



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MORELOS



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA

MUJERES DE MORELOS EN SITUACIÓN DE VIOLENCIA DE GÈNERO: FATALISMO Y PROMOCIÓN DEL AUTOCUIDADO

Para obtener el Grado de Maestro (a) en Psicología

PRESENTA

Lic. Luz Elena Paola Dirzo Bahena

Director de Tesis:

Dr. Gabriel Dorantes Argandar

Comité Tutorial

Dra. Berenice Pérez Amezcua

Dra. Dení Stincer Gómez

Dr. Sergio Sedano Jiménez

Mtra. Sandra Márquez Olvera

Octubre 2021



Cuernavaca Mor., a 19 de Octubre de 2021
FPSIC/SPOSG/MAEST/2021/516
ASUNTO: Votos Aprobatorios

DR. GABRIEL DORANTES ARGANDAR
COORDINADOR ACADÉMICO
DEL PROGRAMA DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T E

Por este medio, me permito informar a usted el dictamen de los votos aprobatorios de la tesis titulada: **“Mujeres de Morelos en situación de Violencia de Género: Fatalismo y Promoción del Autocuidado”** trabajo que presenta la C. **“Luz Elena Paola Dirzo Bahena”**, quien cursó la MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA perteneciente a la Facultad de Psicología de la UAEM, en las instalaciones de la Facultad de Psicología.

Sirva lo anterior para que dicho dictamen permita realizar los trámites administrativos correspondientes para la presentación de su examen de grado.

A T E N T A M E N T E

VOTOS APROBATORIOS			
COMISIÓN REVISORA	APROBADO	CONDICIONADA A QUE SE MODIFIQUEN ALGUNOS ASPECTOS*	SE RECHAZA*
DR. GABRIEL DORANTES ARGANDAR	X		
DRA. BERENICE PÉREZ AMEZCUA	X		
DRA. DENI STINCER GÓMEZ	X		
DR. SERGIO SEDANO JIMÉNEZ	X		
MTRA. SANDRA MARQUEZ OLVERA	X		

*En estos casos deberá notificar al alumno el plazo dentro del cual deberá presentar las modificaciones o la nueva investigación (no mayor a 30 días).

C.c.p.- Archivo

Se expide el presente documento firmado electrónicamente de conformidad con el ACUERDO GENERAL PARA LA CONTINUIDAD DEL FUNCIONAMIENTO DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MORELOS DURANTE LA EMERGENCIA SANITARIA PROVOCADA POR EL VIRUS SARS-COV2 (COVID-19) emitido el 27 de abril del 2020.

El presente documento cuenta con la firma electrónica UAEM del funcionario universitario competente, amparada por un certificado vigente a la fecha de su elaboración y es válido de conformidad con los LINEAMIENTOS EN MATERIA DE FIRMA ELECTRÓNICA PARA LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ESTADO DE MORELOS emitidos el 13 de noviembre del 2019 mediante circular No. 32.

Sello electrónico

GABRIEL DORANTES ARGANDAR | Fecha:2021-10-19 20:02:43 | Firmante

R7yjnOJeetYU7hCaVrj9XPXuW1RVEeBvZ+J4WRiKSiUe9AKCiYcMnzObcXmzKfyMkrYFsU7ekEABKUq4WyyxNVOlamUPXDbsiOCAlwW1uerJTCEGdMUv23w56LuD0EfilD7+XvJyMWF7zKOpzVltFEa6RN5+Pj0T/QLK8c6CtX0JTGKxxdz3s904M7PAhSCBRFeki651j+RSvCmn4Q/JF4bQHP/CGgrP0ukezoHXv11joYsp8t65XIAjX+ao3mHwtSaOKo6fFVG3wBmFDNE6xFY9SjBjWZ9F0eUV/P6vIN6r+D6nvx9Q/xAqBhTxvYpWUGInas0b1DmFhROEDg==

SERGIO SEDANO JIMENEZ | Fecha:2021-10-20 09:52:12 | Firmante

TkJHwDv/Hym80yotJh1lu6F12aZ6u6WGFOLdFq26Y28E1u9gz5BB0q28OwOPoh7fITs353X6F9kFmfZDeAbZVrxTsqJVM5CQK7avItI9vPqQQ7leGrGUQEia6FoPkJ3xiWJJ4rzSB0yAq8qv+D7RY5RtDwlaUl6awDijm1E23wwkVuvlJDKkbRPjIF5CebHt8tQZr++Zg7qau5iLNZbljRUxukj8V5/AaqWQAQBrUzbz64glu4ADe7NAPfm1/ZXzwqziyHnzYBiWudbT5UienYrNUZoTqHEPrAIQM97vlpvavGKDALSAUFBPSE8om8xKGUabIAB99YRhaad22A==

