violencia y ni siquiera los violentos se verían impulsados a cambiar pues serían así de forma innata e inevitable.

Con respecto a la causa biológica, se puede definir también como *violencia* según Sanmartín (citado en Varea, 2006) “cualquier acción o inacción que tiene la finalidad de causar un daño físico o no a otro ser humano, sin que haya beneficio para la eficacia biológica propia” (p.4).

La violencia sería, entonces gratuita desde el punto de vista biológico, resultado de la interacción entre la agresividad natural y la cultura.

Por otro lado, esta a discusión la posibilidad de un factor de tipo *psicopatológico* como desencadenante de la violencia ejercida sobre la mujer, a esto Madina (2005) menciona que la violencia, es una conducta que se ejerce sin necesidad de que el individuo agresivo se encuentre atravesando por ningún tipo de patología de carácter psicológico, es decir, algunos de los hombres agresivos si pueden tener algún tipo de *trastorno*, pero no así es esta condición una característica imprescindible de los que violentan. Principalmente cuando se trata de hombres que maltratan a sus parejas sentimentales.

Se podría decir, que la violencia muy específicamente ejercida sobre la mujer, se debe a una cantidad de factores que más que biológicos, son *culturales*, ya que se enseña a los hombres a ser fuertes y agresivos mientras que a las mujeres se les ha educado para ser sumisas y vulnerables. Situación que pone en riesgo a las mujeres. Naranjo, menciona en sus trabajos sobre la psicología educativa, que a los jóvenes se les han venido enseñando los mismos conceptos viejos, ineficaces y muchas veces dañinos de tiempo atrás, a lo que Naranjo (2005) menciona en sus propias palabras “se ha venido enseñando la misma basura” y aunque este término podría ser fuerte y prejuicioso, lo que es bien cierto, es que no podría tacharse de basura algo que produzca valores y factores de crecimiento personal en los individuos, sino al contrario, se ha demostrado que la educación que se ha inculcado a través del tiempo solo a entorpecido el ejercicio de los derechos de la mujer, la ha limitado y la ha puesto en un nivel inferior a la de los hombres, naturalizando la violencia que se les ejerce desde su expresión más sutil hasta la más grave.

1.3. Violencia de género.

Los expertos de la Organización de Naciones Unidas definen el concepto de *violencia de género* al considerar que “toda persona puede ser víctima de actos de violencia, pero el sexo se convierte en uno de los factores que aumenta de modo significativo su vulnerabilidad” (p.3), es decir, la mayoría de las lesiones de los derechos de las mujeres y de las situaciones de discriminación y abuso de las que son objeto se deben en forma específica a su condición de mujer (PRADPI, 2010).

Por lo tanto, en palabras de Rius (2008) *la violencia de género* es entendida como “cualquier acto, omisión, amenaza o control que se ejerza contra las mujeres en cualquier esfera, que pueda resultar en daño físico, emocional, sexual, intelectual o patrimonial con el propósito de intimidarlas, castigarlas, humillarlas, mantenerlas subordinadas, negarles su dignidad humana, el derecho a decidir sobre su sexualidad y su integridad física, mental o moral, menoscabar su seguridad como persona, respeto por sí misma o disminuir sus capacidades físicas o mentales” (p.133).

Por lo tanto, las principales manifestaciones de violencia contra la mujer son: las lesiones personales, el abuso y acoso sexual, la prostitución, la violación, el secuestro, la trata de personas, la tortura, la muerte violenta y las diversas formas de discriminación -exclusión o limitación contra la mujer por razón del género- que afectan y menoscaban el reconocimiento y el ejercicio legítimo de sus derechos (PRADPI, 2010)

De acuerdo con Rius (2008) La violencia contra las mujeres tiene sus raíces en:

- Las relaciones sociales de dominación masculina y subordinación femenina.
- La construcción de identidades de género desiguales.
- La división sexual del trabajo.
- La persistencia de relaciones patriarcales en la esfera de la familia.

La distribución de los roles en el hogar, así como la dinámica en la vida privada, siguen siendo *sexistas*. Esto ha contribuido eficazmente a que sea la pareja y la familia el medio más efectivo para ejercer la violencia, el autoritarismo, la explotación, la marginación, degradación e incluso la posesión de los derechos individuales de las mujeres sobajándolas a algo menos que objetos cuando se les compra y vende, o se les obliga a casarse obteniendo con esto una dote que puede ser la paga con granos y vegetales e incluso con animales de ganadería en sus valuaciones más altas (Rius, 2008).

El valor práctico que adquieren en la sociedad estos conceptos se materializan en expectativas estereotipadas de género que conducen a la mujer a asumir atributos y hasta capacidades, que la sitúan en un grado de dependencia afectiva frente al varón, característico de las víctimas que sufren maltrato por parte de sus parejas. O lo que es lo mismo, una dependencia afectiva que convierte a la mujer en una víctima potencial de maltrato. Digamos que, se asigna género a la emoción y se identifica una u otra según el género de quien las sienta. A su vez, se fomenta, como señala López (citado en Blázquez et al., 2009) la agresividad, la actividad, la trasgresión y la fuerza en los varones, mientras que en las niñas se inculcan valores como la obediencia, la pasividad, la ternura y el acatamiento, reforzando el rol de agresor y víctima, respectivamente (Blázquez et al., 2009). *La figura número 1, resume lo anteriormente dicho.*

La violencia contra las mujeres es una expresión del *poder* y *dominio* de los hombres sobre las mujeres, fruto de la estructura social patriarcal que asigna roles de desigual valor, y que se traducen en determinados estereotipos de masculinidad y feminidad. Por otro lado, tener en cuenta la perspectiva de género nos ayuda a poner el acento en devolver a la mujer el *empoderamiento*, la toma del control de su vida, que se constituye como uno de los objetivos primordiales de las intervenciones en violencia de género.

En la actualidad un gran número de mujeres están padeciendo diversos tipos de violencia “sin saberlo”, considerando “normales” las conductas a las que están siendo sometidas. Se trata de mujeres que viven en condiciones de desprecio, de humillación, de abuso, controladas, agredidas física o sexualmente, que viven estas situaciones con la normalidad que produce la *habituación*; es aquí que cobra importancia el quehacer psicológico de concientizar sobre este fenómeno de la violencia, y lograr la desnaturalización de la misma. Aunque a esto viene otra contradicción digna de mencionarse: el que se sufra violencia no tiene que ver siempre en que no se este consciente de que se sufre, es decir, algunas mujeres sufren agresiones sabiendo a lo que están siendo expuestas, no obstante continúan sumergidas en las relaciones disfuncionales muchas veces atrapadas por los clichés sociales que ven mal a las mujeres divorciadas o valientes que se atreven a no callar lo que sufren, así como a la compra-venta de la idea del amor romántico que esta siendo reforzado día con día a través de publicidad, programas televisivos, revistas, libros e incluso en los cuentos infantiles, situación aún más grave ya que nos permite darnos cuenta que desde pequeñas se genera la desigualdad de género por medio de recursos aparentemente sanos e indispensables para el crecimiento humano; y dentro de este bombardeo de falsas ideas y la ansiedad que pueden causar, esta además la *distorsión* de la figura femenina, a la cual se le ha sobajado a un mero objeto sexual no pensante y que vale únicamente por como luce físicamente, a esto se sumaría un factor que indirectamente crea en las mujeres una distorsión cognitiva que les obliga a continuar en una relación idealizada aunque involucre dolor e incongruencias de lo que ellas consideraban era amor, es decir, la mujer al verse diferente a las que se muestran en los medios de comunicación, pierden un cierto valor, a su vez que estas al lograr tener una pareja relativamente estable temen perderla, ya que el bombardeo constante de estereotipos de mujeres más bellas, atractivas, deseables y muchas veces irreales, las pone en un nivel desfavorecido que les implica aguantar toda clase de atropellos por parte de sus parejas con tal de que este no las abandone o mejor expresado en una frase común: “allá afuera hay otras más bonitas que tu, tuviste suerte de que se fijara en ti, así que aguántate si no quieres que te deje” (Romero, 2010).

Por otro lado, Burin y Meler (citados en Molina, Moreno & Vásquez, 2010) consideran que la violencia ejercida en el núcleo familiar, no solo se genera por estos roles de poder y subordinación que están dados por la *cultura patriarcal*, sino que se transmiten por instituciones tales como la educación puestas en juego en la familia a través de los roles que desempeñan los miembros. Para constatar este hecho, los sociólogos de la educación en repetidas ocasiones han trabajado en el análisis concienzudo de los libros de texto de educación básica, en los cuales no se necesita leer para encontrar dentro del contenido, ilustraciones donde claramente aparecen dibujos de la familia como la mayor institución social, delimitados por sus roles de género dentro del ámbito *publico* y el *privado*. Por pobres que sean, se logra ver siempre a la madre al cuidado de los hijos, cocinando, limpiando o poniendo la mesa, mientras que a la hija mayor le corresponde el cuidado de sus hermanos más pequeños; de igual manera se puede ver casi siempre al padre trabajando en el arado, o cosechando y si hay un hijo varón, este siempre va a lado de su progenitor, entrenándose para seguir sus pasos. Los roles, definidos de manera burda en las tareas que cada miembro de la familia desempeña se han establecido de manera concreta desde hace mucho tiempo y se seguirán perpetuando de esa manera, pese a que en la actualidad esa dinámica resulta ya poco eficiente.

Otro hecho digno de ser nombrado tiene que ver con la famosa frase, que enfatiza haber nacido en una posición desfavorecida al decir: “es una desgracia, nacer pobre, indígena y mujer”. Y realmente esta frase coloquial cobra sentido cuando se evidencia la vulnerabilidad de ser violentada por el mero hecho de ser mujer; o el hecho de ser indígena, ya que esto representa un arraigo recalcitrante a las ideas tradicionalistas de la *cultura patriarcal*, y finalmente vivir en condiciones de pobreza que sirven para reafirmar la dependencia de la mujer hacia el hombre.

1.4. Violencia familiar.

La *violencia familiar* puede definirse como toda acción u omisión cometida por uno de los miembros de la familia contra otro de sus integrantes, que ocasiona daño físico, sexual, psicológico o patrimonial. Por su magnitud, la violencia del varón contra la mujer siendo este su novio, cónyuge o pareja o ex-marido es la de mayor relevancia (PRADPI, 2010).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), casi la mitad de las mujeres que mueren por homicidio son asesinadas por sus maridos o parejas actuales o anteriores, porcentaje que se eleva hasta el 70% en algunos países.

En el particular caso de México, estudios previos demuestran que se asocia a relaciones de género y maritales basadas en la dependencia de las mujeres tanto en términos económicos como de autoestima respecto de sus parejas, y sostenidas por ciertas ideologías románticas, estructuras familiares y arreglos residenciales, esto como resultado de lo que se menciona previamente sobre la educación tradicionalista y los clichés entorno a la pareja.

En cualquiera de sus expresiones, la violencia contra las mujeres afecta prácticamente todas las dimensiones de la vida: capacidad de trabajo, actividades diarias, expectativas de vida, metas, autoestima y, sobre todo, salud. Diversos estudios asocian el abuso físico y sexual a problemas como el desgarramiento de la vagina y el ano, las infecciones en los riñones, la disfunción sexual, los dolores abdominales, las infecciones urinarias y las infecciones de transmisión sexual y los problemas relacionados con la ausencia de protección anticonceptiva durante la relación sexual. También se asocian al abuso algunos trastornos de salud mental: depresión, baja autoestima, ideas suicidas, sentimientos de vergüenza, miedo y culpa en relación con el sexo. La violencia influye además en la salud reproductiva de las mujeres: problemas ginecológicos, disfunciones sexuales, práctica de sexo inseguro y no deseado, infecciones de transmisión sexual, virus de inmunodeficiencia humana (VIH), complicaciones prenatales y posnatales, embarazos no deseados y abortos inseguros entre otros efectos (Castro, 2011).

1.5. Tipos de violencia.

La violencia familiar puede adoptar distintas formas o conductas con el objetivo de someter a la persona sobre la que se ejerce, como se menciono anteriormente, la agresividad puede manifestarse de maneras imprevisibles debido a su relativa sutilidad, es por esto que se vuelve importante considerar la definición de cada una de sus expresiones.

- *Violencia física:* es una forma de agresión en la que se emplea la fuerza física, en algunos casos hasta llegar a la muerte, para conseguir que una persona haga algo en contra de su voluntad. Se manifiesta de muchas formas, desde las lesiones visibles, como heridas, hematomas y fracturas, hasta las lesiones no visibles, como empujones, zarandeos, bofetadas. Para producir esas lesiones se emplean distintos elementos: palos, cinturones, objetos de uso doméstico, armas blancas y armas de fuego (PRADPI, 2010).

- *Violencia psicológica o emocional:* es la continua degradación y subestimación por parte de una persona hacia otra. Este tipo de violencia es difícil de percibir por parte de otros y provoca en la persona que la sufre, la pérdida de respeto por sí misma y el menoscabo de su propia estima. Son tipos de violencia emocional aquellas acciones que, por ejemplo, prohíben a la mujer trabajar fuera de su casa, estudiar, maquillarse y arreglarse, vincularse con otras personas, relacionarse con familiares y amigos. Se ejerce mediante amenazas, acusaciones, desprecios, humillaciones, silencio, indiferencia, insultos relacionados con el aspecto físico, la inteligencia, la capacidad laboral, el menoscabo en su calidad como madre, esposa o ama de casa.

- *Violencia sexual:* es una forma de agresión que se expresa en diferentes grados, desde las burlas y comentarios ofensivos u obscenos hasta comportamientos sexuales forzados mediante amenazas, intimidaciones o presiones físicas o psíquicas, que obligan a la mujer a tener sexo cuando ella no lo desea, delante de sus hijos, sin los cuidados necesarios para evitar embarazos no deseados o enfermedades de transmisión sexual, como el HIV-Sida; así como a realizar prácticas sexuales con las que ella no está de acuerdo. La forma más grave de la violencia sexual es la violación.

-Violencia económica o patrimonial: es la conducta tendiente a controlar exageradamente los gastos de la casa y las actividades de la mujer, limitando su capacidad de trabajar, de recibir un salario, de gozar del patrimonio que le corresponde y de administrar sus bienes, restringiendo así su autonomía e iniciativa personal y situándola en una posición de desigualdad económica. También se ejerce cuando se niega a dar prestación alimentaria a los hijos. Es una forma de sometimiento por medio de la dependencia económica.

Es clave conocer los tipos de violencia que pueden ser aplicados a las mujeres, ya que conocerlos permite identificar una situación de maltrato aparentemente imprevisible, esto por mencionar a la violencia psicológica como un tipo de agresión común en las relaciones de pareja y dentro del entorno familiar, muchas veces considerada como un tipo de conducta normal y adherida a un falso sentimiento de confianza, en el cual los límites del respeto podrían verse delimitados por una línea muy fina. Así también podrían considerarse las acusaciones, y los celos –como una forma de dominio- de manera errónea como una muestra de cariño; y finalmente los apodosos o las descalificaciones podrían parecer hasta cierto punto comentarios jocosos sobre la imagen personal, que poco a poco se van entrañando dañinamente en la persona que cuando se da cuenta del maltrato al que ha sido expuesta, ya suele ser bastante tarde.

Algunos tipos de violencia física, podrían estar meticulosamente diseñados para no dejar evidencias que pudieran acarrear consecuencias legales en contra del maltratador. Por nombrar un ejemplo de esto: la ejecución torcida de técnicas de defensa personal aprendidas durante la preparación militar aplicadas a mujeres y parejas sentimentales del agresor. Muy específicamente los golpes contenidos por almohadas que aunque causan daños internos y dolor en la víctima, no dejan marcas ni moretones que den fe de su presencia.

1.6. Ciclo de la violencia familiar.

Cuando la violencia contra la mujer es ejercida por su pareja, presenta distintas fases que tienden a ser cíclicas y que pueden presentarse en forma regular o transcurrir en períodos diferentes separados entre sí. Estas fases, que incluyen agresiones seguidas de arrepentimiento por parte del agresor, enganchan inevitablemente a las mujeres en una red de violencia que les puede causar bloqueos e *indefensión*; cabe destacar que estas fases pueden durar días, meses o incluso años entre una y otra, pero siempre siguen el flujo cíclico creando un círculo vicioso.

Los ciclos de agresión se desarrollan en las siguientes fases:

- *Se acumula tensión*: el compañero, esposo o novio se enoja por cualquier cosa, grita, amenaza y se va creando un clima de miedo y hostilidad. En muchas mujeres se producen sentimientos ambivalentes y de desconcierto que las llevan a buscar justificaciones y disculpas a su pareja, culpándose y responsabilizándose a sí mismas por la violencia generada. Entre las frases más socorridas de las mujeres agredidas están: “esta muy presionado en el trabajo”, “yo lo hago enojar”, “es mi culpa”.

- *Explota la tensión*: él tira o rompe cosas, golpea a la mujer, abusa de ella física o sexualmente, se va o echa a la mujer de la casa. En muchos casos los varones agresores manifiestan haber “perdido el control”, tratando de disculpar sus conductas. Esta fase aguda provoca el terror en la mujer agredida, anula su palabra, lo que hace que el agresor reafirme su poder.

- *El arrepentimiento*: el compañero, esposo o novio promete que no volverá a ocurrir, en ocasiones incluso llora, se justifica, se disculpa, se expresa cariñosamente y busca la reconciliación, tratando de convencer a la mujer de que la violencia pasada fue un accidente excepcional. En cuanto a las mujeres víctimas de las agresiones, en esta etapa suelen idealizar la relación con su pareja, creer en las promesas que realiza y mantener la esperanza de que ocurra el cambio. Es un período en el cual la tensión desaparece; es la *fase de calma o de luna de miel*.

- *Vuelve a acumularse tensión*: con el tiempo, ella deja pasar por alto la aparición de tensiones para evitar enfrentamientos y gradualmente se vuelve a lo ya vivido, se reitera la violencia. La fase de calma puede durar días, semanas, meses, años, pero con el tiempo, el ciclo de la violencia es cada vez más corto y la violencia más intensa. No está por demás mencionar que de acuerdo con Labrador, Fernández & Rincón (2010) la violencia podría tener una duración promedio de 7 años en comparación con otros trabajos de investigación como los de Amor (citado en Labrador et al., 2010) que han dimensionado este tiempo en un promedio de 10 años totales. La violencia doméstica es un patrón de conducta con tendencia a la reiteración y suele producirse de manera crónica, cíclica y con intensidad creciente, pudiendo variar su gravedad desde el insulto hasta el *asesinato* (PRADPI, 2010). Ahora, de acuerdo al ciclo de la violencia, visto desde la perspectiva del apoyo psicológico existen en cada una de estas etapas, “*momentos*” en los que la mujer maltratada puede ser ayudada a salir del círculo vicioso:

Tal y como se describió, el ciclo consta de las siguientes fases (Ruiz & Blanco, 2004):

-*Fase de formación de la tensión*. Se caracteriza por una escalada gradual de la tensión que se manifiesta en actos que aumentan la fricción y los conflictos en la pareja. La mujer intenta calmar la situación en la *creencia irreal* de que ella tiene algún control sobre la agresión. Si se le brinda ayuda, *ella considera que todavía puede aguantar un poco más*. Los sentimientos son angustia y miedo.