SANDRA MARQUEZ OLVERA | Fecha:2021-10-20 12:18:57 | Firmante

ZKFFtBuW688vsO/mZvJVUYi5PZW//X9KlWd9xnW11VSdh5cKR7kQ4bPCEWqUvbwQeK6VzkZNAQjJfJpfqkUKLIZdaf7t00apxUwmHswyngM95018TtWtrjAZiQfxXoBevTQhbjCAEuaGbRbHRCkNiyxNv6xgMKYZMcV90KX64YXcHL1zB/sl4JdnRNjLuTODtQZAHPCldr7qeWkY2GMisD2d28um1Wyzf0PNZa+amut78400jHqVnrxSP800zf8qDC1V03Ba9jcUOf2kwoKNbsJqmq9pYmT111KdBkiq41mBYKYCkktHg3A06exEj90YGD9jCexmJ40ht+RDTy/Q==

DENI STINCER GOMEZ | Fecha:2021-10-20 12:28:46 | Firmante

Fvh8bUgMè/rHWCy7uC/ktwHzucNgtHu1iQs/49NjNtqBZ0r8m0mukL7xc8xS7sonfjTSb4XqgHHG3YkScFnyS+Cfif2KsB/5wRyN/XDiMD+Fvz34V8DezXjyEckUn2wykX5VfkjOt4cC3NF4S8YvN4r54cqCelddTOgREAxWjKs049cEq801zJc4f5dhv4vyL4ohzWI/dMjSuMKFUGgJqskcwU4ebnU5w9tozD8RqZ1q1pBcORZKMiNkKnu9fs/WvUHZlXycQAMPWahvM3CEIDuJF3yl20Cd5wrMMx0vibzPhaRsgVZPx119csIIe6qTqGhmFnkfJUC/gD7qNNqQ==

BERENICE PEREZ AMEZCUA | Fecha:2021-10-20 12:40:11 | Firmante

Yyy1Q3JjVIOJtZGNkaJogbpdqsTbdZ5U4llwWntDSmx9SQ06BVuvk3WUfld9Hp3L0OpSU7e1fkXQB6AcHdFLZU58LqR7liAIROWCwiiENdhmOCC3/P5fboKziwF93GW3Y+58pde tnf9GbFCN/jU/WxZbjljPnfpPQgBVkuDxIsfba5X4pIL7T+WFP0uyocWpBSeLfQEYzdkhMhdB1cw3Hfy2eDycX+eMZNPrNBie9cnQaWaiyCatVM1NL9ScNcTDBukLFDBoi3xxUjSR80Ww/oWrEvW0FuAZfMCG4jOaUTE5jVNZJu+ZBp6wLQo+kiQe9S8B7x+dKGENQnRq+bA==

Puede verificar la autenticidad del documento en la siguiente dirección electrónica o escaneando el código QR ingresando la siguiente clave:



[pZmTP0zDy](#)

<https://efirma.uaem.mx/noRepudio/NvKH93nfZM88XJhqrDE9tPw4dlSZUNbl>

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer a mi director de tesis, Dr. Gabriel: sin tu apoyo, empatía, guía, tu profesionalismo, pero sobre todo con el cariño y compromiso que realizamos en estos dos años no hubiera sido posible poder trabajar con mujeres en situación de violencia, como decía Javier (2020), “...lo demás es irrelevante, ¡Vive!”

Al Dr. Miranda, gracias por estar siempre en mi vida y confiar en mí, porque al final yo también fui una mujer en situación de violencia a la que hace cinco años, le dijiste: Querida Paola, sé que algún día estarás del otro lado, algún día trabajarás con mujeres como tú. ¡Y lo hemos logrado!, por enseñarme el amor a esta carrera y la guía en el trabajo que realicé.

Es una gran satisfacción para mí el haber podido trabajar con usted Dra. Dení, por ser una gran profesional y amar tanto su trabajo, el apoyo que siempre me brindó, y enseñarme el lado dulce y bueno de la vida y sentir que hay personas que tienen mucha calidad humana.

A la Dra. Bere por tu apoyo y sororidad en este camino y compartir ideales en este trabajo tan maravilloso que hicimos juntas. A la Dra. Sandra por tu apoyo y empatía en mi trabajo, además del aprendizaje que me brindaste. Al Dr. Sergio, por siempre me recibirme con una sonrisa y la disposición de apoyarme en cada solicitud que hacía, pero sobre todo por calmar mi estrés.

A la Mtra. Ale y a Gris porque creo que son parte fundamentales de esta maestría y su apertura siempre para podernos escuchar y resolver cualquier situación.

A Secia, Mayrel, Gloria, Mey, Isa, mis compañeras de la Instancia de la Mujer, por abrirme las puertas y la oportunidad de desenvolverme profesionalmente; este trabajo no hubiera sido lo mismo sin su soporte y su amistad; gracias por toda su entrega en el trabajo que realizan con aquellas mujeres que viven en situación de violencia.

A Ernesto por ser lector de mi tesis e impulsarme a ser investigadora. A mis amigos Aaron y Jorge por su apoyo e impulsarme a entender la psicología Comunitaria.

A mi Mamá y mis hermanos por motivarme cada día para conseguir mis anhelos y haberme forjado como la persona que soy, los quiero mucho.

A las mujeres en situación de violencia que tuve la oportunidad de atender, muchas gracias por compartir este camino tan complicado, cada una de ustedes me motivo a superarme cada día.

A mis perros: rhony, abril y luna por su compañía, amor incondicional y enseñarme que ningún ser vivo debe de vivir en violencia.

A Conacyt por ser el benefactor económico de esta tesis.

DEDICATORIA

A todas las personas que creen en la justicia, la libertad y en el cambio.

A todas las mujeres que merecen vivir sin violencia.

Una vez que la libertad ha iluminado el corazón del hombre,

los dioses no tienen poder sobre él.

Jean Paul Sartre

Índice

AGRADECIMIENTOS	iv
ABREVIATURAS	5
INTRODUCCIÓN	6
CAPÍTULO I	12
1.1 Panorama de Violencia de Género	13
1.2 Cifras de Violencia de Género en México	15
1.3 Femicidio	18
1.4 Alerta de Violencia de Género y otras formas de lidiar	20
1.4.1 Spotlight 2019	22
1.5 Violencia de Género en Pandemia por Covid-19	22
1.6 La violencia de género como problema de salud pública	24
CAPÍTULO II	26
Género Violencia y Fatalismo	26
2.1 Conceptos necesarios para la definición de Género	27
2.1.1 Identidad de género	28
2.1.2 Roles de género	29
2.1. 2.1 Masculinidad	31
2.1. 2. 2 Feminidad	32
2.2 Violencia de Género	33
2.2. 1 Tipos de Violencia de Género	35
2.2.2 Tipos de Violencia contra las mujeres según el daño	36
2.2.2.1 Violencia física	36
2.2.2.2 Violencia emocional	37
2.2.2.3 La violencia sexual	38

2.2.2.5	Violencia Económica.....	39
2.2.2.6	Violencia Patrimonial.	39
2.2.3	Otras formas de Violencia contra las mujeres	40
2.2.3.1	Infanticidio femenino.....	40
2.2.3.2	Ablación de clítoris..	40
2.2.3.3	Trata de personas y comercio sexual.	41
2.2.3.4	Violencia obstétrica.....	42
2.2.3.5	Violencia Homolesbofóbica.....	42
2.2.4	Tipos de Violencia contra las mujeres en el lugar donde se manifiesta	43
2.2.4.1	Violencia política.....	43
2.2.4.2	Violencia escolar.....	44
2.2.4.3	Violencia laboral.	44
2.2.4.4	Violencia Doméstica/Familiar/ Hogar.....	45
2.2.4.5	Violencia de pareja.	45
2.2.4.5.1	<i>Violencia mutua.</i>	47
2.2.4.5.2	<i>Resistencia Violenta.</i>	47
2.2.4.5.3	<i>Violencia relacionada a las rupturas de pareja.</i>	47
2.2.4.5.4	<i>Violencia Situacional.</i>	48
2.2.4.5.5	<i>Violencia Coercitiva o Terrorismo Íntimo.</i>	48
2.2.4.6	Ciclo de la Violencia.....	50
2.3	Parte Jurídica	53
2.4	Fatalismo, Violencia contra las mujeres	60
CAPÍTULO III.....		68
Planteamiento		68
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA		69