-*Fase de agresión*. Estalla la violencia, del tipo que sea. La mujer denuncia la situación o habla de ella. *Es el momento en que puede pedir ayuda y aceptarla*. Los sentimientos de la mujer son miedo, odio, soledad, dolor e impotencia.

-*Fase de luna de miel o reconciliación*. Parece que el hombre se arrepiente, hace promesas de cambio. La mujer ve “el lado bueno” de su pareja, intenta engañarse a sí misma, y hace un intento de volver a confiar en él. *Esta es la fase de verdadera victimización de la mujer*. Las muestras de arrepentimiento de su agresor estimulan sus sentimientos de culpa y, de acuerdo con sus mandatos de género, se ve en la obligación de volver a intentar de nuevo seguir con la relación. *Resulta difícil prestar ayuda a una mujer en esta fase, ya que lo vivirá como un ataque al vínculo que ella en estos momentos está luchando por preservar*.

Sus sentimientos son confusión, ilusión, culpa. Cuando el ciclo vuelve a comenzar, la mujer siente una enorme frustración y desilusión (Romero, 2010).

Es de suma importancia, tanto para los familiares y conocidos que rodean a la mujer maltratada como para los profesionales de la salud que deseen ayudar a la víctima, el conocer detalladamente cada uno de estos periodos del ciclo de la violencia, puesto que en ello esta la clave de intervención, es importante saber cuando y como actuar ante una situación de violencia.

Saber que expectativas y que emociones vive la víctima y el victimario permitirán entonces anticiparse a los hechos y evitar que suceda una situación mayor. Las mujeres que viven violencia por parte de sus parejas pueden aguantar las agresiones durante años; si logran sobrevivir a estas, podrían incluso educar a sus hijos en base a un modelo aprendido de agresión visto de una manera natural, motivando a sus hijas a “aguantarse las agresiones tal como ellas lo hicieron con sus padres, porque al final de cuentas esa es la cruz de las mujeres”.

Una vez más, nos remontamos a la necesidad de intervenir en la educación y concientización de las mujeres y los hombres ante el fenómeno de la agresión. Una forma de hacerlo, es estimulando a los individuos para que logren trabajar en ellos mismos, conociéndose emocionalmente, reconociendo quienes son y quienes deben ser para su buen funcionamiento en la sociedad, y junto con esto, se involucra un trabajo mucho más fuerte: motivar a las personas a que sean capaces de cuestionarse todo lo que se les ha venido enseñando, reconsiderar sus perspectivas acerca de los géneros, los quehaceres, los derechos y las obligaciones de las personas por igual.

1.7. Mantenimiento de la mujer en la relación violenta.

El mantenimiento de la mujer en la relación de pareja que sufre algún tipo de violencia, tiene que ver con ciertos factores intrínsecos y muchas veces aprendidos durante la vida, tal como los sentimientos, la autoestima y la *indefensión*. Dentro de los sentimientos están involucrados los comportamientos estereotipados culturalmente, es decir, se le ha enseñado a los hombres y las mujeres que cada uno de ellos debe sentir o no determinadas emociones, por ejemplo, las mujeres sienten amor y los hombres son reacios a sentirlo o demostrarlo, las mujeres pueden sentir miedo pero los varones no deben sentirlo ya que deben ser fuertes y valientes.

Este etiquetaje de emociones “sentimientos de género” limitan a las personas; en el caso de la violencia, el amor o la idealización del mismo es un tope para no abandonar la relación de pareja aunque esta sea violenta.

El *amor* en la relación violenta es un sentimiento con el cual la mujer llega inicialmente a la relación de pareja, un amor que se ha idealizado por diversos factores aprendidos durante su vida, esta ilusión se mantiene, y finalmente se diluye en el tiempo o se transforma en odio e ira. Puede tener un papel en el mantenimiento del maltrato, pues a partir de él se construyen muchos de los retornos de la mujer a la relación, siendo ella misma quien se engaña convenciéndose de que su pareja la ama realmente, pero no sabe demostrarlo. Pero *el amor no puede ser creado por la violencia* (Escudero, Polo & Girones, 2005).

El *miedo* es otro de los sentimientos que se generan tanto en el maltrato físico como en las descalificaciones y en las amenazas. Al ser las agresiones impredecibles para la mujer, ésta intenta detectar indicios que anticipen la agresión, encontrando esta predicción imposible; incluso cuando detecta la tensión acumulada. A esta condición puede mencionarse la agravante de la ansiedad y el desarrollo del trastorno de indefensión. Este estado de hipervigilancia y el fracaso subsiguiente en la detección de indicios es una fuente importante de *estrés* que podría evolucionar a enfermedades importantes (Escudero et al., 2005).

Jacobson y Gottman (citados en Escudero et al., 2005) señalan: "Otro elemento que contribuye a que algunas mujeres no abandonen una relación violenta es que siguen imaginando, como si de un sueño se tratase, cómo hubieran podido ser sus vidas con esos hombres. Aman a sus maridos y llegan hasta el punto de sentir compasión por ellos y por las dificultades que su vida les plantea. Tienen la esperanza de ayudarles a convertirse en padres y esposos normales. Estos sueños están muy arraigados y les resulta muy difícil abandonarlo" (p.7).

Una vez más, lo que menciona Jacobson y Gottman nos detiene a pensar sobre la importancia de la educación recibida dentro del núcleo familiar, aquellas mujeres en las que no ha existido la violencia naturalizada dentro de la convivencia de sus padres, si han sido *violentadas* cuando se les enseñó que para ser mujeres de verdad debían casarse, tener hijos, una casa, y ser buenas esposas para estar completas y sentirse plenas en la vida. De igual manera fueron violentadas y causaron en ellas distorsiones cognitivas cuando se les mostro por medio de cuentos infantiles que la meta más elevada de una mujer era convertirse en la reina de un palacio cuando logran conquistar a un príncipe que las liberara de ellas mismas; es así como les educaron y les dijeron que se eso se trataba la vida. En estos cuentos pocas veces se muestra a una mujer que desafía el *patriarcado* y que no aspira a convertirse en madre o esposa. Así como también se ha inculcado la idea romántica de que "el amor lo puede todo", logrando con esto crear expectativas falsas en las mujeres, un claro ejemplo de esto son las frases: "cuando nos casemos será diferente", "darle un hijo lo hará cambiar". No obstante existen otros factores comportamentales en la interacción de pareja que las mujeres consideran que funcionan para que los conflictos que viven sean solucionados, pues se les ha enseñado también a callar, a aguantarse, a quedar en segundo plano y someterse si el bienestar de la relación así lo requiere.

Con respecto a esto Boulette y Andersen (citados en Escudero et al., 2005) describen lo que ellos han denominado como “*expresiones contingentes de amor*”, esto es los “dolorosos sentimientos de confusión, ansiedad y culpa” que conducen a la mujer a pensar que todo se va a solucionar si ella hace lo que el pida, de esta manera ella se mantiene sometida a su pareja y la relación podrá tener continuidad. Que finalmente es eso lo que la mujer que depende de la pareja más teme. Esta es una forma de mantener el círculo de la agresión.

El maltrato doméstico, a diferencia de otras conductas violentas, presenta características específicas: es una conducta que no suele denunciarse, y si se denuncia, la víctima muy frecuentemente *perdona* al supuesto agresor antes de que el sistema penal sea capaz de actuar; es una conducta continuada en el tiempo: el momento de la denuncia suele coincidir con algún momento *crítico* para el sistema familiar como la extensión de la violencia a los hijos; y como conducta agresiva, se corre el riesgo de ser aprendida de forma vicaria por los hijos, lo que implica, al menos parcialmente, una transmisión cultural de los patrones de conducta aprendidos. Un fenómeno controvertido en el ámbito del maltrato doméstico se refiere a la permanencia de la víctima en convivencia prolongada con el agresor. Este hecho no supone una elección fruto exclusivamente del *libre albedrío* de la mujer, pues existen multitud de condicionantes socioeconómicos, emocionales y psicopatológicos que influyen en la continuidad en la relación de maltrato (Echeburúa, Amor & Corral, 2005).

No obstante, la percepción de falta de control de la situación, la baja autoestima y la dependencia emocional de la víctima, que tiende a darse porque el maltrato es un proceso de ascensión lenta y progresiva, pueden ser factores más *significativos* que las variables socioeconómicas para explicar la permanencia de la víctima con el agresor.

Desde una perspectiva cognitiva, son muchas las creencias, incorporadas en el proceso de socialización, que pueden favorecer la permanencia de una mujer en la relación de maltrato.

Algunas de estas cogniciones son sentir vergüenza de hacer pública en el medio social una conducta tan degradante, creer que los hijos necesitan crecer y madurar emocionalmente con la presencia ineludible de un padre y de una madre, tener la convicción de que la víctima no podría sacar adelante a sus hijos por sí sola, considerar que la familia es un valor absoluto en sí mismo y que, por tanto, debe mantenerse a toda costa; creer que la fuerza del amor lo puede todo y que, si ella persevera en su conducta, conseguirá que el maltrato finalice; pensar que su pareja, que, en el fondo, es buena persona y está enamorado de ella, cambiará con el tiempo y estar firmemente convencida de que ella es imprescindible para evitar que él caiga en el abismo, como es evidente estos “topes” en las ideas aprendidas sobre los conceptos del amor, y la pareja son aún más contundentes para que la relación de violencia se perpetúe que la dependencia económica misma, aunque también se hace evidente que el nivel de autoestima se vuelve un factor importante ya que distorsiona la imagen que la mujer tiene de sí misma, aquí por ejemplo está el hecho de no sentirse capaz de sacar a sus hijos por sí sola, la vergüenza de mostrarse ante los demás como una mujer que ha fracasado, el sentimiento de desesperanza al pensar que no volverán a amarla y por lo tanto la necesidad desesperada de mantener la relación cueste lo que cueste. Los hijos son una manera de justificar la dependencia hacia la pareja aún si esta les infringe daño (Echeburúa et al., 2005).

1.8. Negación de la situación violenta.

Escudero et al. (2005) menciona que “preservar la ilusión de un proyecto de vida para la mujer, donde se ha de conservar la posibilidad de la existencia del amor frente a la violencia evidente, obliga a negar ‘lo evidente’ en la relación” (p.10). Se ponen así en marcha mecanismos de *negación* que generan auténticos escotomas sobre la relación. Esta negación de lo ocurrido y la posibilidad de que se repita la situación, permite que el ciclo de la violencia continúe, ya que como se menciona, la mujer violentada niega o justifica racionalmente la conducta agresiva de su compañero en su necesidad desesperada de “salvar” su relación de pareja (Escudero et al., 2005).

Esta situación se ha estigmatizado con algunas frases cotidianas; así pues, la expresión: “*mujeres que aman demasiado*” se ha utilizado para caracterizar a las mujeres que persisten continuar con sus parejas aunque sean víctimas de maltrato psicológico o físico, considerando que si se mantienen dentro del círculo de la violencia, es porque el amor que sienten por sus conyugues es suficiente para estar juntos (Rius, 2008).

Otro factor que favorece la negación de la situación de violencia es la *inculpación*, de la cual se han distinguido dos tipos: la *conductual* y la *caracterial*. La primera tiene que ver con la culpa que siente la persona agredida por haber provocado la situación de violencia, esto, debido a alguna acción realizada o no que haya dado cabida a la reacción agresiva por parte de su compañero. La inculpación caracterial por otro lado, tiene que ver con la culpa que siente la mujer maltratada de ocasionar la situación violenta por su forma de ser o los rasgos de su carácter. Este tipo de culpa efectivamente está relacionado con la *autoestima* y la imagen que la víctima tiene de sí misma, esto es por ejemplo cuando la mujer se dice: “yo tengo la culpa de que se enoje porque no soy lo suficientemente buena para él”.

Se ha sugerido también, que la autoinculpación en mujeres maltratadas puede tener una función *defensiva* contra el sentimiento de *victimización*. Al culparse a sí misma, la mujer “recupera” algún sentimiento de *control* sobre lo que le ocurre. De manera indirecta lanza un mensaje a los otros de que ella no ha fallado al elegir a su compañero sentimental, sino que ha sido este el que ha tenido que soportarle a ella y por lo tanto, ha tenido el derecho de molestarse en algunas ocasiones llegando a lastimarla (Escudero et al., 2005).

Otro factor determinante, consustancial con el maltrato, es el que éste se realiza sobre un trabajo previo de *desvaloración* y desidentificación de la víctima, es decir, es posible que antes de que exista una agresión aún más evidente sobre la mujer, su pareja se dedica a sobajarla de manera constante, logrando así que ella pierda su confianza y su sentimiento de valía personal, lo cual permite fácilmente la obtención del *control* del hombre sobre la mujer haciendo que en ella se desencadene dependencia emocional (Escudero et al., 2005).

En el caso de las mujeres, el desarrollo de la autovaloración se presenta como resultado de las relaciones asimétricas de poder y de inequidad, desarrolladas en los ámbitos familiares, escolares, laborales y sociales en general. Esto puede generar sentimientos de inferioridad, poca confianza en sus reales posibilidades y bajo nivel de autoestima. No está por demás citar las frases utilizadas por las mismas mujeres cuando se espera a algún nuevo miembro de la familia: “ojala que sea niño” esto es, que las personas por tener determinado sexo valen más o menos que su contraparte. También tiene que ver con las expectativas dentro de la cultura *patriarcal* de continuar con su legado, y con las pocas oportunidades que tendría en esta sociedad una mujer por el mero hecho de haber nacido mujer. De manera dramática, se podría decir que una persona está siendo despojada de su valía personal aún antes de nacer.

Por otro lado, las mujeres con una adecuada *autovaloración*, tienden a ser más independientes, confiadas, optimistas, autodeterminadas y están en condiciones más favorables para afrontar conflictos. Establecen relaciones interpersonales más eficaces y expresivas, así como más íntimas, empáticas y tolerantes; adoptan una posición activa ante la superación de las dificultades. Pero son estas mujeres también, la parte negativa de la sociedad vista así por las propias mujeres. Estas mujeres que se valoran y no dependen de ese estatus social están mal vistas: se les considera libertinas, inmorales y poco dignas de mantenerse en una sociedad la cual valora sobremanera la institución de la familia. Estas mujeres independientes son las que transgreden los sueños de las otras; esos sueños insertados por medio de su educación *tradicionalista* de ser madres y esposas algún día. No obstante estas mujeres independientes corren menos riesgo de ser violentadas por sus parejas sentimentales (López, Pennine & Moya, 2006).

Otro de los factores que contribuyen al mantenimiento de las mujeres en las relaciones de violencia son los juicios que teme por parte de los otros y que pueden ser:

- Falta de credibilidad de su historia frente a los demás.
- En el caso que se le conceda veracidad a la existencia de violencia, que se interprete que su pareja la ha maltratado fruto de una provocación previa por ella.
- Ser reprobada por su familia por haber sido advertida antes en contra de esa relación.
- Asumir las consecuencias de ese supuesto error advertido por otros. Y en este caso concreto, ello implica continuar la relación con él.
- Puede por el contrario, que su caso no sea asumido como veraz por parte de los demás, y sea interpretada como una acusación falsa producto del odio (Escudero et al., 2005).

El especialista o en todo caso, la persona que pueda brindar algún apoyo a la mujer maltratada debe ser muy cuidadoso, considerando que no debe:

- Infringirle más daño por la forma de tratarla, violar la confidencialidad, entrevistarla frente a otros.
- Minimizar el abuso, asumiendo que no es serio.
- Moralizar y hacerla responsable del abuso, culpabilizarla, no creer en ella, pedirle que se divorcie.
- Insistir en la unidad familiar, ignorar su necesidad de seguridad.
- Normalizar la violencia aceptándola como norma social.
- Asumir decisiones por ella, no respetar su autonomía, su independencia para la interdependencia.
- No dar orientaciones predeterminadas, sino personalizadas, en dependencia de la tipificación de la violencia, del estado emocional vivido por la víctima, tipo de relación con el agresor, tiempo transcurrido, la percepción y recepción de apoyo social y familiar y los recursos psicológicos.

Los objetivos principales que se persiguen al apoyar a las víctimas de violencia son:

- Aliviar los estados emocionales negativos y las reacciones emocionales de miedo, tensión, inseguridad y desamparo que atentan contra su bienestar psicológico.
- Ayudar a las mujeres maltratadas a lograr una comprensión lógica del maltrato de pareja, modificar sus creencias, argumentos y restaurar la claridad de sus juicios, que posibilitan una posición de empoderamiento que favorezca la toma de decisiones.
- Propiciar el ajuste de los recursos personológicos para afrontar la contingencia crítica de la violencia íntima y así dotarlas de mejores estrategias de enfrentamiento a las vicisitudes, a la no tolerancia de la violencia y al rescate de su autodominio, autodeterminación, autoeficacia y a la seguridad en sí mismas para lograr mejor elaboración de respuestas adaptativas.
- Levantar la autovaloración por defecto y su autoestima baja con el fin de redimensionar la regulación y autorregulación de su comportamiento ante la situación, en virtud del sentido psicológico que le atribuye a la configuración del vínculo de pareja y su proyecto futuro de vida, facilitando la adecuación de las exigencias y expectativas en relación a sí misma y a los demás.
- Remediar el impacto psicológico.
- Evitar la victimización secundaria.
- Elevar los conocimientos sobre el fenómeno y propiciarles las habilidades, las destrezas y los modos de actuación (López, 2009).

1. 9. Impacto negativo de la violencia sobre la mujer maltratada.

Una cuestión importante por mencionar son los daños causados en las mujeres violentadas, que en muchas ocasiones pasan de ser lesiones de tipo físico a las lesiones emocionales, que son más difíciles de curar. De acuerdo con Echeburúa et al. (2005) hay una tendencia en las víctimas en convivencia prolongada con el agresor a experimentar baja autoestima, mayor sentimiento de culpa y bajos niveles de asertividad; esto visto desde su plano general, sin embargo esta baja autoestima puede llegar a causar depresión crónica que puede disparar distorsiones y trastornos cognitivos, o llegar a extremos tan graves como la muerte de quien sufre la violencia y de quien la aplica.

La respuesta emocional de la víctima a una violencia crónica en el hogar va a evolucionar con el transcurso del tiempo. Considerándose así que en una primera fase, al comienzo de la relación, si el maltrato surge de una forma sutil e incluso imperceptible para la víctima cabe la posibilidad, sobre todo si la víctima está enamorada, de un *acostumbramiento progresivo* a la violencia, que se considera, hasta cierto punto, como una servidumbre establecida ya por los parámetros de comportamiento femenino y masculino normales de la vida en pareja (Echeburúa, 2005). Esta vana *esperanza* puede ayudar a la víctima a soportar la convivencia con el maltratador durante meses e incluso años. En una segunda fase, una vez establecida la violencia crónica como pauta frecuente de relación, se ve entremezclada habitualmente con períodos de arrepentimiento y de ternura, lo que lleva a la víctima a una situación de dependencia emocional, también denominada *apego paradójico* o *unión traumática*, es una fase en la que la mujer maltratada justifica a su pareja, convenciéndose a ella misma y a los demás que la agresión que le infringen es hasta cierto punto normal, y que su pareja “no es una mala persona, simplemente pierde el control de vez en cuando, pero se arrepiente después y vuelve a ser el mismo”.

Por último, en una tercera fase, cuando la víctima se siente mal y se percata de que la violencia continúa e incluso aumenta en intensidad, la percibe ya como incontrolable. Por ello, puede llegar a *perder la esperanza* en el cambio y a desconfiar incluso de su capacidad para abandonar la relación. Es decir, la víctima ante su desamparo y desesperanza entra en una especie *vía muerta*, que la conduce a una mayor gravedad psicopatológica tal como la depresión y el trastorno de estrés postraumático, aquí también estamos considerando el fenómeno de indefensión aprehendida en el cual la víctima acepta “su destino” y opta por hacer lo que su pareja le ordene con tal de no hacerle enojar, pero también acostumbrándose que cuando su compañero pierde los estribos la consecuencia puede ser grave. No obstante la víctima ya no tiene interés de defenderse o salir de este círculo de la violencia, ella simplemente pierde toda esperanza a tal grado de estar esperando la muerte como una forma de liberación (Echeburúa et al., 2005).

Algunas mujeres violentadas pueden atenuar su sintomatología y malestar psicopatológico aunque continúen conviviendo con su agresor, es decir, prefieren resignarse y hacer lo que su pareja desee con tal de estar aceptablemente bien; lo que en términos coloquiales sería “llevar la fiesta en paz”. Dentro de la resignación de la mujer a sufrir el maltrato, ella intenta ver el lado positivo de la situación como una forma de sentir consuelo; por ejemplo, se siente agradecida por tener un hogar y una familia, y no haberse quedado solterona como las otras, soporta los atropellos de su pareja e incluso las infidelidades ya que al menos cuenta con una estabilidad económica, y algunas veces se siente afortunada por disfrutar de periodos sin violencia, como las *lunas de miel*. Todo esto en su conjunto nos hace referencia al *síndrome de Estocolmo*, en el cual la mujer maltratada llega a amar a su pareja e incluso a necesitar de él y de sus agresiones; es una forma distorsionada de adaptarse a una situación hostil y que de forma curiosa se presenta en algunas mujeres víctimas de secuestro o privación de su libertad (Echeburúa et al., 2005).

Las víctimas de violencia familiar presentan un perfil psicopatológico caracterizado por el trastorno de estrés postraumático y por otras alteraciones clínicas como depresión y ansiedad patológica. El resultado, en último término, como nos menciona Echeburúa et al. (2005) es una inadaptación a la vida diaria y una interferencia grave en el funcionamiento cotidiano.

1. 10. Distorsiones cognitivas.

En palabras de Echeburúa et al. (2005) “las mujeres que siguen conviviendo con el agresor tienden a buscar una *consonancia cognitiva* entre la realidad del maltrato y el mantenimiento de la relación” (p.9). Entonces, estas mujeres agredidas intentan encontrar una explicación coherente y armónica en lo posible de la razón del maltrato que sufren y el porque de su continuidad en la relación, como se menciono antes, las explicaciones racionales autoinfundadas muchas veces tienen que ver con su logro de ser madres o esposas, aún si deben pagar un precio muy elevado; también tiene que ver con contar con un techo, con una familia, con hijos que requieren el cuidado de ambos progenitores, y desde luego la estabilidad económica. Son explicaciones externas a la mujer, que en realidad tienen un trasfondo personal interno: la baja autoestima y la subvaloración personal en la cual, la mujer se ve imposibilitada a salir adelante y enfrentar la vida por si sola.

El mantenimiento de la mujer en la relación violenta podría presentarse si la agresión comienza de forma sutil en su forma psicológica como un predominante, es decir, la mujer puede ser violentada por medio de insultos o desprecios que pueden ser *minimizados* por ella misma considerando este comportamiento como normal en las relaciones de pareja. Otro ejemplo podría estar en los celos injustificados. Es común que las mujeres tomen este gesto por parte de sus parejas como una expresión de amor; pocas veces consideran estos arranques de celos por parte de sus parejas como una forma de control, manipulación y agresión. Es difícil que las mujeres que conviven con una pareja que les violenta psicológicamente le den la importancia que este comportamiento merece, considerando que “todas las parejas tienen altas y bajas” (Echeburúa et al., 2005).

En contraste, si el maltrato en la mujer empieza de forma brusca e intensa, la víctima puede intentar buscar ayuda externa o separarse del conyugue, pero en su contraparte, la mujer podría intentar luchar por la relación de pareja por medio del autoengaño y la ilusión de que su pareja puede cambiar con el tiempo, así como justificar las agresiones por medio de la inculpación. Si este maltrato sufrido además viene acompañado por etapas de *cariño* dado por parte de su pareja, la mujer puede llegar a experimentar un estado emocional de confusión en el que existe un conflicto entre los sentimientos ambivalentes expresados por su pareja “a veces esta bien, y a veces lo desconozco”, lo cual se viene a agravar por el aislamiento social y familiar en el que muchas veces se exige a la víctima que viva, con tal de tenerla controlada. Se dice, que para tener a alguien sometido es primordial aislarlo primero de todos sus allegados, así se elimina todo tipo de apoyo que pueda servir a la víctima para salir del problema. Por esta razón es importante para la mujer maltratada contar con una red de apoyo que le ayude en los momentos de crisis, pero sobretodo que pueda acompañarle cuando aún hay tiempo de brindar una ayuda oportuna y que logren impedir que la mujer maltratada vuelva a caer en el círculo de la agresión.

Cuando la mujer vive en una situación de violencia constante y ella se da cuenta de que estas agresiones no desaparecen sino que *aumentan de intensidad* y que ya no pueden ser controladas ni por medio del sometimiento mismo, se siente desesperanzada e incapaz de salir de este círculo. Entonces la mujer maltratada experimenta la *indefensión*, la dependencia emocional, la resignación, la asimilación, la *naturalización* y la justificación racional por medio de la valoración de las circunstancias positivas de la relación, aunque estas sean mínimas como medio para reducir la *disonancia cognitiva* que le causa más malestar aún. Este es un tipo de *defensa psíquica* que la mujer va aprendiendo a aplicar ante estas situaciones hostiles como una alternativa para evitar agravar su estado emocional con el desarrollo de un trastorno psicológico mayor (Echeburúa et al., 2005).

1. 11. Suicidio y homicidio a causa de la violencia en la pareja.

Echeburúa et al. (2005) nos menciona que el desamparo y la desesperanza vividos por las mujeres maltratadas hacen más probable la aparición de ideas o de intentos de suicidio. El sufrimiento experimentado, así como la percepción de ausencia de salidas y el temor a mayores daños si continúa la convivencia y el miedo al acoso o a las agresiones si se consuma la separación, llevan a muchas víctimas a sentirse atrapadas en la relación.

Por otro lado, la violencia física en el hogar tiende a adquirir una escalada progresiva, que supone un aumento en la frecuencia e intensidad de los episodios de violencia. Por ello, la gravedad tiende a ser tanto mayor cuanto más duradera es la convivencia. Se considera que la violencia puede comenzar de manera sutil e ir aumentando de intensidad, aunque también cabe la posibilidad de que desde el inicio de la relación la violencia halla sido ya fuerte, aunque para esta segunda opción es relativamente más sencillo para la víctima salir de la relación de agresividad porque aún no se encuentra atrapada emocionalmente o completamente involucrada en comparación de que la relación hubiese comenzado poco a poco con la exposición al maltrato. Pues el victimario trabaja a la víctima progresivamente, primero aislándola y dañándola en el plano psicológico, limitándola y menoscabando su capacidad así como su autoestima, y una vez que la tenga dominada entonces procede a violentarla físicamente. Esta escalada de violencia puede terminar dramáticamente cuando uno de los dos miembros de la pareja muere a manos del otro. En este contexto la mujer es víctima de homicidio intraconyugal en una proporción 6 veces mayor que el hombre. Ello no obsta para que haya ocasiones en que el homicidio intraconyugal de la víctima hacia el agresor se constituya en una estrategia de afrontamiento extrema y dramática para acabar con la violencia sufrida. No obstante y pese a que la mujer suele ser en su mayoría la víctima final de la relación de pareja, es ya sabido que la mujer por su mera condición de mujer es más propensa a morir a manos de su compañero sentimental; esto en el entendimiento de que físicamente es débil en comparación con el varón.

En su contraste cuando existe un cambio de papeles y es la mujer quien acaba con la vida de su agresor, Echeburúa et al. (2005) menciona que existen tres contextos relacionados con el homicidio intraconyugal hacia el agresor:

- *En defensa propia*: aquí la mujer se defiende ante un ataque de violencia física que inició el agresor y que surge tras muchos años de maltrato grave. Esta situación no suele ser muy habitual por la desproporción de fuerza existente entre el hombre y la mujer, pero suele darse en una situación de violencia grave y como medida desesperada de la mujer por terminar con la vida de sufrimiento que lleva.

- *En situación de miedo insuperable*: en este contexto la violencia puede estallar de forma explosiva como consecuencia de una ira reprimida durante mucho tiempo o de la percepción por parte de la víctima de que, al estar totalmente fuera de control el comportamiento violento del agresor, corre peligro su propia vida o la de sus hijos. De este modo, el miedo extremo puede funcionar como un detonante de los comportamientos agresivos. Existe entonces un bloqueo en el raciocinio de la mujer maltratada y lo único que hace es actuar de manera primitiva y cegada por la ira y el miedo explosivos e incontrolables que experimenta en ese momento de tensión.

- *En situación incontenible de indefensión y de desesperanza*: en estos casos la mujer, una vez agotadas todas las salidas posibles, recurre al homicidio como último recurso en sus intentos por acabar con la violencia y con su interminable padecimiento. De hecho, una buena parte de las mujeres homicidas han intentado antes suicidarse o han amenazado con hacerlo. Es importante, nunca tomarse a la ligera las amenazas de suicidio hechas por las mujeres maltratadas.

Echeburúa et al. (2005) menciona que de los tres contextos señalados, los dos últimos están muy relacionados entre sí en función de las alteraciones psicopatológicas y de las estrategias de afrontamiento adoptadas por las víctimas. En concreto, hay síntomas del trastorno de estrés postraumático, dentro de las que se pueden mencionar las imágenes intrusivas, futuro desesperanzador, ira e hipervigilancia que atenúan la percepción por parte de la víctima de alternativas positivas a su situación y que, por tanto, intensifican los sentimientos de desesperanza en su vida.

CAPITULO 2. VIOLENCIA FAMILIAR, PERFIL DE LOS SUJETOS Y EMPODERAMIENTO FEMENINO.

UNIDAD 2. VIOLENCIA FAMILIAR Y SU RELACIÓN CON LOS ROLES DE GENERO.

Es necesario comprender que los *hombres* y las *mujeres* han sido diferenciados y consignados a *roles de género* que comprenden una gama limitada de usos y costumbres, así como estereotipos en su forma de pensar, actuar y sentir. Etiquetando a la figura humana como un conjunto de constructos diseñados para cumplir una función específica y única en la vida. El hombre se desempeña en lo *público*. La mujer se desempeña en lo *privado*. El hombre como ser primigenio y la mujer como su contraparte pero cumpliendo un rol antagónico. Ha sido así desde el inicio de los tiempos, con Adán y Eva, siendo el la creación más grande de dios y que ha sido recompensado con una compañera que surgió de una de sus costillas. Eva quien motivo a Adán a cometer el pecado original, atribuyéndole así a la figura femenina la incapacidad para controlarse o razonar. Siendo ella la débil y por lo tanto *dependiente* de su complemento masculino. Desde este inicio de la creación de acuerdo con la religión, la mujer ha sido subordinada por el hombre y esto, es así por naturaleza.

Ahora, este concepto en la actualidad se manifiesta de muchas formas, no obstante parece ser que aún existe una confusión con respecto a la definición de *sexo* y *roles de genero* para lo cual Eagly y Wood (citados en Rosado, 2009) consideran que las diferencias entre los sexos, pueden ser explicadas en términos de roles de género, ya que se adecuan a las creencias mantenidas en una cultura determinada, sobre capacidades e intereses específicos. Así mismo definen el *rol de género* como un conjunto de expectativas culturales específicas acerca de qué es apropiado para un hombre y para una mujer. Para los mismos autores, la identidad de rol de género es el grado en el cual una persona aprueba y participa un conjunto de sentimientos y conductas consideradas como apropiadas para sí mismo en su género constituido culturalmente.

Por otro lado, Moya (citado en Rosado, 2009) considera que los *estereotipos* son “un conjunto estructurado de creencias compartidas dentro de una cultura, acerca de los atributos o características que poseen hombres y mujeres” (p.3). Su contenido incluye rasgos, roles, ocupaciones, características físicas y orientación sexual.

Así por ejemplo, tenemos bien inculcados como si de un chip se tratara, que las mujeres deben ser *femeninas* y recatadas, mientras que los hombres deben ser *masculinos* y fuertes. Esto se ve al nacer, cuando se usa ropa azul para vestir a los niños y ropa rosa para vestir a las niñas. Lo que es más curioso; se realizó un estudio en el cual se les pidió a las enfermeras de una clínica obstétrica que se les cambiara el color de las mantas a los bebés, poniendo mantas de color rosa a los varones y mantas de color azul a las niñas. Cuando se les pregunto a un grupo de personas que pensaban de los recién nacidos, algunos mencionaron cosas como “es una niña muy tierna”, “es un niño muy inquieto”. Con esto, se evidencia que los usos y costumbres ofrecen de manera inherente rasgos de personalidad a los sexos. Otro ejemplo claro, es la orientación sexual, un tema de debate. Las mujeres y los hombres deberían mantener relaciones heterosexuales, sin embargo no es así en todos los casos. Y cuando una mujer suele presentar *rasgos atribuidos* a los varones, como ser fuerte, decisiva y agresiva se le suele etiquetar de “marimacha”. Mientras que si el varón presenta rasgos característicos *culturalmente asignados* a las mujeres como ser tierno, cariñoso, sensible, se dice que es un “amanerado”. Esto nos conduce a pensar que incluso los roles de género *limitan* la actividad y orientación sexual de los sexos.

La violencia tiene muchas causas, entre ellas están el *machismo* recalcitrante reinante de la sociedad, haber vivido violencia en el núcleo familiar desde la infancia, presiones laborales, rasgos y características psicológicas como la inseguridad, el descontrol de impulsos, la necesidad de ser reconocido, el consumo de alcohol y drogas entre otras. Agoff (2009) dice que es posible observar que cuando se ubica el origen de la violencia masculina en fuerzas externas al hombre, las mujeres muestran un mayor grado de *tolerancia* a la violencia de que resultan objeto, ya que consideran que cuando estas situaciones externas que “obligan” al hombre a lastimarlas cambien de manera positiva, la agresión reducirá o se eliminará por completo en su vida. Esto evidentemente, es falso.

Cuando las causas de la agresión son internas, tal como lo es la educación recibida que percibe a hombre y mujeres como individuos *jerarquizados* en el que son los varones lo más privilegiados al tener el control sobre las mujeres; las *normas sociales* que gobiernan la relación conyugal se hacen explícitas a través de los argumentos del conflicto y éstas se expresan, en términos generales, como un ejercicio irrestricto de la voluntad del hombre y un control sobre el comportamiento de la mujer. Una expresión paradigmática de la relación de subordinación es “pedir permiso al marido”.

Asimismo, estas normas establecen la distribución de responsabilidades y obligaciones de cada uno de los cónyuges y ponen en evidencia la extrema *polarización* de los roles de género y la relación de profunda inequidad existente entre la mujer y el hombre.

En este contexto se entiende la violencia masculina como una intención consciente y justificada del castigo hacia la mujer por el incumplimiento de las expectativas que le requiere su rol de género. Existe una inmensidad de culturas que castigan a las mujeres cuando estas no se comportan como deberían hacerlo, un ejemplo son las costumbres musulmanas, en las cuales se permite al hombre casarse con todas las mujeres que el pueda mantener decorosamente, y esto no está mal visto, sino al contrario, poseer muchas mujeres es símbolo de estabilidad económica y gran capacidad adquisitiva. Mientras que las mujeres que atentan a las normas sociales establecidas manteniendo relaciones clandestinas son castigadas por medio de azotes que pueden terminar con sus vidas.

Y así como el rol esperado de esposa, madre y ama de casa que se despliega en el ámbito doméstico no escapa al control del hombre, tampoco las actividades fuera de este ámbito: esto se observa en la imposición y reglamentación de los modos de vestir de la mujer, en la prohibición de relacionarse con vecinas o amigas o con personas del otro sexo, y en la prohibición de trabajar.

La violencia masculina originada en la sospecha de infidelidad ocupa un lugar central entre los motivos percibidos. Algunas mujeres suelen interpretar este tipo de violencia como expresión de celos de parte de su pareja. Sin embargo, una mirada más atenta permite advertir que el tema de la infidelidad no debe situarse necesariamente en el ámbito de los sentimientos de ambos cónyuges, sino en el de los intereses que la unión conyugal representa para cada uno: se trata de que ella no transgreda una norma que lo colocaría a él en una situación de vulnerabilidad tal como poca hombría y su dignidad masculina menoscabada.

En el caso de la mujer, la amenaza de que él le sea infiel conlleva el riesgo de perder eventualmente la manutención para ella y sus hijos y el estatus social que le confiere tener una pareja estable y unida.

Sin embargo, de acuerdo con Rocha (2005) y pese a los problemas que podría acarrear la infidelidad también menciona la poligamia como una forma de agresión en la pareja que resalta las diferencias que el rol de género juega en el hombre y la mujer ya que existen ciertos beneficios sociales en la relación, pues el hombre queda justificado en su comportamiento polígamo asumiendo que por naturaleza es infiel, en tanto en la mujer esto es imperdonable.