Objetivo general	71
Objetivos Específicos	71
Sustentos	71
3.6 Intervenciones en Mujeres en situación de Violencia	73
3.7 Terapia Cognitivo Conductual	74
3.6.1 Psicoterapia Interpersonal	75
3.6.2 Terapia de procesamiento cognitivo.....	75
3.6.3 Reprocesamiento por desensibilización del movimiento ocular (EMDR)	75
3.6.4 Esperanza (Ayudando a superar el TEPT a través del empoderamiento).....	76
3.6.5 Prevención de recaídas y seguridad en las relaciones (RPRS)	76
3.6.6 Terapia de trauma cognitivo para mujeres maltratadas (CTT-BW)	76
3.6.7 Intervención Género-Sensitiva	77
3.6.7.1 Características del psicólogo de acuerdo a la Terapia Género-Sensitiva..	77
3.6.9 Ejemplos de Intervenciones	78
4.2.8 Atención Psicológica en la Instancia de la Mujer Cuautla.....	81
CAPÍTULO IV	82
Metodología	82
MÉTODO	83
Técnica	85
CAPÍTULO V.....	90
Resultados.....	90
6.1 Diagnóstico y Análisis de Resultados de las entrevistas	91
5.3 Programa de Intervención Comunitaria en Mujeres en situación de violencia en Cuautla Morelos.....	114
CAPÍTULO VI.....	159

Referencias.....	181
Anexo.....	200
CONSENTIMIENTO INFORMADO	200
GLOSARIO.....	211
Manual Para el trabajo con Mujeres en Situación de Violencia.....	213

Índice de Tablas

Tabla 1 Porcentaje de incidencia de Mujeres en situación de violencia 12 países de América Latina por algún compañero o pareja.....	18
Tabla 2 Ranking del Semáforo Delictivo de México.....	19
Tabla 3 Prevalencia de violencia de pareja en mujeres de más de 15 años de edad a lo largo de su vida según el tipo de violencia por entidad federativa.....	21
Tabla 4 Estadísticas de defunción de mujeres.....	25
Tabla 5 Femicidios de 2000 a 2018 en el estado de Morelos.....	27
Tabla 6 Tipos de Masculinidades.....	32
Tabla 7 Tipos de estereotipo de género.....	35
Tabla 8 Violencia de género a lo largo de la vida de las mujeres	39
Tabla 9 La clasificación por tipo de violencia física se da según su gravedad.....	41
Tabla 10 Tipos de Violencia emocional.....	41
Tabla 11 Manifestaciones de la violencia en relación a la esfera en la que aparecen.....	50
Tabla 12 Clasificación de Violencia de Pareja.....	53
Tabla 13 Elementos característicos del fatalismo latinoamericano.....	79
Tabla 14 Categorización del Diagnostico	96
Tabla 15 Frecuencias del cumplimiento de tareas.....	110
Tabla 16 Temas de la Intervención.....	114

Índice de Figuras

Figura 1 Rueda de Poder y Control.....	50
Figura 2 Ciclo de Violencia	52
Figura 3 Entrevista a una mujer en situación de Violencia (terrorismo íntimo).....	86
Figura 4 Guía de Observación.	87
Figura 5 Factores clínicos	93
Figura 6 Situación de violencia.....	96
Figura 7 Mujer en situación de Violencia.....	99
Figura 8 Tipos de violencia	102
Figura 9 Redes de apoyo.....	105
Figura 10 Fatalismo	107
Figura 11 Permanencia en la relación.....	111
Figura 12 Factores clínicos.....	134
Figura 13 Inconformismo con la situación de violencia	137
Figura 14 Mujer en situación de violencia.....	140
Figura 15 Tipos de Violencia	142
Figura 16 Redes de Apoyo	145
Figura 17 Optimismo	147
Figura 18 Control de la situación de Violencia	149

ABREVIATURAS

SIGLAS	DEFINICIÓN
AVG	Alerta Violencia de Género
CDC	CDC Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos
ENDIREH	Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares
INEGI	Instituto Nacional de Estadística y Geografía
SEP	Secretaría de Educación Pública
TSC	Trabajo Sexual Comercial
VG	Violencia de Género

INTRODUCCIÓN

México es un país donde pese a los esfuerzos por erradicar la violencia, aún existe una cultura machista, hostil, llena de desigualdad y de inseguridad en contra de las mujeres. Al tener una prevalencia alta en cuanto al número de agresiones dirigidas, es uno de los países donde se corre peligro sólo por el hecho de ser mujer (U.S. News & World Report, 2019). Actualmente una de cada tres mujeres en el mundo ha sufrido algún tipo de violencia y las consecuencias sociales que esta representa, debido a esto la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2013), declaró que la violencia en contra de las mujeres es considerada una pandemia debido a la severidad y propagación.