De este modo, *la violencia masculina* de tipo físico, emocional, sexual y económico, sigue el patrón de reencauzar la conducta femenina y restablecer tanto las reglas del poder que el hombre detenta, como la sumisión de la mujer para el perfecto funcionamiento de la sociedad y el mantenimiento del matrimonio como institución legítima de la misma.

Por otro lado, los sentimientos de vergüenza y culpa dejan en evidencia que las mujeres difícilmente pueden poner en duda las normas y valores sociales que orientan el comportamiento femenino y masculino, y que constituyen la base de la justificación y legitimación de la violencia (Agoff, 2009).

En el ámbito de investigación de la *violencia* contra las mujeres, se ha resaltado que el aislamiento social constituye un factor de riesgo considerable vinculado a la violencia de pareja. El *aislamiento* puede favorecer la aparición de la violencia, como también puede contribuir a perpetuarla en el tiempo, cuando la mujer se ve obligada por la misma dinámica de la violencia conyugal a dejar de lado sus relaciones. Con esto se da cabida a que no existan para la mujer maltratada recursos de ayuda que le permitan resolver la situación de violencia en la que se encuentra, ya que no tiene acceso a una visión diferente y objetiva que le ayude a cuestionarse si es correcto y sano para ella, continuar en una relación dañina.

Así también otro factor de riesgo y perpetuación de la violencia ejercida en contra de la mujer es la costumbre extendida de la *cohabitación* de las parejas con la familia de origen, que obedece fundamentalmente a la falta de recursos económicos de las parejas jóvenes, ya que esta condición favorece aún más la injerencia de otros miembros de la familia sobre la vida conyugal de una pareja. Entonces son los mismos miembros de la familia, en particular las propias mujeres como suegras, madres, tías, cuñadas, quienes a través de la promoción de normas tradicionales de género y en el control y sanción del cumplimiento del rol, contribuyen a reproducir el problema. Como claro ejemplo de esto se encuentra la dichosa frase de las madres a las nueras: “así no le gusta a mi hijo”. Otro ejemplo de castigo ejercido por las mujeres hacia las mujeres, es el hostigamiento, los chismes y las descalificaciones: “tu mujer sale mucho a la calle, quien sabe con quien te engaña”.

Cabe mencionar también que la mujer resulta víctima de la descalificación moral cuando se la juzga por el status social de su familia de origen. El status social se mide según la adscripción étnica y según la moral familiar, entendida en términos de la representación idealizada de familia nuclear. Esto se expresa con la frase “ser de buena familia” o “ser una india”. Esta descalificación *moral* genera una situación de vulnerabilidad para la mujer pues facilita la justificación del maltrato y la *tolerancia* hacia él: el hombre ve justificada la violencia por tener que “soportarla” en su condición de devaluada, y los otros miembros de

la familia, y en algunos casos la mujer violentada, se muestran tolerantes a los maltratos ya que resultan “merecidos”.

Además y en el caso de la familia de origen de la mujer se observa con frecuencia que, frente a problemas conyugales de las hijas, las madres les recuerdan el deber de soportar su destino como mujer, una frase común sería: “así nos toco por ser mujeres” (Agoff, 2009).

De acuerdo con esto Agoff (2009) menciona que los estereotipos rígidos de género, en particular el de la sumisión y obediencia al marido, y el mandato fatalista expresado en la frase “es tu cruz” que se transmite de mujer a mujer en la familia contribuyen a *naturalizar* la violencia y a significarla como *destino natural* de muchas mujeres.

De esta forma, la fuerte *polarización* de los roles de género que se reproducen y transmiten en el ámbito familiar entre otros, imponen a la mujer un imperativo de sometimiento a la violencia que se expresa de dos modos:

- Como justificación de la violencia como castigo merecido por el incumplimiento del rol de género prescripto.
- Como tolerancia hacia el maltrato como parte de un destino natural de toda mujer.

Existen un conjunto de valores y normas sociales, que enuncian tanto *ideales*, como *obligaciones* y que sujetan a la mujer a su “oficio natural” de ama de casa, esposa y madre:

- La dedicación a la familia y al trabajo reproductivo en el espacio doméstico, cuyo ideal es la abnegación.
- La preservación de la virginidad previa al matrimonio y fidelidad como pautas de conducta sexual.
- La sumisión y obediencia al marido.
- El ideal de conyugalidad que contempla preservar el matrimonio a cualquier costo y criar hijos dentro de él.
- La aceptación de la violencia como destino natural o castigo merecido.

Dentro de los estereotipos sociales implantados por la cultura se reconoce a la unión conyugal como una institución que debe ser inquebrantable e intocable por cualquier transgresión que considere a los valores sociales establecidos a través del tiempo, como constructos cuestionables. Con respecto a esto, Bordieu (citado en Agoff, 2009) hace hincapié en que la unión conyugal no es sólo una fuente de reconocimiento social para la mujer, también lo es para el hombre. El *matrimonio* garantiza privilegios complementarios a los hombres y la separación pone en peligro la pérdida del dominio *hegemónico* y por sobre todo, del capital simbólico en la forma de autoridad personal, reputación o prestigio. En algunas culturas, y con el fin de clarificar lo antes mencionado, se considera que aquellas mujeres que han enviudado deben partir a un recinto en el cual deben esperar la muerte, ya que en la sociedad no son aceptadas, pues han pedido oficialmente su valía sin un hombre que permanezca a su lado.

De acuerdo con Agoff (2009) la fuerza de los usos y *costumbres* para regular la vida social y el rol que juega la comunidad como la fuente del reconocimiento social por excelencia, en particular, en el reconocimiento de una identidad e ideal femenino que se realiza en la comunidad, supone indudablemente un obstáculo para que las mujeres tomen conciencia de sus derechos y los ejerzan.

Con respecto a la unión conyugal Rosado (2009) referencia que en las sociedades occidentales el matrimonio es la forma legítima de vivir en pareja y para la constitución de una familia. Puede definirse como una relación culturalmente aprobada entre un hombre y una mujer de la que se supone generalmente que nacerán hijos. El matrimonio es por lo tanto una institución en su doble acepción: es institución porque se refiere a una organización social amplia, pero también porque señala prácticas sociales rutinizadas. Y se ha luchado mucho para que esta institución no pierda su fuerza, sin embargo, en la actualidad se han establecido otras formas de convivencia genéricas al matrimonio; estas han adoptado las obligaciones y derechos de cualquier matrimonio legal, pero pese a esto, este tipo de uniones aún son rechazados culturalmente hablando. No se les ve como algo moral y aceptable socialmente.

El maltrato doméstico puede tener permanencia no únicamente por las ideas tradicionalistas que enaltecen a la unión conyugal aún si esta es enfermiza, ya que es posible que también las mujeres maltratadas permanezcan en la relación por algunos otros factores externos de la educación que se les brinda a ellas y a sus parejas, algunos que se pueden citar son los condicionantes socioeconómicos, la estabilidad familiar relativa, o la existencia de hijos pequeños que se supone necesitan de la convivencia con ambos padres para tener un desarrollo sano psicológicamente hablando. No obstante la mujer llegará a un punto de concientización en el que se dará cuenta de que su pareja difícilmente va a cambiar y entonces aparece el momento adecuado para que ella pueda liberarse de la situación violenta que vive al lado de su conyugue. Rosado (2009) nos menciona que si la mujer cuenta con una red de apoyo sólida que la motive a salir del ambiente hostil, así como una adecuada posición económica que le permita mantenerse y mantener a sus hijos, así como hijos pequeños es más probable que considere la posibilidad de romper con la relación destructiva, lo que es más, algunas mujeres que han pasado por este tipo de vivencias sirven posteriormente para apoyar a otras que se encuentran atrapadas en una situación similar.

Otros factores que contribuyen a la permanencia de la mujer en la relación, son las ideas tradicionalistas, los sexismos y los roles de género asignado a cada sexo. También conviene mencionar que dentro de las ideas tradicionalistas están las concepciones sobre el amor, la sexualidad, la familia, el matrimonio y el divorcio. Esto ha venido complicando el ideal de la mujer en la sociedad y ha dado pie a la etiquetación y desprecio de aquellas que no siguen estas normas de comportamiento aceptado culturalmente. Ya se ha mencionado que aquellas mujeres que “piensan diferente” son tachadas de inmorales, malos ejemplos y destructoras de hogares. Por el contrario las mujeres educadas y seguidoras de los roles de género estereotipado tienen como meta a alcanzar convertirse en madres y esposas. El hecho de ser separada es más mal visto que ser viuda.

Por lo tanto, la concepción que la mujer tenga de sí misma y de los *roles* que se le han asignado tienen mucho que ver en su inclinación en la toma de decisión de permanecer o abandonar la relación de pareja si esta resulta destructiva. Ha esto se debe la división del *sexismo* benévolo y malévolos, en el primero la mujer “buena” es la que tiene una casa, hijos, esposo y una etiqueta deseable en la sociedad, aún si esto aparenta por fuera aunque en lo privado exista agresión; por el contrario la mujer inclinada por el *sexismo* malévolos, o mujer “mala” es aquella que cuestiona las *ideas tradicionalistas* respaldadas por una educación *patriarcal* que somete a las mujeres y que enaltece al matrimonio como institución unificadora, es libre de decidir y puede optar por no casarse; disfruta de su libertad sexual y se relaciona con hombres y mujeres de manera sana y constructiva. No obstante esta mujer, no permite que sobrepasen sus derechos y opta por una vida más libre de albedrío, en algunas ocasiones rompen con la estructura social tradicional de casarse, tener hijos y vivir el resto de su vida como ama de casa. Son madres solteras, o mujeres profesionistas que se han enfocado únicamente a su carrera y han dejado la maternidad y el compromiso de pareja en segundo plano. Son mujeres rechazadas por las mismas mujeres solo por el hecho de pensar y actuar diferente; entonces se hace visible la *ambivalencia* que las mujeres maltratadas sufren: desean salir de la relación violenta y tener la libertad de decidir sobre su vida, pero al mismo tiempo repudian a quienes lo hacen (Rosado, 2009).

Ahora se puede considerar que estos *roles de género* fueron aprendidos desde la infancia, de tal modo que desde pequeños se ha comprendido al sometimiento de la mujer y la *naturalización* de la violencia como una conducta normal, y prácticamente necesaria de ser acatada; se enseña desde el ambiente familiar, se confirma en la escuela y se sigue reforzando durante las experiencias de vida.

Retomando y sin dejar de lado todas las restricciones implicadas para la mujer, nos olvidamos que el hombre, en esta educación *patriarcal* también sufre restricciones y limitaciones que podrían afectar su sano desarrollo psicosocial. Y esto se vería mejor explicado en las frases que se les suele decir a los varones desde pequeños: “los niños no lloran”, “eso es de viejas”, “tu tienes que demostrar que eres un hombrecito”; todas estas frases aparentemente inofensivas se entran en los hombres de una manera tan fuerte, que si no se logra plantar en ellos la capacidad de cuestionarse todos estos constructos culturales, entonces indirectamente también se estarían atropellando sus derechos, ya no como hombres, sino como seres humanos (González, 2010).

Dicho esto; una vez que se ha presentado la situación de violencia en la pareja en cualquiera de sus expresiones, es probable que cada uno de los sujetos que conforman esta relación manifieste ciertas características inherentes a la experiencia destructiva en la que se encuentran.

2.1. Perfil de la mujer maltratada.

Sin más preámbulo, Ruiz (2006) menciona en sus propias palabras que la mujer maltratada presenta un perfil muy concreto; pues la normalidad que adopta de sufrir maltrato es tal que aumenta su capacidad para afrontar situaciones adversas “aguanta más los golpes”; además, se producen distorsiones cognitivas, sentimientos de depresión, rabia, culpa, sumisión, baja autoestima, rencor, falta de proyección de futuro, déficit en solución problemas, suicidio o intentos del mismo, trastornos de ansiedad, disfunciones sexuales, conductas adictivas, inadaptación reflejada porque hay aislamiento social motivado por el agresor, cuadros clínicos que provocan inadaptación emocional, alteración de las relaciones familiares, bajo rendimiento laboral, absentismo laboral, aislamiento de los compañeros y trastorno de estrés postraumático. Igualmente, la mujer maltratada desarrolla mecanismos que le permiten adaptarse a la violencia y dependiendo del nivel de intensidad de ésta manifiestan sorpresa, alerta, desorientación o se acostumbran (Ruiz, 2006, p.5).

Toda mujer que vive en un ambiente violento se adapta porque ha aceptado el abuso de poder ejercido por el hombre. Junto a este rasgo, y como consecuencia del dominio y de la manipulación, aparece la dependencia hacia el agresor. Como se ve, la *valía* y el bienestar de la mujer se van degradando poco a poco hasta que esta pierde todo control de si misma, se ve a si misma incapaz, sobajada, derrotada y en algunas ocasiones es tan alto su nivel de depresión así como de miedo, que consideran el homicidio o el suicidio como medio para terminar con la situación dolorosa por la que atraviesa.

2.2. Perfil del hombre agresivo.

Los hombres violentos según Madina (2005) niegan su violencia y atribuyen el problema a su mujer. Ellos se autoerigen como víctimas que necesitan compasión y que carecen de una comunicación adecuada, razón por la cual se expresan con la ira.

Se ha puesto en controversia, la cuestión etiológica de la violencia y se han nombrado los factores externos como la concepción social de los roles de género estereotipados o la educación machista, pero a su vez se han considerado a los factores internos tal como los trastornos de la personalidad como una posible causa de la génesis de la violencia en la pareja. Entre los hombres agresivos podemos encontrarnos con diferentes tipologías psicopatológicas específicas, así destacamos: *personalidades narcisistas*, caracterizadas por utilizar la debilidad del otro para engrandecerse. Son personas intolerantes ante las críticas, dominantes, seductores, no empáticas, critican a todos, no admiten reproches, no son responsables de lo negativo y necesitan al otro para controlarle. Otro tipo son las *personalidades antisociales* o psicópatas; éstas no se adaptan a las normas, son insensibles al dolor, engañan, son impulsivos, viven el momento, carecen de remordimientos y desconfían de las emociones. También cabe señalar las *personalidades obsesivas* definidas como perfeccionistas sobre todo en la dimensión profesional, en el plano social son conformistas y respetuosos con las leyes; y en la vertiente personal, les resulta difícil convivir y temen los excesos emocionales. Por otra parte, las *personalidades paranoicas* contempladas como meticulosas, perfeccionistas, dominantes y con escaso contacto emocional. Asimismo, se destacan los sujetos *Bordeline* caracterizados por su irritabilidad, rabia, reacciones emocionales intensas, cambios de humor y relaciones conflictivas. Y por último, los *perversos narcisistas* que son manipuladores, mentirosos, adaptados socialmente, inmaduros, tranquilos, fríos, egocéntricos, con deseo de poder, y con capacidad de control emocional (Ruiz, 2006).

A grandes rasgos se puede decir que estos hombres carecen de capacidad para *responsabilizarse* por sus propios actos, es posible que en lugar de esto minimicen sus acciones e incluso lleguen a responsabilizar a la mujer por ello. La mujer confunde en muchas ocasiones estos actos, como conductas implícitas en el *ser un hombre*, restándoles importancia y perpetuando la situación que con el tiempo podría irse agravando considerablemente. Estos hombres sin importar su situación psicopatológica, son débiles y con un alto grado de *dependencia* hacia la pareja confundiendo amor con posesión; son personas a las que se les ha inculcado que para estar bien consigo mismos deben ser amados y reconocidos por los demás, principalmente por su pareja, suelen atesorar a su compañera sentimental, y les aterra la sola idea de perderla. Es así que cuando ella amenaza con abandonarle, el hombre puede sentirse tan desesperado que aumenta el nivel de agresión para someterla y hacerla que permanezca a su lado, pero si aún con esto no bastara, entonces la mata como muestra de “amor” en el que resalta que si no es con el “no es con nadie”. No esta por demás mencionar que existe una gran cantidad de clichés y confusiones cognitivas en los que se etiquetan estos crímenes como “pasionales” vistiéndoles de manera sensacionalista y restándoles la importancia que ameritan (Ruiz, 2006).

Con respecto a estas consideraciones sobre el perfil de los hombres violentos, por su parte Madina (2005) enfatiza en otra manera de clasificarlos. Madina de manera particular considera que “podría existir en ellos una condición de tipología o psicopatología que hace propenso al individuo a convertirse en un generador de violencia, pero no se trata únicamente de este factor, sino que son personas impulsivas, que manejan muy mal los conflictos y que en cuanto las cosas se tuercen recurren a la violencia sin pararse a pensar. Son incapaces de pensar con antelación y la dificultad para controlar los impulsos es una de las características que se dan en algunos hombres” (p.7).

Madina (2005) continua diciendo: “Muchos hombres violentos son agresivos dentro de casa pero fuera de ella son personas más bien *apocadas*. Ellos saben a quién pueden pegar y a quién no y contra quién pueden descargar su agresividad” (p.7).

Madina (2005) diferencia a dos tipos de maltratadores en base al tipo de agresión expresada preferentemente. El primero se trata del *hombre duro*, este tipo de agresor ha entañado algunos valores como la fortaleza, la inexpresividad emocional, el desapego, el autocontrol en el sentido emocional y que se siente muy orgulloso por el hecho de ser firme en su *masculinidad* cuando manifiesta y experimenta valores que se contraponen a los de las mujeres, es decir, es un macho. Incluso se trata de varones homofóbicos. Este tipo de hombres suele ser violento ante la menor provocación, pues es así como se liberan de sus tensiones y todo lo que tenga que ver con conductas afeminadas les causa aversión. Este tipo de hombre descarga su agresividad por igual con mujeres, con sus propios hijos o con cualquier desconocido que el sienta que lo está ofendiendo. Se podría denominar como “macho recalcitrante o busca pleitos”.

El otro tipo de agresor es el *hombre inmaduro*, este tipo de hombre es más bien del tipo “normal” tiene hijos, pareja estable, un trabajo, amigos y puede convivir muy bien con ellos, de hecho podría no discutir con su jefe aun si este le estuviera hostigando; pero cuando llega a casa se desquita de sus frustraciones con su pareja. Este tipo de hombre pudo haber tenido una infancia y adolescencia rodeada de amor, e incluso de favoritismos, es el típico “hijo de mami”, consentido y con una madre sumisa que se sometía a sus caprichos, no obstante en el fondo es una persona insegura, inmadura y frágil. De hecho se muestra así ante la sociedad, pero suele descargar ese complejo de fragilidad con su mujer y sus hijos que se encuentran en un nivel de subordinación, o podría decirse, que este tipo de hombre se aprovecha de los más débiles impunemente, es una persona cobarde (Madina, 2005, p.8).