Según la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH, 2016), de 46.5 millones de mujeres de México de más de 15 años de edad, el 43.9% de la población ha enfrentado agresiones del esposo o pareja (actual o la última), a lo largo de su relación. Esta misma base de datos reporta para Morelos de una población total de 988,905 encuestas de mujeres, el 29.5% ha recibido violencia emocional por parte de su pareja. El 14.8% ha recibido manifestaciones de violencia económica; el 9.6% de violencia física; y el 2.8% de violencia sexual.

De acuerdo al Ranking de Violencia del Semáforo Delictivo (2019), Morelos ocupa el 12° lugar de violencia familia, el 10° en violación, y el 2° en feminicidios; estas cifras apuntan a hechos encaminados a ejercer daño en contra de las mujeres. En el 2015 en el estado de Morelos se instauró la Alerta de Violencia de Género en ocho municipios del estado (Cuautla, Cuernavaca, Emiliano Zapata, Jiutepec, Puente de Ixtla, Temixco, Xochitepec y Yautepec). Actualmente se encuentra vigente, y desde entonces, hasta el 2018, se duplicaron las cifras. Se calcula que cada cuatro días muere una mujer por violencia de género esto según a datos de la Comisión Independiente de los Derechos Humanos Morelos (CIDHM, 2015).

Una de las manifestaciones más recurrentes en contra de las mujeres es la que aparece en el contexto de pareja. Esta hace referencia al resultado de desigualdad (Kurz, 1997), discriminación (Moreno, Sepúlveda, & Restrepo, 2012) y de relaciones de poder (Expósito, 2011); pudiéndose manifestar en ambientes públicos y privados y adoptar formas diferentes: física, verbal, psíquica, sexual, social, económica, vicaría, etcétera. A pesar de que puede ocurrir

en virtualmente cualquier escenario, la mayoría de los casos de violencia suceden en la familia, en su mayoría el perpetrador es algún miembro de ésta. En una prevalencia mayor es la propia pareja quien realiza estos actos de violencia (UNICEF, 2017).

Según la propuesta dada por la ONU (1993), acerca de la violencia de género, ésta se define como: "...Todo acto de violencia sexista que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual, psíquico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la privada...". Si a eso podemos sumar a las mujeres que aún no problematizan la violencia de género ya que algunas personas han recibido, como parte de su educación, un "deber ser así", creyendo que la violencia de género ocurre porque "así tiene que ser" (Garzón, 2011).

Este tipo de pensamientos se van reafirmando de generación en generación (Violencia Transgeneracional descrita por Bowen, 1981)). Es común que las mujeres en situación de violencia vean naturalizados estos comportamientos. Estas creencias se acompañan de un sentimiento de resignación y aceptación del sufrimiento en estas mujeres que viven en una situación de violencia; además de relacionarse con una tendencia de pasividad, conformismo y sumisión (Martín-Baró, 1987). Esto se describe como el Síndrome de Fatalismo. En el intervienen un conjunto de variables, afectiva, ideacionales y comportamentales en relación con la personalidad y el contexto histórico en el cual se encuentre la persona.

Según Agoff, (2006) algunas mujeres experimentan un sentimiento de desaliento por el fracaso de sistemas de apoyo y protección a víctimas de violencia de género, combinado con la falta de empatía que presenta su entorno social, así como funcionarios de instituciones de salud y justicia, que no les evitan molestias, humillaciones y que, en ocasiones se relaciona con una disuasión. Estas representaciones combinadas con una frágil situación emocional contribuyen a la naturalización del problema, a no solicitar ayuda y posiblemente a su reproducción, en algunas situaciones dificultando la salida de la violencia o alguna recaída que implique regresar con su agresor (Miramontes & Mañas 2018). Es común que en el Síndrome Fatalista se le otorgue la capacidad de decisión a Otro, o aun ser divino, incluso al propio agresor, dejando a un lado la responsabilidad de tomar decisiones propias.

En la siguiente intervención se describe el trabajo terapéutico virtual que se realizó con cinco mujeres en condición de violencia extrema del municipio de Cuautla y que cumplieron con la condición de tener las características de fatalismo respecto a la situación que estaban viviendo. Se realizó un diagnóstico mediante una entrevista semiestructurada de estudio 1 y estudio 2 a la intervención. El proceso terapéutico tuvo una duración de 12 sesiones descritas para violencia extrema fatalista, mientras que una sesión de duelo debido a alguna pérdida que las mujeres tuvieron en el proceso en el cual duro la intervención. Se utilizaron técnicas de tipo Cognitivo Conductual y Terapia de Género. La intervención además tuvo un proceso de seguimiento 3 meses después de la intervención.

La intervención cuya duración fue de aproximadamente 13 semanas, que comprenden 80 minutos a la semana, de manera flexible, pues se personalizó cada sesión de acuerdo a las necesidades de las mujeres; asimismo algunas sesiones no se pudieron llevar a cabo y se tuvo que reagendar, porque las mujeres no tenían los recursos económicos necesarios para asistir a intervención virtual. Fue de esta manera debido a las condiciones de pandemia que estamos viviendo, por lo cual se utilizaron programas tecnológicos como zoom o whatsapp, videollamadas para llevar a cabo cada sesión. Los trabajos elaborados compartidos en clases fueron expuestos de manera oral o por fotografías.

De acuerdo a las codificaciones de las diferentes categorías de las entrevistas realizadas, las mujeres manifiestan que, a pesar de que pueden llegar a ser víctimas en otras áreas, la violencia comienza en el núcleo familiar, lo que hace que sea ahí donde puede existir una reeducación para prevenir la violencia. La mayoría de las mujeres entrevistadas, mantiene la creencia de no querer tener una familia desestructurada (divorcio), sin embargo, reconocen que, los hijos de padres divorciados pueden vivir una vida más tranquila. Lo anterior hace suponer que son otras las razones por las cuales no quieren terminar la relación; algunos ejemplos de dichas razones son: la falta de redes de apoyo, falta de recursos económicos, sensibilización y empatía de su entorno.

Con los resultados se concluye que, a pesar de terminar las sesiones terapéuticas, cuatro de las cinco mujeres pudieron concluir su relación de pareja. La mayoría de mujeres que viven una situación de violencia y no salen de ella, es porque aprenden a normalizar la violencia generacional y salir de ella implicaría cuestionar su propia educación y costumbres familiares,

así que aprenden a reprimir esa situación con prácticas que en muchas ocasiones no son saludables, como el consumo de drogas, autolesiones o ejerciendo violencia a otras personas. Cuando ellas no realizan una denuncia o no continúan el proceso legal, argumentan que es porque por parte de las autoridades existe una revictimización y se sienten juzgadas al existir juicios acerca de su toma de decisiones.

De acuerdo a lo visto en las entrevistas, la intención de la intervención social, debe ser poderle brindar seguridad emocional a las mujeres para que ellas puedan identificar las situaciones de violencia que viven por parte de sus parejas, lo que impactaría en la toma de decisiones. Además, es importante trabajar con las secuelas que la violencia ha dejado y favorecer una reinserción social y laboral, lo que permitiría la recuperación de su autonomía. Finalmente, es también necesario brindar a las mujeres las habilidades básicas para generar prácticas seguras de autocuidado, autoconocimiento y fomentar las acciones individuales que repercutirá en relaciones interpersonales saludables. Las intervenciones de este tipo son un paso necesario para erradicar el ciclo de violencia de género y proteger de algunas de sus expresiones más severas como los feminicidios.

La naturalización del abuso sexual en la infancia ha hecho que a las usuarias les cueste trabajo identificar la violencia sexual y más la de pareja, entendiendo o haciendo referencia a que era un compromiso que ellas tenían. La usuaria 1 en algún momento mencionaba que de tantas veces que le llamaban “puta”, ella no sabía distinguir si era su gusto o era cumplir con el papel que su pareja le había asignado “Yo ya me comportaba como tal, porque pensé que eso le gustaba, pero ¿qué crees?, que me iba peor, porque me decía que de dónde lo había aprendido”

A lo largo de la intervención se pudo identificar que una técnica para la recuperación emocional de las mujeres es la visibilización de la violencia; mediante ella, pueden detectar los riesgos y el daño al que se someten. Este trabajo que se efectuó mediante la intervención, y mediante el trabajo psicoeducativo que se llevó a cabo, las mujeres pudieron entender el origen de la violencia, aliviar la culpa, enfrentar el miedo y comenzar a transitar el recorrido de la reparación.