Muchos de estos hombres tienen como único referente afectivo a su pareja, en realidad pocos logran construir relaciones de amistad reales ya que no tienden a abrirse con los demás sinceramente, hablar de ellos mismos o relacionarse sanamente; entonces la idea de perder a sus compañeras sentimentales les resulta devastadora.

Expresado en palabras de Madina (2005) “Todo es un mundo de miedos, de debilidades, todo está reprimido y con la única persona con la que se sienten más seguros es con su pareja. Entonces la idea de que su pareja pueda dejarles no la pueden tolerar” (p.8).

En los casos de violencia, otra posible explicación del mantenimiento de la misma, podría ser el hecho de que estos comportamientos de los hombres y las mujeres están vinculados en una especie de *complementariedad*, en la cual el hombre daña, agrede y sobaja a la mujer mientras que ella se dedica a justificarlo y someterse. De este modo ambos miembros de la relación se retroalimentan y complementan, aún de manera enfermiza. En muchas ocasiones las mujeres que se encuentran sumergidas en este círculo vicioso no lo dejan, no porque carezcan de bienes económicos necesarios para su subsistencia sino porque emocionalmente ya se encuentran absolutamente enganchadas a su maltratador. Se crea en ellos una *dependencia* que les impide separarse. Se podría decir, en términos coloquiales y burdos que la mujer “ya necesita que le peguen para sentir que la aman, y el hombre necesita su bolsa de box para descargar sus frustraciones” (Madina, 2005).

Por otro lado, Madina (2005) explica la forma en la que cada agresor hace uso de la violencia, entonces en sus propias palabras: el hombre duro tiene una forma de manifestar la violencia que se define como *violencia expresiva*. Esta violencia manifiesta el desahogo descontrolado de tensión y ese desahogo de alguna forma refuerza la conducta, ya que la persona que se va poniendo tensa y al final suelta la mano, suelta un puñetazo, pega un empujón y eso le supone un alivio de tensión y además supone un rápido final a una situación que se está descontrolando. Esto puede presentarse de manera unilateral o mutua. Es una violencia más predecible. La mujer la ve llegar, va viendo que la discusión va a más y que él cada vez se está poniendo más enfadado y las consecuencias físicas son impredecibles, porque cuando el hombre descarga la violencia no sabe hasta dónde puede llegar (Madina, 2005, p.9).

En comparación con la *violencia expresiva* usada por el *hombre duro*, la *violencia instrumental* usada por el *hombre inmaduro* es una violencia que se piensa a conciencia, y que se utiliza para la obtención de un objetivo definido, en su mayoría, someter. Esta violencia esta premeditada, calculada y se trata de un tipo de agresión unilateral ya que los roles que juegan los participantes están bien determinados: el es el maltratador, y ella es la maltratada. El hombre utiliza este tipo de violencia para someter a su víctima, para sobajarla, controlarla y amedrentarla; también puede ser utilizada como una justificación a lo que el considera puede ser una provocación por parte de su compañera. Este tipo de violencia mejor pensada, curiosamente suele ser más devastadora debido a la premeditación con la que se aplica, así la mayoría de los homicidios logrados han sido antes ya meditados y calculados. Las consecuencias psicológicas sufridas por la mujer también pueden ser muy graves, ya que se trata de una degradación de su persona que se fue construyendo poco a poco y que suele entrañarse con mayor fuerza, por tal motivo, se trata también de un daño que toma tiempo en ser reparado de manera satisfactoria (Madina, 2005).

Ahora bien, este tipo de violencia se produce en dos fases de *dominio* en la relación; la primera es la *seducción*: el hombre aquí trata de enamorar a la mujer, es atento, cariñoso, cálido, respetuoso y puede llegar a mostrarse incluso sensible, si esto no fuera suficiente para enganchar a la persona entonces el hombre utiliza métodos más agresivos. Durante esta fase la mujer puede perder la confianza en si misma, cree que esta siendo protegida y se siente como si de una niña se tratara, una mujer que no razona adecuadamente, o al menos es así como su pareja la hace sentir. Llega a ser tanto el control que la mujer pierde sobre si misma que incluso puede llegar a defender a su pareja por su comportamiento justificándolo de estar cuidando de ella únicamente. Mas tarde en la segunda fase de *dominio*, cuando la mujer ya se encuentra bien enganchada en la relación entonces es sometida por su pareja de manera más directa por medio de la *manipulación*, la *persuasión* o el *dominio directo*. Aquí la mujer puede ser amenazada, limitada o tener prohibiciones por ejemplo, de relacionarse con otros. Si aún así la mujer insiste en rebelarse ante tal agresividad, el hombre aplica frecuentemente técnicas de dominio más intensas: puede aislarla completamente, amedrentarla física y verbalmente.

Parece ser que se ha educado a hombres y mujeres para mantener un tipo de convivencia que descansa en la dominación y sumisión de los sexos, entendido esto como un referente para el buen funcionamiento de la sociedad, pero muy particularmente del ámbito familiar, en el cual son los hombres los más favorecidos en su pertenencia de una sociedad edificada bajo constructos machistas.

Finalmente podría decirse que un eje clave que justifica la violencia ejercida sobre la mujer es la construcción social del *género* que manifiesta de manera crítica las desigualdades culturales de hombres y mujeres, considerando de manera general que existe un sexo reinante sobre otro. Es decir, la construcción de dichos *roles* de género han fomentado el etiquetaje de ciertas conductas permisivas o no inherentes al sexo, tal como han limitado el quehacer de estos e incluso han moralizado el actuar de los mismos. Todo esto en un contexto de *jerarquización* en el cual el sexo masculino está por encima del femenino; es así que difícilmente podría considerarse la violencia en las mujeres como una conducta reprobable puesto que entonces se estaría atentando contra los valores morales establecidos recalcitrantemente por una sociedad machista hegemónica y tradicionalista (Ruiz, 2006).

2.3. Violencia familiar y su relación con la dependencia económica.

El término *pobreza* alude a las carencias o necesidades no satisfechas de los individuos. El concepto feminista de la pobreza tiene sus *raíces* en las diferencias de género establecidas culturalmente y que tienen que ver con las libertades que goza cada miembro de acuerdo a su sexo. Es decir, las mujeres de acuerdo al mandato de su género deben desarrollarse dentro del ámbito *privado*, el hogar. Percibiendo por su trabajo ningún sueldo. Si en su caso estuviera empleada, el salario que se le otorga es considerablemente más bajo que el que el varón percibe. Estas desigualdades en la asignación de actividades y la llamada “*división sexual del trabajo*” han puesto a las mujeres en una desventaja económica en comparación con los hombres. No está por demás mencionar que el simple hecho de solicitar un puesto de trabajo implica condiciones que les limitan, como ejemplo de esto: la maternidad. Esto nos dice que la *pobreza femenina* no está dada así por mero azar.

Espino (2007) por su parte menciona que “la pobreza ha sido definida tradicionalmente desde el enfoque monetario como un déficit en el consumo privado o en los ingresos respecto a algún umbral o la línea de la pobreza” (p.14). El bienestar se asocia desde esta perspectiva con la capacidad de consumo y puede medirse por medio del consumo efectivo, del gasto o el ingreso de los hogares.

El término “*feminización de la pobreza*” se originó en Estados Unidos en los años setenta. Y se enfatizaban tres aspectos de la misma: factores específicos dentro de la pobreza que afectaban de manera diferencial a las mujeres, la mayor cantidad de mujeres entre los pobres y la tendencia a un aumento de la pobreza femenina (Espino, 2007).

De acuerdo con Olivera (2006) la *feminización de la pobreza* a forzado a las mujeres a unirse al mercado laboral bajo condiciones de inequidad y vulnerabilidad, básicamente porque los trabajos a los que pueden aspirar son en servicios o economía informal con muy bajos ingresos monetarios. Muchas mujeres hoy en día trabajan de 10 a 12 horas en servicio doméstico, restaurantes o pequeñas fábricas con ninguna garantía o beneficio. De hecho una de cada 4 mujeres que trabajan en ventas, han sido autoempleadas en pequeños establecimientos y el resto trabajan para otros, incluso cuando algunos no incluyen salarios definidos (INEGI, 2005).

Es complicado hoy en día para las mujeres que han estudiado una carrera universitaria, buscar empleos y encontrarse con la realidad, en la que en los puestos ejecutivos vacantes para empresas de prestigio o no, en su mayoría se solicita el trabajo de postulantes masculinos, esto, porque los empleadores se ahorran el pago de incapacidad para aquellas mujeres que durante su labor en la empresa opten por la maternidad, así como las molestias de las continuas faltas en el trabajo debido a las complicaciones que podría implicar encontrarse al cuidado de los hijos. Más precisamente, tener que acceder a permisos especiales cuando alguno de sus hijos se enferme o nadie más pueda asistir a una junta escolar. Sin dejar de lado las ocupaciones relacionadas a los roles de género, se considera que las mujeres aún si estas desempeñan una labor extradoméstica y tienen una pareja sentimental, deben encargarse del cuidado y educación de los hijos.

La pobreza y la marginación en sus condiciones más extremas por otro lado, han forzado a las mujeres a verse involucradas en prostitución y bandas delictivas.

Un dato interesante de esto, nombrado por Olivera (2006) es que esta integración femenina al campo laboral en su parte positiva, ha logrado romper con las ideas tradicionales de la división sexual del trabajo, pero no así con el colectivo imaginario de que las mujeres dependen de los hombres y sobre sus obligaciones en el hogar.

La *dependencia económica* de las mujeres se mide a partir de si ella esta empleada o no, si tiene hijos pequeños que no puedan aportar entradas económicas a la casa y gana 25% menos del ingreso familiar normal, así como si cuenta con apoyo social. Sin embargo, cuando la mujer y sus capacidades económicas se *contraponen* con las expectativas adheridas a su género, es decir, ganan más que su pareja sentimental, los conflictos aparecen.

Esto se hace manifiesto cuando la mujer que es más *poderosa* económicamente hablando en comparación con su pareja, tiene más capacidad de elección y posibilidades de detener una situación de violencia, así como empatarse socialmente con su pareja, esto es visto socialmente y culturalmente como un *desafío* o una ruptura con la autoridad y poder del hombre, y esta situación puede incitar al recurso de la violencia como una forma de recuperar el control pedido en la relación para el restablecimiento del *dominio masculino* (Casique, 2010). Sobre esto Gibson-Davids, Magnuson, Gennetian & Guncan (2005) mencionan que precisamente “el abuso domestico ocurre cuando un hombre pierde su rol instrumental y simbólico como proveedor de la casa” (p.2). Una mujer que se torna económicamente independiente puede crear en el hombre sentimientos de frustración que descarga en forma de violencia, no obstante el hecho de que la mujer tenga poder económico también conlleva a la toma de decisiones que permiten la negociación con su pareja para reducir o eliminar la conducta violenta (Gibson-Davids et al., 2005).

Para las mujeres, el vivir en un estatus socioeconómico desfavorecido les implica un factor de riesgo relacionado a la permanencia y perpetuación de la situación violenta, ya que cuentan con un bajo nivel de recursos para tomar la decisión de salir de la relación de agresión, también estas mujeres son propensas a depender económicamente de sus parejas, lo cual las hace blanco fácil para sufrir maltrato.

Casique (2010) considera que la cantidad de hijos engendrados, el tipo de unión conyugal y la edad de la mujer son factores de riesgo ante la violencia en la pareja. En palabras de Casique: “el número de hijos vinculado a una mayor carga de trabajo y de estrés así como la unión libre posiblemente asociada a un menor compromiso y estabilidad en la pareja, son ambos factores que incrementan el riesgo de todos los tipos de violencia. Por su parte, la edad de la mujer es un factor que consistentemente representa un factor de protección frente a los cuatro tipos de violencia, lo que hace pensar que la madurez disminuye la vulnerabilidad de las mujeres frente a la violencia de sus parejas” (p.6).

Una vez definidos los elementos de riesgo de la violencia ligados al factor económico en las relaciones de pareja, una manera de contribuir a la eliminación de la misma, es el empoderamiento femenino.

De acuerdo con Kaaber (citado en Casique, 2010) el empoderamiento se refiere “al proceso por el cual aquellos a quienes se les ha negado la posibilidad de tomar decisiones de vida estratégicas adquieren tal capacidad” (p.2). Con respecto a esto, Casique (2010) menciona que cuando hablamos de *empoderamiento femenino*, nos referimos “tanto al proceso, como al resultado del proceso a través del cual las mujeres ganan un mayor control sobre los recursos intelectuales y materiales, y desafían la ideología del patriarcado y la discriminación por género” (p.2). Y es que el *empoderamiento femenino*, en cuestión de la incursión de la mujer en el campo laboral que amenaza con la ruptura de los roles tradicionales de la sociedad patriarcal también permite en su forma positiva la adquisición de la independencia femenina en todos sus matices.

Respecto al componente económico del empoderamiento femenino, Stromquist (citado en Casique, 2010) plantea que “si bien el trabajo fuera de la casa representa a menudo una doble carga, el acceso a este tipo de trabajo incrementa la independencia económica y, por tanto, la independencia en general” (p.3).

Para Blumberg (citado en Casique, 2010) promover el control relativo de las mujeres sobre los ingresos y otros recursos económicos es una suerte de fórmula mágica que facilita tanto la igualdad de género como la riqueza y bienestar de las naciones. Las mujeres con poder económico ganan mayor *igualdad* y *control* sobre sus propias vidas, contribuyen directamente al capital humano de sus hijos como son: nutrición, salud, educación y a la riqueza y bienestar de las naciones e indirectamente al crecimiento del producto interno bruto de sus países a través de una reducción de su fecundidad y la de sus hijas educadas. Es así que se crearía una nueva conciencia social en la que las “renovadas” mujeres independientes promovieran en las próximas generaciones la importancia de su incursión en el campo laboral, para con esto romper la estructura cultural que se ha implantado incuestionablemente durante mucho tiempo, en la cual la desigualdad de géneros ponía a la mujer en niveles desfavorecidos, situación que las hacía presas fáciles de violencia, pobreza y marginación.

2.4. La importancia de abordar la violencia en el quehacer psicológico.

Es importante señalar que la *violencia* es un problema de salud que se ha venido agravando al pasar de los años; ha llegado a un punto en el que esta se ha *naturalizado* socialmente. El problema principal que ha detonado este fenómeno es precisamente la *educación* que ha continuado hasta la actualidad, en la misma donde los roles de género son conductas estereotipadas que lejos de permitir la integridad individual, encasilla y limita a los seres humanos por igual. No obstante cabe resaltar que dentro de este etiquetaje se han establecido jerarquías en las cuales la mujer ha quedado por debajo que el hombre, esto ha dado cabida a la subordinación, vejación y a la violencia sobre las mismas.

Este es el problema que se aborda en el presente trabajo. Sin embargo el psicólogo no se encarga en su quehacer profesional únicamente del tratamiento de patologías de carácter psicológico, sino también se encarga de la educación de los individuos permitiendo con esto impactar en ellos a manera de *prevención*, *intervención* y *rehabilitación* de cualquier problema de salud, por supuesto trabajando de manera multidisciplinaria con otros profesionales encargados de mantener y restablecer la integridad de los sujetos.

De manera precisa, la importancia del quehacer del psicólogo, con todas las herramientas obtenidas durante su preparación profesional, es la aplicación de las mismas en pro del bienestar social. En este caso particular, se pretende intervenir en la prevención de la violencia, ya que con esto se da un primer paso en la erradicación de la misma, pero a su vez se esta re-educando, concientizando y ayudando a la población a quererse y respetarse.

Es aquí, donde el quehacer del psicólogo cobra sentido, es decir, no solamente se confina al profesional a realizar su trabajo encasillado a un consultorio, sino que va más allá de esto, logrando impactar en diversos niveles a la población.

Es entonces que el psicólogo, fuera de la especialidad que tenga, se transforma en un psicólogo *educativo*, *social* y *clínico* explotando las herramientas de trabajo adquiridas por medio de una base científica y teórica irrefutable, pero a la vez, permitiéndose el crecimiento personal dentro del trabajo dinámico con la población.

Lo que a su vez traería un beneficio mutuo, tratándose este de la retroalimentación personal y profesional, de la población y del psicólogo.

JUSTIFICACIÓN.

Los roles de género establecen *socialmente* actividades, emociones e ideas específicas en los hombres y las mujeres; se ha puntualizado que las mujeres deben permanecer dentro del hogar y realizarse como madres y esposas, ya que ese es el fin más alto al que pueden aspirar, mientras que los hombres se desempeñan en ámbitos públicos logrando mejores status sociales, *poder* y *dominación* sobre el sexo contrario. También se considera que los hombres deben ser fuertes, valientes, agresivos y proveedores del hogar mientras que las mujeres deben ser sumisas, maternales, cariñosas y emocionales. No obstante, estas características de género inherentes al sexo limitan las capacidades humanas. Han contribuido a la *desigualdad de género*, a la *subordinación*, la jerarquización, la *división sexual del trabajo*, a la *violencia*, e incluso a la *feminización de la pobreza*. Es por esta razón que resulta significativo el trabajo personal en la mejora de la calidad de vida, involucrando dentro de la misma, la autoestima, promoviendo el respeto por la vida, el respeto por si mismo y por el resto de las personas, motivando a las mujeres a la independencia en todos los ámbitos posibles; así como también trabajando en equipo para concientizar a la comunidad sobre esta problemática tan delicada como es la violencia de género, sus causas, su alcance e impacto en la salud y las formas de prevenirla. Esto como una manera de disminuir y erradicar la violencia en la pareja resultante de una sociedad *patriarcal* prevaleciente.

De acuerdo a los estudios realizados sobre violencia de pareja, se ha demostrado la presencia de algunos *factores de riesgo* en mujeres que son víctimas de la misma; por mencionar los más significativos están el estrato socioeconómico, la edad, la conservación de las ideas tradicionalistas sobre el género, el deficiente nivel de autoestima, la dependencia económica y el historial familiar de la mujer violentada así como del abusador. Cabe destacar que estos factores no son únicamente indicadores de riesgo, sino que también funcionan como factores de *mantenimiento* en la relación agresiva.

La complicación más importante al trabajar en la erradicación de este problema en la pareja, tiene que ver con la lucha a contracorriente de años de enseñanza y establecimiento de ideas, usos y costumbres sumamente arraigadas a una sociedad que hoy en día ya no se ajusta a las necesidades humanas básicas. Se trata de la re-educación, de la concientización, y de la modificación de las creencias de los individuos; pero lo más impactante, es la exposición y la exhortación al análisis y al *cuestionamiento* de dichas ideas tradicionalistas. Es decir, en palabras burdas, “No creer todo lo que se enseña, por muchos años y muchas generaciones que lo ejerzan”, es el constante conflicto humano, en el que la razón, la emoción, la sensación y el bienestar integral entran en incongruencia.