Este trabajo que se realizó fue una herramienta de prevención y de intervención necesaria para abordar la violencia que sufren las mujeres por parte de sus parejas y asimismo, prevenir la

violencia transgeneracional que se estaba iniciando en sus hijos y demás miembros de la familia. Es necesario tener en cuenta que brindarle ayuda terapéutica a las mujeres que están vulnerabilizadas por la relación de violencia, les proporcionará herramientas para romper el ciclo de violencia y así ellas puedan desarrollar medidas de autocuidado en cuanto a su salud, seguridad y aprendizaje de formas alternativas a la violencia para la resolución de problemas y conflictos entre mujeres y varones. Les permitirá retomar habilidades sociales y de comunicación asertiva, pero además la posibilidad de transformar aseveraciones fatalistas de sí mismas y de la situación que enfrentan.

Esta intervención propone el trabajo comunitario como uno de los pilares necesarios para fomentar en aquellas mujeres que están en situación de violencia una mejor calidad de vida. Se pretende que ellas puedan retomar su vida, desde la generación de un mejor autoconcepto hasta la identificación de víctima en otras esferas de su vida. También se propone que sean capaces de identificar la existencia de agresiones en futuras relaciones de pareja.

Es muy importante que los profesionales que están trabajando con mujeres en situación de violencia sean instruidos en cuestiones de género y tengan la sensibilidad para poder llevar a cabo las intervenciones y así generar buenas practicas que permita orientar y acompañar a las mujeres. De igual manera se reconoce que el trabajo en redes es importante por lo cual, se recomienda que se pueda desarrollar una comunicación efectiva con grupos, asociaciones, instituciones y demás personas que tengan relación con el trabajo de género.

Es necesario que se cuenten con manuales y guías dirigidas a terapeutas o profesionales encargados de trabajar con personas en situación de violencia para transferir y externalizar el conocimiento a fin de contribuir con las buenas prácticas de la profesión en temas tan delicados como lo es el género y la violencia. De igual forma en trabajar con temas como lo es el fatalismo, poco trabajado en las líneas de investigación comunitaria, ya que es un aporte y reto para los profesionales, realizar investigaciones con temas sociales y transculturales.

Por último, se espera que este trabajo haya podido aportar en su entendimiento y abordaje a las mujeres que están en una situación de violencia, la oportunidad de generar nuevas alternativas para vivir una vida sin violencia en sus relaciones de pareja y familiares. El camino sobre las investigaciones de violencia y género es confuso, complicado y difícil debido a la

etiología, la complejidad y la naturaleza, pero es muy enriquecedor y satisfactorio y con ello se genera una gran contribución no solo a la psicología sino a aquella comunidad de mujeres en situación de violencia que fueron atendidas durante esta investigación.

CAPÍTULO I

Violencia de Género como un tema de salud pública en México

1.1 Panorama de Violencia de Género

El término de violencia hace referencia a un cúmulo de hechos que pueden ser agresiones de forma física (Chesnais, 1981), verbal, emocional, pero también, la represión de la libertad (Domenach, 1980). Ésta repercute de forma significativa, afectando la capacidad de toma de decisiones de la persona que vive violentada. Según Ted Gurr (1969), puede ser aprendida y son las condiciones sociales las que determinan el acto. Por lo anterior no es instintiva y puede ser modificada por quién la realiza. Mientras que, para los violentados, según Wieviorka (2006): “La violencia no es más que la incapacidad del sujeto de convertirse en actor [...] de actuar creativamente y de construir su propia existencia” (pp. 339-340).

A lo largo de la historia se ha considerado a la mujer junto con demás sectores de la sociedad como niños y ancianos parte de la sociedad vulnerable. Panorama que se ve expuesto cuando hablamos de mujeres que pertenecen a una comunidad indígena (Nava-Navarro, Onofre-Rodríguez & Báez-Hernández, 2017), que están en una condición de pobreza (Moctezuma, Narro & Orozco, 2014) o en una situación migratoria (Willers, 2016). La OMS (2013), estima que, el 35 % de mujeres ha padecido algún tipo de violencia física y/o sexual en algún momento de su vida, lo cual se traduce a 1 de cada 3 mujeres en el mundo; estas agresiones pueden ser por parte de una persona desconocida o por una persona que ellas conocen, ya sea algún familiar o una pareja; el Banco de datos (2018), dice que el 38% de todos los asesinatos que se cometen en contra de las mujeres son realizados por su pareja.