Retomando el punto en el que dentro del programa de erradicación de la violencia se involucra la estimulación femenina a integrarse al campo *laboral* para lograr la *independencia económica*, se entra en contradicción igualmente, ya que se considera que la mujer que es independiente económicamente del hombre, o tiene una entrada económica adicional, una actividad lucrativa, o incluso un trabajo mejor remunerado que su pareja puede ser víctima de violencia, ya que al romper con su *rol femenino* de dependencia amenaza al *rol masculino* de proveedor del hogar, socavando la identidad del hombre, y poniéndolo en duda ante el resto de la sociedad, actuando esta posición privilegiada femenina como un detonante e incluso como una justificación para el uso de la violencia como una herramienta del hombre por mantener el control -aunque sea parcialmente- de su jerarquía en la relación de pareja. Sin embargo en contraparte de esta explicación negativa de la independencia económica también se plantea la igualdad de estatus en ambos géneros permitiendo que una vez que la mujer este al nivel del hombre, sea capaz de *negociar* acuerdos para disminuir la violencia. No obstante, este enfoque se aplica a las mujeres que ya viven maltrato por parte de sus parejas. La independencia económica como medida *preventiva* de la violencia, es efectiva por su parte.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

El problema que se plantea por lo tanto es, la modificación del establecimiento recalcitrante e incuestionable de *ideas tradicionalistas* de género que contribuyen a la perpetuación de la subordinación del hombre sobre la mujer, resultando esta en *violencia*, cualquiera que fuere; así como la estimulación del *empoderamiento femenino* por medio de un programa preventivo de la violencia en la pareja, rescatando entonces todas las herramientas que se han mencionado previamente de manera positiva en su favor.

CAPITULO 3. PROPUESTA DE INTERVENCION PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER.

UNIDAD 3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN CON PERSPECTIVA DE GÉNERO.

3.1. Fundamentos teóricos de la propuesta de intervención en la prevención de la violencia en la pareja.

El enfoque cognitivo conductual nació de la influencia de exponentes como Albert Ellis y Aaron Beck quienes diseñaron técnicas y estrategias para ayudar a las personas a enfrentar sus conflictos de forma breve, centrada en el cliente y de manera concisa. Estas estrategias se basan en las premisas de ayudar al paciente a resolver sus conflictos de manera contundente concentrados en elementos del presente inmediato por medio de la modificación de pensamientos o valores existentes.

Una de las técnicas más importantes sobre todo para los psicólogos clínicos que se manejen en el enfoque cognitivista, se refiere a la técnica desarrollada por Ellis, la cual denomino terapia racional emotiva. La teoría que sostiene esta técnica dice que “los seres humanos son seres creadores de signos, símbolos y lenguaje” que tienen cuatro procesos fundamentales: percepción, movimiento, emoción y pensamiento, por lo tanto podríamos decir que la teoría que esta detrás de la terapia racional emotiva es conductual cognitiva afectiva ya que percibe la cognición y emoción de manera integrativa y al pensamiento como algo que se desencadena por algún grado de deseo o sentimiento, y ve al sentimiento como algo que incluye de manera significativa a la cognición (Engler, 2009).

Una de las características más sobresalientes de la teoría de Ellis, se basa en que pese a que el considera que los seres humanos buscan la felicidad evitando el dolor, es decir, se trata de seres hedonistas, se contraponen en ellos una condición que les obliga a tener constantes ideas irracionales sobre la vida y el futuro como una forma de “condenarse” primero a si mismos si no consiguen lo que necesitan o creen que desean en el momento en que lo hacen, generalizando entonces esta experiencia a todos los planos de su vida. Creando de

manera automática ideas fatalistas en muchos de los casos, de los que no tienen evidencia suficiente para considerar su verosimilitud.

Retomando esta línea de preceptos surge la teoría del A-B-C de la personalidad: en ella se menciona que cuando una consecuencia emocional muy cargada (C) sigue a un evento de activación significativo (A), puede parecer que A causa a C pero en realidad no es así. En lugar de esto, las consecuencias emocionales son creadas por B, que es el sistema de creencias del individuo.

Con respecto a dichas creencias irracionales a las cuales Ellis también denominó “*creencias del debería*” se considera que si las personas trabajaran en el cuestionamiento y modificación de las mismas, se reducirían los riesgos de sufrir algún tipo de psicopatología. Es también importante señalar que Ellis (citado en Engler, 2009) menciona que: “heredamos una tendencia a convertir las *preferencias culturales* en *deberían* y las *normas sociales* en *tendrían que absolutos*” (p. 432). Esto explica en gran parte, las creencias automáticas e irracionales que se entañan en los individuos aun si éstas no les generan ningún beneficio personal. Es decir, de manera concisa, que si retomamos el tema que compete sobre violencia en la pareja y lo relacionamos con los factores de riesgo, tal como las ideas estereotipadas acerca de los roles de género, se puede explicar fácilmente la fuerte influencia que tiene la cognición y la generación de ideas automáticas muchas veces generalizadas que están siendo acatadas por hombres y mujeres asegurando la continuidad de dichos roles disfuncionales y desiguales que han permitido no solamente la génesis sino la continuidad misma de la violencia (Engler, 2009).

La terapia cognitiva conductual está basada en una teoría de la personalidad que menciona que en la manera en la que se piensa, está determinada la forma en la que el individuo se siente o se comporta. Beck fue otro de los exponentes en este enfoque de la psicología. Los conceptos implicados en la teoría de Beck incluyen las *cogniciones*, *esquemas* y *distorsiones cognoscitivas*.

Los *esquemas* por lo tanto son estructuras cognoscitivas que se sostienen en las creencias y supuestos centrales fundamentales del individuo acerca de la forma en que opera el mundo. Dichos esquemas se forman a través del tiempo en base a las relaciones del individuo con otros, y de las experiencias de vida que se tengan; estas no deberían ser forzosamente adaptativas, de hecho pueden ser desadaptativas y en algunas ocasiones dependen del estado de ánimo de la persona (Engler, 2009).

Por otro lado, las *distorsiones cognoscitivas* que menciona Beck, aparecen cuando los acontecimientos estresantes desencadenan esquemas irreales. Algunas de estas distorsiones son: a) *Inferencia arbitraria*, que significa extraer una conclusión específica sin evidencia de su verosimilitud; b) *abstracción selectiva*, se refiere a conceptualizar una situación en base a un detalle tomado de contexto e ignorar todas las demás explicaciones posibles; c) *generalización excesiva*, es decir abstraer una regla general de uno o dos incidentes aislados y aplicarla con amplitud; d) *magnificación o minimización*, que quiere decir ver un acontecimiento más o menos significativo de lo que realmente es; e) *personalización*, que consiste en atribuirse a sí mismo los eventos externos sin tener evidencia de que es así y finalmente, f) *pensamiento dicotómico*, que se refiere a categorizar las situaciones en extremo. Ahora, una vez definidos estos conceptos, pueden ser aplicados al tema de estudio en particular para explicar el fenómeno de la violencia en la pareja desde la vía de la cognición: los esquemas que son “pensamientos” que se tienen de sí mismo con base a las experiencias desde temprana edad, así como las “creencias” del funcionamiento de la vida han logrado forjar en el individuo una personalidad ya sea adaptada o no. Esto podría dar cabida a la explicación de la predeterminación de los roles ejecutados por cada miembro de la relación violenta, es decir, quien es víctima y quien es victimario. Una vez dicho esto, y más enfocado al rol de la víctima en quien se crean distorsiones cognitivas que perpetúan su permanencia en la relación disfuncional, se puede decir a manera de ejemplo que cuando la mujer maltratada razona en base a la *inferencia arbitraria* lo que podría decirse a sí misma sobre la situación en la que se encuentra es que “soy mujer y esta es mi cruz”, mientras que si utiliza la *abstracción selectiva* su razonamiento sería “el solo me pega de vez en cuando”, la *generalización excesiva* llevaría a la víctima a decir “que todos los hombres son violentos por naturaleza”, cuando la mujer hace uso de la *magnificación o*

minimización puede decirse que “ya casi no me duelen los golpes”, si entonces ella racionaliza por medio de la *personalización* comúnmente menciona que “la culpa la tengo yo que lo hago enojar” y por ultimo, cuando existe *pensamiento dicotómico* la mujer dice “no puedo salir de esto, pues me aguanto”.

Aunque Beck ha sido contundente en la definición de cada una de estas distorsiones, ha de destacarse que ninguna victima de violencia experimenta una u otra, de hecho se presentan todas las distorsiones cognitivas antes mencionadas.

Beck propuso igualmente su modelo de *triada cognoscitiva*, la cual tiene como precepto que el individuo deprimido tiene una visión negativa de si mismo, del mundo y del futuro; esta es otra posible explicación del porque las mujeres violentadas que sufren depresión además de otros problemas de salud mental, no pueden salir del circulo de la violencia en el que se encuentran, pues tienden a ver un panorama desolador de su futuro en el que sencillamente es inútil tratar de luchar.

La propuesta de intervención considera dentro de los recursos que deberían ser explotados al máximo para recuperar a la mujer maltratada de dicho sentimiento de inferioridad que vive pero por sobre todo, evitar que la mujer caiga por si misma en una situación de riesgo como esta, se enfatiza en el trabajo de autoestima. Reynaud define la autoestima como: “una actitud positiva hacia si mismo que consiste en conducirnos de la forma más sana y feliz que buenamente podamos, teniendo en cuenta el momento presente y también el futuro” (p.28). Esto incluye lo que Ellis (citado en Reynaud, 2010) llama “hedonismo a corto y largo plazo”, es decir, buscar la felicidad y hacer lo que nos plazca, siempre que ello no nos impida conseguir una satisfacción mayor a medio o corto plazo. Para lograr este objetivo es necesario que los individuos se conozcan y re-conozcan a si mismos y sean capaces de aceptarse tanto en sus defectos como en sus virtudes. Ciertamente tener una visión degradada de si misma, permite la apertura y aceptación de que otros pasen por encima de los derechos básicos humanos, concibiéndose así la violencia.

Finalmente, en la propuesta se incluye la enseñanza en la capacidad de resolución de problemas; esta estrategia de intervención estipula que no podemos evitar tener conflictos y confrontaciones con otros por diversos motivos, no obstante podemos ser capaces de resolver dichos problemas por medio del uso de esta técnica que describe cinco pasos a seguir: 1) reconocer el problema, 2) formular el problema en forma clara, teniendo en cuenta como lo ve el otro, 3) buscar alternativas para solucionar el problema, 4) evaluar las alternativas y elegir la mejor, 5) ejecución o puesta en práctica y evaluación de resultados. Ser capaces de resolver y afrontar conflictos, así como negociar, propiciaría que no lleguemos a una situación mayor. En el particular caso de violencia en la pareja, el saber negociar permitiría evitar los golpes y los insultos, ya que se lograría el respeto de los derechos humanos y la no trasgresión de los mismos.

No obstante Ellis (citado en Engler, 2009) en su actitud realista tanto del pesimismo como del optimismo con respecto a la naturaleza humana menciona: “los seres humanos tienen una fuerte tendencia a sabotearse a sí mismos pero al mismo tiempo tienen un potencial enorme para el cambio y la realización propias” (p.453).

Por otro lado, y retomando la aplicación de dichos postulados y técnicas en la propuesta de intervención cuyo objetivo principal tiene el presente estudio, es de vital importancia destacar algunas características de afrontamiento de las mujeres maltratadas y sobre las etapas del ciclo de la violencia así como las emociones y pensamientos experimentados durante las mismas para saber en que momento es preciso intervenir.

3.2. Metodología y propuesta de intervención en la prevención de la violencia en la pareja.

Algunos autores se han referido a los mecanismos de *afrentamiento* de los que hacen uso las mujeres víctimas de maltrato, según la *etapa de crisis* por la que transcurre el ciclo de la violencia. Es por ello que exponen que, *en la primera etapa*, las víctimas utilizan el recurso de la negación, es decir, se minimizan los actos y las consecuencias, se niega el abuso, y se culpan ellas mismas de haberlo provocado, en la *segunda etapa*, se hace énfasis del desafío de los recursos adaptativos, como por ejemplo: intentos de explicación del por qué sucedió la agresión y la búsqueda de significaciones a lo ocurrido, en la *tercera etapa*, el recurso utilizado es el de reevaluación positiva, cuando las mujeres se deciden a denunciar el acto violento, buscan consecuencias legales para el abuso u optan por la separación de la pareja, *esto se observa de forma explícita en la tabla 3* (López, 2005).

Ferrano y Jonson (citados en López, 2005) por su parte, en sus propias palabras aseguran que las mujeres víctimas del maltrato en la relación de pareja presentan escaso control de las emociones, con patrones inadecuados de interacción, asociados a estilos de enfrentamiento centrados en las emociones, lo que conlleva a afrontamientos evitativos, no constructivos e ineficaces para resolver los conflictos, lo que facilita la aparición de estados negativos en las emociones y sentimientos, acompañados de evaluaciones distorsionadas de la realidad, pensamientos irracionales que trascienden su valía personal y que en sus expresiones más graves pueden llevar al *suicidio* o el *homicidio* como una manera desesperada de terminar con la relación violenta (López, 2005, p.35). *Estas estrategias de afrontamiento se manifiestan de forma gráfica en la figura 2.*

De acuerdo a estos datos, la etapa de la violencia donde es factible la *intervención* es en la tercera, no obstante es el momento de mayor peligro para la víctima, y en el cual si no se actúa rápidamente podría ser fatal.

El programa de intervención que se propone en el presente estudio tiene una perspectiva de *género* y consta del uso de estrategias de intervención de tipo *cognitivo-conductual*. La perspectiva de género significa que la forma con la que se observa el problema de la violencia en la pareja tiene que ver con la forma en la que se define a la mujer y al hombre en la actualidad, así como con la interacción de los mismos y con el análisis de las conductas estereotipadas inherentes a su sexo; no obstante las herramientas de la presente propuesta de trabajo se sitúan en las teorías cognitivo-conductuales porque los recursos con los que cuenta son adecuados en la intervención de estos casos. Esta propuesta contempla básicamente a mujeres que *no sufren de violencia por parte de sus parejas*, pero si puede ser aplicable a mujeres que sufren un *grado bajo de violencia* o incluso podría aplicarse para la *rehabilitación* de mujeres que sufren violencia, siempre y cuando se enfatice en el trabajo personal de otros recursos adicionales que se comentarán posteriormente. Por ahora cabe destacar la importancia de la prevención como primer proceso de intervención en la erradicación de la violencia contra la mujer.

Metodología.

-*Objetivo general:* Reducir y eliminar los factores de riesgo en la violencia en la pareja, por medio de la concientización del problema y la enseñanza de las técnicas cognitivas conductuales para el afrontamiento en la vida cotidiana.

-*Objetivo específico:* Brindar a los asistentes, técnicas de resolución de problemas y reestructuración cognitiva por medio de la TRE de Ellis, así como mejorar el nivel de autoestima como herramientas en la erradicación de la violencia.

-*Sujetos a quien va dirigido el programa de intervención:* Mujeres en general.

-*Criterios de inclusión:* Participantes del sexo femenino. Que no vivan o vivan un grado leve de violencia por parte de sus parejas.

-*Criterios de exclusión:* Ninguno.

-Instrumentos: Inventario de depresión de Beck (BDI) 1979. Consta de 21 ítems de afirmación con opción de respuesta escalar que van del 0-4 de acuerdo a la gravedad.

Inventario de ansiedad de Beck (BAI) 1988. Consta de 21 ítems de afirmación con opción de respuesta escalar que van del 0-4 de acuerdo a la gravedad.

Inventario de autoestima de Rosenberg (EAR) 1965 consta de 10 ítems de afirmación con opción de respuesta escalar que van de 0-4 de acuerdo a la gravedad.

-Materiales: Para todas las sesiones en general se requiere una pelota, papel bond, plumones, pizarrón, gises, papeletas, urnas, globos, papelitos, lápices, lista de números de emergencia, lista de ideas irracionales y un dibujo del esquema humano.

-Diseño: Experimental, ya que se pretende modificar la variable de violencia en las participantes. Es retrospectivo porque se cuenta con una base sólida teórica para el diseño de la presente propuesta de intervención.

-Tipo de estudio: Descriptivo, ya que solo existirá una población de aplicación la cual se pretende describir en función de un grupo de variables.

-Variables: La variable independiente se trata del programa de intervención en la prevención de la violencia en la pareja, mientras que la variable dependiente es la violencia per se en cualquiera de sus expresiones.

-Aspectos éticos de la intervención: Las personas que participen en dicha intervención no están obligadas por ningún motivo a dar información personal, y pueden si así lo deciden abandonar el programa (Mendez, 2009).

La propuesta de intervención en la prevención de la violencia en la pareja tiene como objetivo brindar las herramientas necesarias a los participantes, para prevenir el riesgo de involucrarse en una relación violenta. Se trata de la manipulación positiva de las variables independientes necesarias para eliminar la violencia como variable dependiente. Estas variables independientes son la *concientización de la violencia, el nivel de autoestima, la ideología o ideas irracionales y la capacidad de resolución de problemas*. Así pues, el programa consta de 4 sesiones trabajadas de manera dinámica, resultando en un plan de acción con una duración total de 12 horas.

Por lo tanto, la sesión 1 tiene una duración de 4 horas y media. Es esta sesión se da inicio formal al programa y se abre un espacio para la presentación de los participantes ante sus compañeros. La variable que se trabaja en esta sesión es la de *concientización de la violencia* y tiene como objetivo informar al grupo acerca de la violencia en la pareja, los tipos, el ciclo de la violencia y la forma de enfrentarla en caso de sufrirla, esto con el fin de que logren identificarla en todas sus expresiones y ser capaces de establecer límites. En esta sesión también se ofrece a los participantes un directorio de apoyo en caso de sufrir violencia. *Tabla 1 y tabla 2.*

La sesión 2 tiene una duración de 2 horas y media. En esta sesión se trabaja con la variable relacionada a las *creencias irracionales*; dentro de la sesión se utilizará y enseñará la técnica de TRE de Ellis sobre modificación de las creencias irracionales. El objetivo que se persigue es básicamente exponer ideas adheridas al género, roles, usos y costumbres, familia y relación de pareja para ser cuestionadas por los asistentes en base a la técnica de TRE; con esto se pretende motivar al grupo, en el análisis de las creencias establecidas socialmente (Reynaud, 2010).

La sesión 3 por su parte, tiene una duración de 3 horas y media. Esta sesión trabaja con la variable de *autoestima* con la finalidad de lograr que los participantes aprendan a conocerse mejor a sí mismos e identificar sus emociones, logrando de esta manera valorarse, reconocerse y aceptarse eficazmente.

Por último, la sesión 4 tiene una duración de 1 hora y media. En esta sesión se trabaja con la variable de *resolución de problemas*, el objetivo principal es enseñar al grupo la técnica de resolución para que pueda ser aplicada posteriormente a la vida cotidiana. Se trata de enseñar a resolver los conflictos de una manera funcional, así como proceder al cierre formal de la intervención.

Al finalizar el programa de intervención sobre prevención de la violencia en la pareja, los participantes lograrán conocer y concientizarse sobre la violencia en sus diversos tipos, también serán capaces de cuestionar y *flexibilizar* sus ideas sobre roles de género; así como elevar sus niveles de autoestima y aprender a resolver conflictos de manera eficaz. Estos elementos aprendidos, a su vez reducirán la posibilidad de sufrir violencia de pareja.

Como se menciono antes, este programa esta *diseñado para mujeres que no sufren violencia*, no obstante puede ser aplicado a mujeres que la sufren, siempre que esta propuesta de intervención sea modificada a manera de incrementar el trabajo en *autoestima* y agregar las variables de *ansiedad* y *depresión* como una forma de resarcir en la victima los daños causados por la violencia; a su vez esta intervención tendría que ir acompañada del trabajo multidisciplinario, es decir, con profesionales que apoyen a la victima en la parte *jurídica* y *medica* para dar un acompañamiento integral que permita impactar de manera positiva en la mejora de la calidad de vida de las mujeres que sufren agresiones por parte de sus parejas. *Las cartas descriptivas se encuentran en anexos.*

CONCLUSIÓN.

El género no se enfoca únicamente al estudio de las mujeres, sino al estudio de ambos sexos y la interacción entre ellos, no obstante, dentro de los mismos se han definido roles de género que describen formalmente las conductas, ideas y campos de desarrollo de ambos sexos, esto, a su vez limita y etiqueta a los individuos. Conforme a esto, se supone que todas las mujeres poseen una inclinación *natural* hacia la maternidad o que son sentimentales, susceptibles, delicadas y tiernas. Se afirma que si las mujeres piensan o actúan en contra de esa supuesta disposición biológica propician la desintegración familiar y por tanto social. En contraparte se define al hombre como fuerte, tenaz, impetuoso y enérgico, pero si no cumple con su papel como *proveedor* económico y moral de la familia y como cazador sexual, se considera que ha fallado (Rosales, 2010). De este modo se confirman los “papeles” de los roles de género y la forma en la que la sociedad ha estratificado y dividido a hombre y mujeres diferenciándolos a manera que estos no pueden ser *individuos únicos*, sino *complementos* uno del otro. Es así como se explicaría la simbiosis presente en todas las relaciones humanas, incluyendo las de pareja principalmente. Así también podría explicarse la *dependencia* y la permanencia de la violencia misma, no únicamente definiendo a los géneros como complementos en la sociedad, sino con la etiquetación de los mismos y el establecimiento recalcitrante de las ideas sobre el quehacer del género y el ser en la relación de pareja, esto sin nombrar las creencias sobre el amor, las relaciones y la familia. Son estos factores sociales, los *generadores y perpetuadores* de la violencia.

Nótese que no se considera el conocimiento de la violencia sino, la concientización de la misma para su *desnaturalización*. Esto, porque quien sufre violencia, sabe que la sufre. Es decir, el individuo podría desconocer que tipo de violencia vive al lado de su pareja o el ciclo que esta tiene, pero definitivamente si sabe que esta siendo agredido de alguna manera.

El saber que se sufre violencia no garantiza que la persona se aleje de la relación disfuncional, pero si le permite que la justifique, racionalice, acepte y por consiguiente llegue a naturalizarla.

Por lo tanto, se habla de un fenómeno *sistémico*, en el cual, la génesis y continuidad de la violencia se da en base al aprendizaje vicario de la misma dentro el núcleo familiar, pero también influye el grado de pobreza, nivel de estudios, la conciencia sobre la violencia y los roles de género aprendidos desde la infancia. A todo esto se suman también elementos personales como la autovaloración, confianza en si mismo, aceptación, autoestima y la habilidad para resolver conflictos.

Es así que, desde la perspectiva de género se plantea luchar por los derechos civiles y culturales de las mujeres: pugnar por lograr la plena igualdad política, social y económica de la población femenina, abatir todas las formas de discriminación basadas en el sexo, incluyendo la violencia sexual, psicológica, económica y física y combatir la subordinación y la opresión de las mujeres en todas sus formas.

Para rebelarse ante la dominación de género se requiere una “disposición de si” en las mujeres y en cualquier persona dominada. Disponer en el sentido de ser *dueñas* de nuestro cuerpo, pensamiento y acciones; así como una disposición para no ser vigiladas en el ámbito de la sexualidad (Rosales, 2010).

Con base a esto, diversos estudios han demostrado que trabajar en el empoderamiento femenino por medio del trabajo positivo de los elementos antes citados, podría reducir el *riesgo* de sufrir violencia. El programa de intervención tiene claro este objetivo; pues pretende involucrar a las mujeres en el trabajo motivacional e integral con el fin de promover el respeto propio, el amor y la conciencia de si mismas dentro y fuera de las relaciones de pareja sanas y funcionales.

Por otro lado, la conclusión del presente estudio con respecto a la propuesta de intervención tiene que ver con el uso concienzudo de las técnicas cognitivo conductuales para la eliminación de los factores de riesgo previamente mencionados; no esta por demás mencionar que la propuesta aquí plasmada no ha sido aplicada en la practica ya que el carácter del presente estudio no era conveniente para ello, no obstante las técnicas propuestas así como su efectividad han sido comprobadas de manera aislada en otras propuestas de intervención diseñadas durante la preparación profesional. Con base a las experiencias pragmáticas así como las teóricas, esta propuesta podría acarrear ciertos problemas en su práctica, problemas que podrían considerarse inherentes a cualquier tipo de intervención preventiva y que tienen que ver básicamente con la adherencia terapéutica. Efectivamente las estrategias de intervención están diseñadas meticulosamente conforme a una base solida teórica fundamentada en una cantidad considerable de postulados científicos, no obstante difícilmente podremos encontrar en ellos la respuesta para lograr que los pacientes logren adherirse satisfactoriamente a la intervención, pues es cierto que es complicado enfrentarse a si mismos. Sin embargo la propuesta de intervención tiene alcances elevados en función de población y de impacto, es decir, la población podría ampliarse en hombre y mujeres, pero también en niños y adolescentes en su labor particular de concientizar a la población sobre la violencia y sus tipos, así como el grado de afectación que esta podría tener sobre ellos. También puede lograrse un mayor impacto si se consideran otras variables a ser explotadas durante la intervención, como autoestima, ansiedad, depresión, métodos de afrontamiento y la motivación de enseñar a los participantes mismos para que ellos puedan servir posteriormente como facilitadores en esta labor. E incluso se podría ampliar el enfoque teórico y práctico para generar una propuesta ecléctica.

Ahora bien, esta propuesta puede ser aplicada por cualquier psicólogo interesado en dicho campo de investigación y acción, debe para su perfecto funcionamiento, contar con las herramientas básicas teóricas y metodológicas diseñadas para intervenir en el enfoque cognitivo conductual – esto en lo que compete a sus herramientas profesionales- sin embargo, en la cuestión personal, el psicólogo o profesionista que se dedique a la aplicación de una intervención como esta, ante todo debería sentir una inmensa pasión que pudiera ser mitigada tan solo con el hecho de participar en la intervención de un programa contra la violencia.

Finalmente, con el objetivo de poder ampliar el conocimiento sobre el tema de la violencia y las relaciones destructivas, se recomienda la lectura de algunos textos como: “The art of loving” (El arte de amar) de Erich Fromm publicado en 1956 y que hace un análisis sobre la forma dinámica de amar. No se trata de un manual sobre las técnicas del amor sino de una análisis en el que se considera que para que exista este sentimiento, debe existir primero en el hombre una capacidad de amarse a si mismo, respetarse, ser humilde y amar tal cual a los demás. Otro libro ampliamente recomendado “The fear of freedom” (El miedo a la libertad) también de Erich Fromm, editado en 1947 es otro recurso literario que cuestiona la fragilidad y pánico que el hombre sufre al concebir su libertad de manera negativa, deseando fuertemente liberarse de esta por medio de la afiliación con otro individuo sin importar que ambos coexistan en una relación disfuncional. En su libro Fromm considera este tipo de relaciones como “sádicas”. Un tercer libro que resulta adecuado en el tema se trata de “Fruta verde” de Enrique Serna, editado en 2006. Este libro habla de las ideas tradicionalistas y las limitaciones que estas suponen para los individuos en su búsqueda constante de la felicidad. O dicho de otra manera: “su voracidad hedónica”.

REFERENCIAS.

Agoff, M. (2009). La abierta competencia entre el reconocimiento jurídico y la valoración social. El caso de la violencia de pareja. *Civitas Revista de Ciencias Sociais*, 9, (3), 402-417, disponible vía:

<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=74213095005>

Blázquez, M., Moreno, J., & García, M. (2009). Inteligencia emocional como alternativa para la prevención del maltrato psicológico en la pareja. *Anales de psicología*, 25 (2), 250-260, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/167/16712958007.pdf>

Cantera, L. & Blanch, J. (2010). Percepción social en la violencia de la pareja desde los estereotipos de género. *Psychosocial intervention*, 19 (2), 121-127, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/1798/179815545003.pdf>

Casique, I. (2010). Factores de empoderamiento y protección de las mujeres contra la violencia. *Revista mexicana de sociología*, 72 (01), 37-71, disponible vía:

<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=32116013002>

Castro, R. & Casique, I. (2011). Violencia de pareja contra las mujeres en México: Una comparación entre encuestas recientes. *CEPAL*, 87, 2-28, disponible vía:

http://www.eclac.cl/publicaciones/xml/1/36501/lcg2405-P_2.pdf

DIF (2010). *Perspectiva de género: una herramienta para construir equidad entre mujeres y hombres*. México, pp.1-13.

Echeburúa, E., Amor, P. & Corral, p. (2005). Mujeres maltratadas en convivencia prolongada con el agresor: variables relevantes. *Acción psicológica*, 2, 135-150, disponible vía:

<http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd26/accion.pdf>

Engler, B. (2009). *Introducción a las teorías de la personalidad*. Mc.Graw Hill, pp. 426-451.

Escudero, A., Polo, C. & Girones, M. (2005). La persuasión coercitiva, modelo explicativo del mantenimiento de las mujeres en una situación de violencia de género II: Las emociones y las estrategias de la violencia. *Revista de la asociación española de neuropsiquiatría*, 96, 59-91, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/2650/265019657005.pdf>

Espino, A. (2007). Género y pobreza: Discusión conceptual y desafíos. *Revista de estudios de género*, 3 (26), 7-39, disponible vía:

<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=88432603>

Gibson-Davis, C., Magnuson, K., Gennetian, L. & Guncan, G. (2005). Employment and the risk of domestic abuse among low-income women. *Journal of marriage and family*, 67 (12), 1149-1168, disponible vía:

<http://onlinelibrary.wiley.com.pbidi.unam.mx:8080/doi/10.1111/j.1741-3737.2005.00207.x/pdf>

González, H. & Fernández, T. (2010). Género y maltrato: Violencia de pareja en los jóvenes de Baja California. *Estudios fronterizos*, 11 (22), 97-128, disponible vía:

<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=53015788004>

Grabe, B. (2010). Promoting gender equality: the role of ideology, power and control of the link between land ownership and violence in Nicaragua. *Analyses of social issues and public policy*, 10, (1), 146-170, disponible vía:

<http://onlinelibrary.wiley.com.pbidi.unam.mx:8080/doi/10.1111/j.1530-2415.2010.01221.x/pdf>

Hernández, H. (2009). *Técnicas psicomusicales en terapia con enfoque humanista*. Universidad Nacional Autónoma de México. División de extensión universitaria, pp.5-6.

Labrador, F., Fernández, R. & Rincón, P. (2010). Características psicopatológicas de mujeres víctimas de violencia de pareja. *Psicothema*, 22 (1), 1-8, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/727/72712699016.pdf>

López, L. & Pennini, J. (2005). Violencia contra la mujer: su dimensión psicológica. *MediSur*, 3 (2), 39-81, disponible vía:

<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=180020163003>

López, L., Pennine, J. & Moya, A. (2006). Autovaloración en mujeres víctimas de violencia de pareja. *MediSur*, 4 (1), 9-12, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/1800/180019846003.pdf>

López, L. (2009). Guía metodológica para la asistencia a mujeres víctimas de violencia. *MediSur*, 7 (5), 62-83, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/1800/180014819012.pdf>

Madina, J. (2005). Perfil psicológico e intervención de los hombres maltratadores. *Los hombres ante la violencia de género*, conferencia, disponible vía:

http://www.sicarasturias.org/fotos/File/pdfs/Perfil_Psicologico_e_Intervenci%C3%83%C2%B3n_de_los_hombres_maltratadores_J_Madina.pdf

Méndez, I., Namihira, D, Moreno, L. & Sosa, C. (2009). *El protocolo de investigación, lineamientos para su elaboración y análisis*. México, pp. 5-7.

Molina, J., Moreno, J. & Vásquez, H. (2010). Análisis referencial de las presentaciones sociales sobre la violencia domestica. *Acta colombiana de psicología*, 13 (2), 129-148, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/798/79819279012.pdf>

Olivera, M. (2006). Violence against women and Mexico's structural crisis. *Latinamerican perspectives*, 33 (02), 104-114, disponible vía:

<http://www.jstor.org.pbidi.unam.mx:8080/stable/pdfplus/27647925.pdf?acceptTC=true>

Paz, M., Matud, P. & Buela, G. (2009). Salud mental de las mujeres maltratadas por su pareja en el Salvador. *Revista mexicana de psicología*, 26 (1), 51-59, disponible vía:

<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=243016317005>

Placencia, L. (2010). Un viaje rumbo a la cultura del respeto a los derechos de las y los jóvenes. Comisión de derechos humanos del distrito federal. México, pp. 81-85

Polo, C., López, D., Escudero, A., Rodríguez, B. & Fernández, A. (2006). Autoinculpación en mujeres que sufren maltrato por parte de su pareja. Factores implicados. *Revista de la asociación española de Neuropsiquiatría*, 26 (97), 71-86, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/2650/265019656005.pdf>

Red regional de apoyo a las defensorías del pueblo en Iberoamérica PRADPI. (2010). La violencia de género, noviembre, disponible vía:

<http://www.portalfo.org/inicio/archivos/redmujeres/Violencia.pdf>

Rey, A. (2008). Prevalencia, factores de riesgo y problemáticas asociadas con la violencia en el noviazgo: una revisión de la literatura. *Avances en psicología latinoamericana*, 26 (2), 227-241, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/799/79926209.pdf>

Reynaud, B. (2010). *Taller: Inducción a vivir en el extranjero*. Universidad Nacional Autónoma de México, pp.7-15.

Rius, L. (2008). ¿Violencia invisible o del éxtasis al dolor? *Revista estudios feministas*, 16 (1), 133-144, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/381/38114359015.pdf>

Rocha, T. (2005). Cultura de género: La brecha ideológica entre hombres y mujeres. *Anales de psicología*, 21 (01), 42-49, disponible vía:

<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=16721105>

Romero, I. (2010). Intervención en violencia de género. Consideraciones en torno al tratamiento. *Psychosocial intervention*, 19 (2), 191-199, disponible vía:

<http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/1798/179815545010.pdf>

Rosado, M. (2009). Violencia hacia la mujer en las relaciones de pareja: sexismo, roles de género, actitudes y creencias en cuanto al matrimonio, la separación y el divorcio y su correlación con la permanencia en la relación. *Revista científica electrónica de psicología*, 8, 1-14, disponible vía:

http://dgsa.uaeh.edu.mx/revista/psicologia/IMG/pdf/14_-_No._8.pdf

Rosales, A. (2010). *Sexualidad, cuerpo y género en culturas indígenas y rurales*. Horizontes educativos. México, pp-23-57.

Ruiz, Y. (2006). La violencia contra la mujer en la sociedad actual: Análisis y propuesta de prevención. *Jornades de foment de la investigació*, 1-12, disponible vía:

<http://www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi13/18.pdf>

Varea, A. & Castellanos, J. (2006). Por un enfoque integral de la violencia familiar. *Psychosocial intervention*, 15 (3), 253-274, disponible vía:

<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=179814012002>

ANEXOS.

Figura 1.

Roles de género y dependencia femenina.

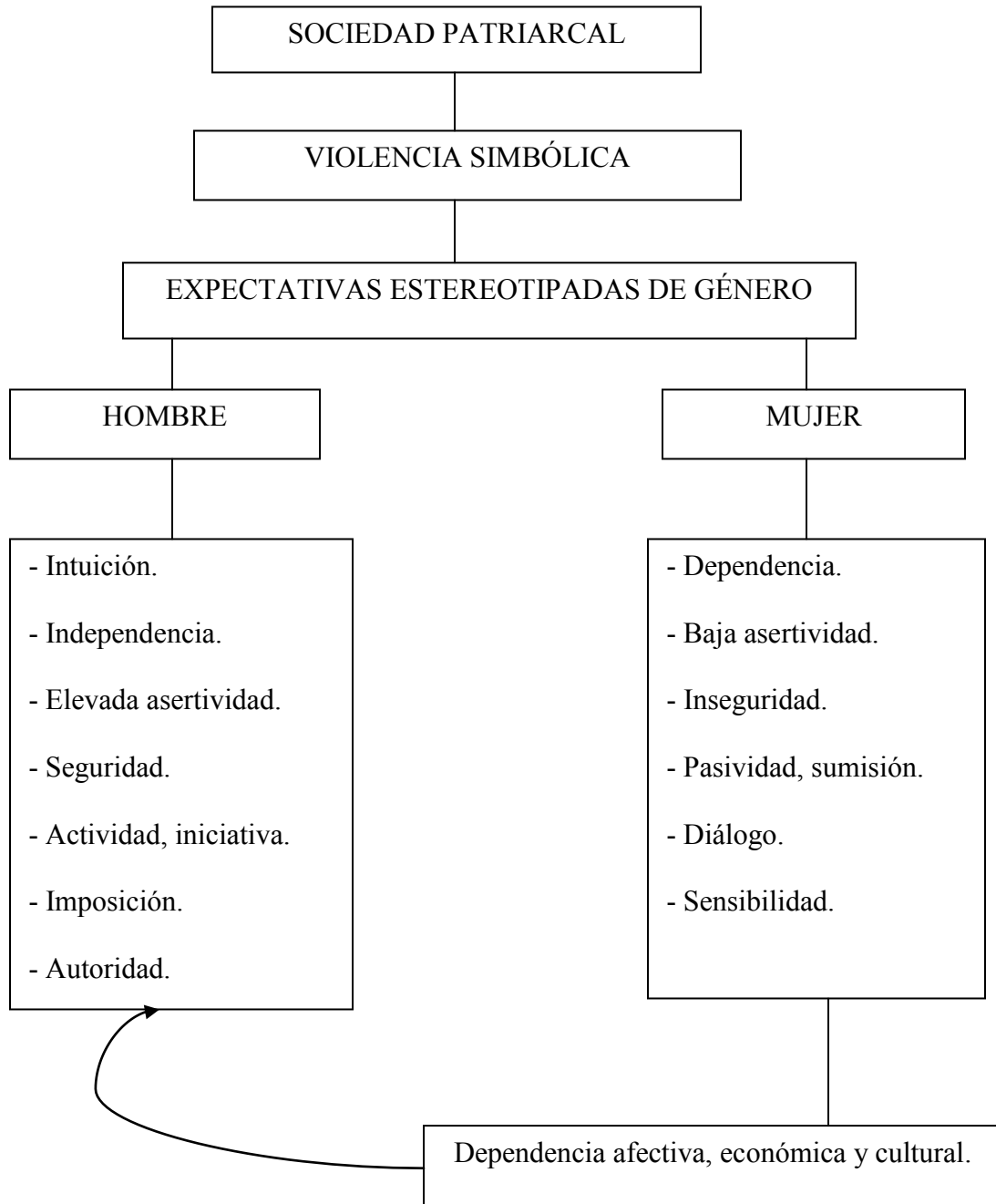


Tabla 1.

Que hacer en caso de sufrir violencia.

<i>Que hacer en caso de sufrir violencia.</i>
Las mujeres víctimas de violencia siempre deben tener a resguardo:
<ul style="list-style-type: none">• Documentos importantes: escrituras, partidas de nacimiento, documento de identidad.
<ul style="list-style-type: none">• Algún dinero del que puedan disponer.
<ul style="list-style-type: none">• Teléfonos o direcciones de lugares de ayuda: policía, servicios telefónicos de violencia familiar.
<ul style="list-style-type: none">• Llaves, medicamentos en uso y ropa.
<ul style="list-style-type: none">• Contar con algún lugar adonde ir: en lo posible, familiares, amigas, vecinas. (PRADPI, 2010).

Tabla 2.

Directorio de apoyo para las víctimas de violencia de género.

<i>Directorio de apoyo para las víctimas de violencia de género.</i> Placencia (2010).
<ul style="list-style-type: none">• Locatel 56581111
<ul style="list-style-type: none">• Instituto de la juventud del distrito federal 53413123
<ul style="list-style-type: none">• Instituto de las mujeres del distrito federal 55122831
<ul style="list-style-type: none">• Unidades de atención y prevención de la violencia familiar 53419691
<ul style="list-style-type: none">• Dirección de protección a la niñez y la familia del sistema DIF 56046926

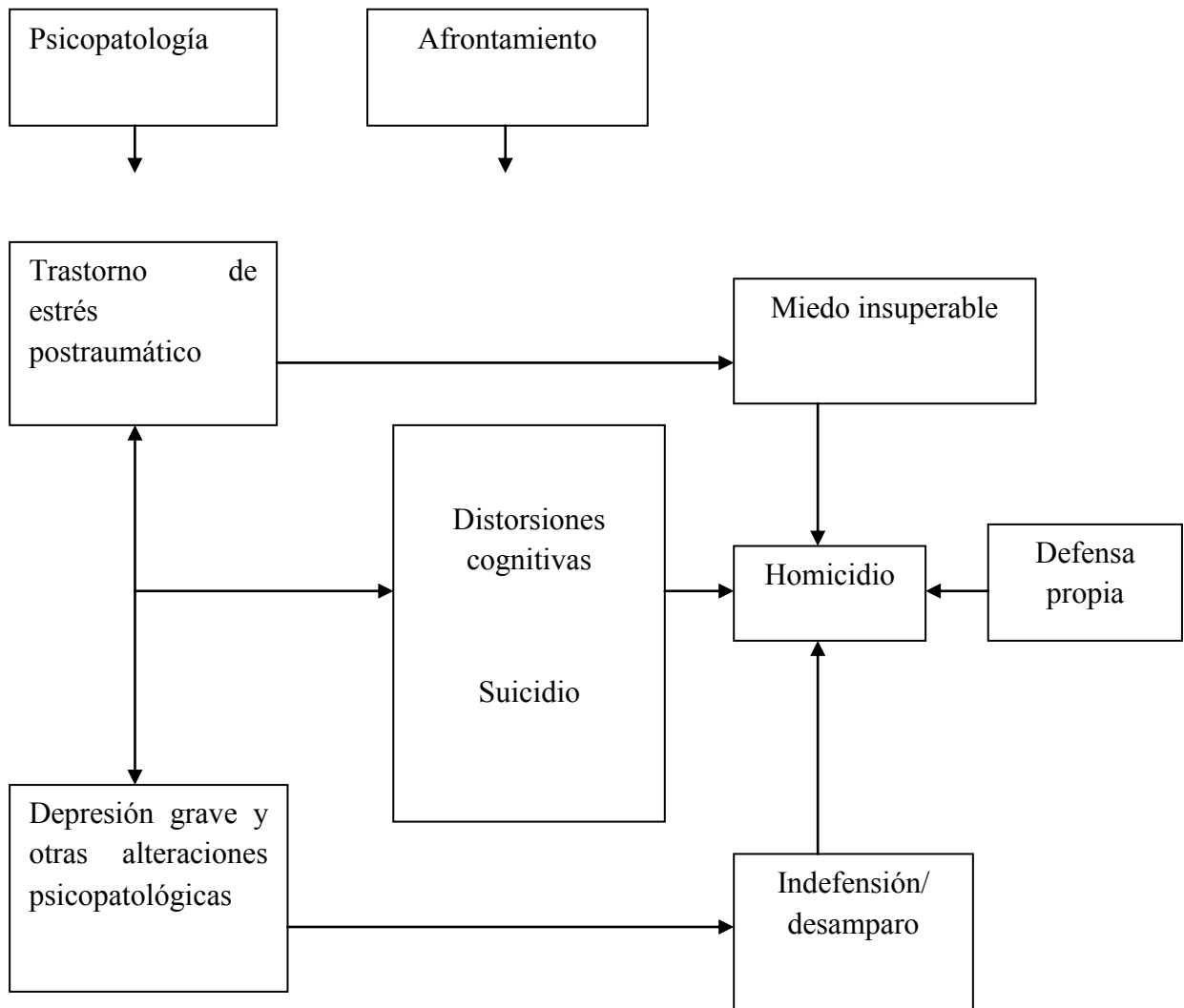
Tabla 3.

Fases y distorsiones cognitivas del maltrato.

<i>Ejemplos de distorsiones cognitivas en función de las fases del maltrato (Echeburúa, 2005).</i>	
PRIMERA FASE	
Minimización o negación del problema	“Tenemos nuestros más y nuestros menos”. “En todas las parejas hay roces”.
Autoengaño y negación de su victimización	“El maltrato es mucho más que recibir de vez en cuando alguna patada, empujones o insultos”. “Yo no soy una de esas mujeres maltratadas como las que salen en la tele”.
Justificación de la conducta violenta	“Mi pareja es muy pasional y a veces se deja llevar por el enfado”. “Su intención no era golpearme; sólo quería hacerme ver que tenía razón”.
Atención selectiva a los aspectos positivos de su pareja	“Él es mi único apoyo en la vida”. “¡Adónde voy a ir con mis dos hijos y quién me va a querer más que mi marido!”.
SEGUNDA FASE	
Sobrevaloración de la esperanza de cambio en su pareja	“Con el tiempo cambiará; hay que darle tiempo”. “Algún día cambiará porque en el fondo es buena persona”. “Cuando nazca nuestro hijo, se tranquilizará”.
Sentimientos de culpa	“¡Me lo tengo merecido!”. “¡Seguramente no soy todo lo buena esposa que debiera!”. “¡La culpa es mía por haberme casado con él!”.
TERCERA FASE	
Justificación de la permanencia en la relación y dependencia emocional	“Por un momento malo no vamos a separarnos y tirar por la borda cinco años de vida en común”. “El matrimonio conlleva sacrificio y esfuerzo”. “Si no fuera violento, sería el marido ideal”. “Sigo con él porque es el amor de mi vida”.
Resignación	“¡Qué le vamos a hacer!; la vida es así y yo elegí casarme con él”. Mi única alternativa es seguir con él; no tengo otra opción. ¡Aunque me pegue, es mi marido y debo obedecerle y cuidar de él”.

Figura 2.

Psicopatología, estrategias de afrontamiento y homicidio del agresor.



CARTAS DESCRIPTIVAS.



UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE
MÉXICO

**PROGRAMA DE INTERVENCIÓN SOBRE PREVENCIÓN DE LA
VIOLENCIA EN LA PAREJA.**

Sesión: 1	Población: Mujeres en general.	Duración total de la sesión: 4:30 horas.
------------------	---------------------------------------	---

Objetivo: Informar y concientizar a la población sobre la violencia de pareja. Así como lograr identificar los tipos de violencia, las causas y el impacto de la misma en las mujeres maltratadas.

Duración	Nombre de la actividad	Objetivos	Descripción	Materiales
30 minutos	Presentación y apertura del taller.	Iniciar formalmente el taller de prevención de la violencia en la pareja, y lograr que los asistentes se presenten unos a otros.	El facilitador pedirá a los participantes que se lancen una pelota al azar: aquel que tenga la pelota debe decir a los demás: -Quien es. -Sus intereses. -Sus razones para tomar el taller. -Sus expectativas del taller.	Una pelota pequeña.
1 hora	Violencia en la pareja: ¿Que es y como se origina?	Informar a los participantes sobre la violencia en la pareja y las causas que la originan. (PRADPI, 2010).	El facilitador hablará sobre la violencia, al terminar su explicación, podrá ser capaz de resolver dudas y atender comentarios de los asistentes.	Papel bond y plumones o pizarrón y gis.

30 minutos	Tipos de violencia en la pareja.	Dar a conocer a los asistentes todos los tipos de violencia que se ejercen en las relaciones de pareja. (PRADPI, 2010).	Se describirán los tipos de violencia: físico, emocional, económica y sexual que existen en las relaciones de pareja.	Papel bond y plumones o pizarrón y gis.
30 minutos	Ciclo de la violencia.	Explicar sobre las etapas del ciclo de la violencia, así como apoyarse de algunos recursos dinámicos para mejorar la comprensión del tema. (PRADPI, 2010).	Se explicarán las etapas del ciclo de la violencia, y se utilizará un globo que los participantes inflarán de acuerdo a cada etapa del ciclo. El globo debe explotar al llegar al periodo de explosión de la agresión.	Papel bond y plumones o pizarrón y gis. Un globo.
1 hora	Violencia de los estragos.	Concientizar a los asistentes sobre los daños y el impacto que la violencia causa en las víctimas de la misma. (PRADPI, 2010).	El facilitador expondrá los daños que causa la violencia de pareja, enfatizando en su impacto en la autoestima y los problemas de salud que acarrea. El facilitador se apoyará de la participación del grupo para enlistar los daños.	Papel bond y plumones o pizarrón y gis.

30 minutos	¿Qué hacer en caso de sufrir violencia?	Dar algunas medidas de acción a los asistentes así como herramientas de utilidad en caso de sufrir violencia. (Placencia, 2010).	Se informará a los asistentes sobre algunas medidas de utilidad en caso de sufrir violencia, así mismo, el facilitador les brindará al grupo una lista con institutos de apoyo.	Papel bond y plumones o pizarrón y gis. Lista de instituciones y números de emergencia en apoyo a mujeres maltratadas.
30 minutos	Inventario de ansiedad de Beck.	Aplicar al grupo el inventario de Beck con la finalidad de conocer el grado de ansiedad.	El facilitador puede solicitar al grupo que contesten de manera honesta el inventario de ansiedad de Beck.	Inventario de ansiedad de Beck (BAI) 1988.



UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE
MÉXICO

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN SOBRE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA.

Sesión: 2	Población: Mujeres en general.	Duración total de la sesión: 2:30 horas.
------------------	---------------------------------------	---

Objetivo: Analizar y cuestionar las creencias tradicionalistas, y modificarlas de manera adaptativa por medio de la TRE de Albert Ellis.

Duración	Nombre de la actividad	Objetivos	Descripción	Materiales
1 hora	La lluvia de ideas: ¿Qué es un hombre y que es una mujer?	Reunir las ideas que los asistentes tienen sobre género, sexismo e ideas tradicionalistas para posteriormente poder analizarlas en grupo. (Raynaud, 2010).	El facilitador pedirá a los asistentes que escriban en papelitos: -¿Qué es una mujer? -¿Qué es un hombre? -¿Cómo debe ser una mujer? -¿Cómo debe ser un hombre? -¿Cómo debería ser una mujer con su pareja? -¿Cómo debería ser un hombre con su pareja? -¿Qué papel juega una mujer y un hombre en la familia y en la casa? El facilitador le expondrá al grupo preguntas abiertas sobre roles de género para ser debatidos.	Papelitos en blanco. Urnas para depositar los papelitos. Una lista con preguntas abiertas sobre roles de género.

1 hora	Creencias irracionales y el TRE de Ellis.	Dar a conocer a los participantes la técnica de Albert Ellis por medio de la aplicación de algunos ejercicios en los que se expondrán algunas ideas irracionales para ser cuestionadas. (Reynaud, 2010).	El facilitador tendrá una lista de Ideas racionales e irracionales. Pedirá a los asistentes que juntos analicen y cuestionen la validez de cada idea. Preguntándose: -¿Qué significa esta idea? -¿Tengo evidencias de que es real? -¿Es funcional para mi esta idea? -¿Cómo me siento con esta idea?	Lista de ideas racionales e irracionales. Papel y lápiz.
30 minutos	Cambiando los constructos.	Lograr que los asistentes modifiquen sus ideas, rechazando las que no son adaptativas y adoptando las que si les sirvan en su desarrollo personal. (Reynaud, 2010).	El facilitador colocará dos papeles bond en la pared, en uno cada miembro del grupo escribirá las ideas que no les sirvan, mientras que en el otro escribirán las ideas que si les sirvan en su desarrollo personal. Al estar conformes con las listas, el grupo anotará en hojas personales su propia lista de ideas nuevas y funcionales.	Dos papeles bond de diferente color y plumones. Papel y lápiz.



PROGRAMA DE INTERVENCIÓN SOBRE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA.

UNIVERSIDAD NACIONAL
AVENIDA DE
MEXICO

Sesión: 3

Población: Mujeres en general.

Duración total de la sesión: 3:30 horas.

Objetivo: Reflexionar sobre la importancia de la autoestima como un factor de mejora personal y prevención de la violencia. Así como brindar herramientas aplicables a la vida cotidiana

<i>Duración</i>	<i>Nombre de la actividad</i>	<i>Objetivos</i>	<i>Descripción</i>	<i>Materiales</i>
1 hora	Autoestima y violencia.	Explicar que es la autoestima y su importancia en la prevención de la violencia. (Reaynaud, 2010).	El facilitador hablará sobre la autoestima: que es, para que sirve en relación con la violencia y resaltar su importancia.	Papel bond y plumón o pizarrón y gis.
1 hora	Conociéndome mejor.	Resaltar la importancia de conocerse a sí mismo y hacerse consciente de los recursos y debilidades como parte de la reafirmación y aceptación personal. Se pretende promover la autoaceptación. (Reynaud, 2010).	Se pedirá a los participantes que escriban en una lista de un lado sus defectos y del otro sus virtudes. Posteriormente cada miembro se pondrá frente a algún compañero y dirá: "Yo soy (nombre), mis defectos son (nombrar sus defectos) pero mis virtudes son (nombrar virtudes) y me amo y acepto como soy". Esto lo harán todo los participantes.	Hojas de papel y lápiz.

30 minutos	MATEA	Resaltar la importancia de la identificación de las emociones como parte de un proceso de conocimiento personal adaptativo. (Hernandez, 2009).	Se brindará al grupo el esquema humano al cual se le pedirá que iluminen las zonas corporales donde se sienta cada emoción; así también cada emoción debe tener un color que le caracterice según la experiencia de cada individuo para posteriormente exponerlo a sus compañeros.	Esquema humano y colores. Papel bond y plumón o pizarrón y gis.
30 minutos	Yo soy.	Motivar a los asistentes para expresar sus virtudes, esto con el fin de mejorar su autoestima por medio de la realización de un letrero. (Reynaud, 2010).	Se pedirá a los participantes que en una hoja grande tipo letrero y con los colores que ellos deseen, hagan un letrero que diga: “Yo (nombre) soy una persona (virtud)” Este letrero se mostrará al grupo y debe ser colocado en algún sitio de su casa donde puedan verlo todos los días.	Papel bond grande y plumones de colores.
30 minutos	Inventario de autoestima y depresión,	Aplicar el inventario de autoestima y depresión para conocer el grado de amor propio de los participantes así como su grado de tristeza.	El facilitador puede pedir a los asistentes que contesten con toda sinceridad los inventarios.	Inventario de autoestima de Rosenberg (EAR) 1965. Inventario de depresión de Beck (BDI) 1979.



UNIVERSIDAD NACIONAL
AVENIDA DE
MEXICO

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN SOBRE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA.

Sesión: 4 **Población:** Mujeres en general. **Duración total de la sesión:** 1:30 horas.

Objetivo: Brindar herramientas útiles para la resolución de conflictos y hacer el cierre del taller sobre prevención de la violencia de pareja.

Duración	Nombre de la actividad	Objetivos	Descripción	Materiales
1 hora	Resolución de problemas.	Enseñar a los participantes la técnica de resolución de problemas como una herramienta de aplicación en su experiencia cotidiana. (Reynaud, 2010).	Se trabajará de forma grupal haciendo equipos que plantearán problemas ficticios y resolverán de acuerdo a la explicación previa ofrecida por el facilitador sobre resolución de problemas.	Papel bond y plumón o pizarrón y gis.
30 minutos	Cierre.	Hacer el cierre del taller sobre prevención de la violencia y reflexionar sobre lo aprendido durante el mismo.	Se utilizará una pelota pequeña que se lanzará al azar, la persona que tenga la pelota dirá su nombre, quien es en el ahora, que aprendió y compartirá con el resto del grupo su experiencia en el taller.	Una pelota pequeña.

Duración total del taller: 12 horas.