A pesar de los avances tecnológicos, educativos y culturales que hay en el mundo aún prevalecen los esfuerzos en la sociedad a nivel mundial por concientizar a las personas sobre la violencia que existe en contra de las mujeres. Hay países donde no se concibe la violencia dentro del matrimonio o dentro de las relaciones sentimentales como un hecho penado; muchos hombres no pueden ser procesados por violaciones dentro de una relación de pareja, por ejemplo: en la India, si existe una flagrancia sobre un hecho violento en contra de una mujer, el hombre queda libre al aceptar casarse con la mujer que previamente abusó o violó.

De acuerdo a los datos encontrados en Women, Business and the Law (Bank, 2018), en 189 economías examinadas, 45 países no tienen leyes que castiguen el maltrato doméstico, tal es el caso de Rusia, Canadá, Bélgica, Marruecos, Estonia, Islandia, entre otros; otros países a pesar

de si tener leyes no las ponen en práctica. De acuerdo con los estudios de (UNWOMEN, 2016) que se hicieron en cuatro países de medio oriente, los hombres que se daban cuenta del comportamiento violento que sus padres tenían para con sus madres, tenían mayor probabilidad de repetir estos mismos patrones de conducta con sus parejas; por ejemplo, en el caso de Líbano, cuya probabilidad en hombres de cometer violencia física es tres veces más que los que no vieron o no se dieron cuenta de las agresiones físicas que se realizaban en su hogar (Feki, 2017).

De acuerdo con las investigaciones de UNICEF (2017), que se realizaron en 30 países, unos 15 millones de mujeres adolescentes de entre 15 a 19 años, fueron obligadas a tener relaciones sexuales en algún momento de su vida, por su pareja o ex pareja; siendo solamente el 1% de estos 15 millones las que acudieron a buscar ayuda profesional. Es complicado conocer las cifras puntuales de la problemática de violencia de género en el mundo, debido a la falta de denuncias que no son presentadas por quien está en esta situación, por miedo, por apatía o por desconocimiento; en cuanto a el proceso de la información de las autoridades (algunos feminicidios que se categorizan como homicidios); y porque en algunos países simplemente no hay estadísticas que ayuden a describir la prevalencia de la violencia en relación a género.

En cuando a América Latina en un estudio realizado a 12 países (en los cuales no se incluye México) por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC), los países que tienen mayor incidencia de mujeres que se encuentran en situación de violencia física por parte de sus parejas son: Bolivia, Colombia, Ecuador y Perú (tabla 1).

En el *estudio sobre indicadores psicosociales en hombres feminicidas en República Dominicana*, realizado a 59 hombres que cubren una condena por delito de feminicidios se describen aquellos hechos de la niñez que predisponen a una vida adulta criminal, como: unos padres violentadores, el fácil acceso de armas ilegales, el bajo nivel de escolaridad en comparación a sus víctimas. Los hechos de violencia que se describen en esa investigación no se refieren a un hecho detonante sino a una serie de hechos donde la mujer que es maltratada periódicamente por su pareja posiblemente en el futuro sea asesinada por su agresor (Verges & Zuluaga, 2011).

Tabla 1

Porcentaje de incidencia de Mujeres en situación de violencia 12 países de América Latina por algún compañero o pareja

País	Alguna vez	Últimos 12 meses
Bolivia (2003/2008)	53.3	25.5
Colombia (2005)	39.7	22.1
Perú (2007/2008)	39.5	14.9
Ecuador (2004)	32.4	11.1
Nicaragua (2006/2007)	29.3	9.3
Guatemala (2008/2009)	27.6	9.9
Honduras (2005/2006)	-----	9.9
El Salvador (2008)	26.3	7.7
Paraguay (2008)	19.6	8.0
Jamaica (2008/2009)	19.6	7.7
República Dominicana (2007)	17.0	11.7
Haití (2005/2006)	19.3	17.5

Nota: Mujeres que informaron violencia física o sexual por parte de un esposo/compañero, alguna vez y en los 12 últimos meses, entre las mujeres de 15 a 49 años alguna vez casadas o unidas(OPS, 2012).

1.2 Cifras de Violencia de Género en México

Respecto a México, en el año 2017, murieron asesinadas 3314 mujeres. Alrededor de 8 al día, de los cuales solo 730 fueron investigados como feminicidios. Alrededor de 8 millones de mujeres en la república han padecido alguna práctica de violencia física, asfixia, cortadas, quemaduras, de las cuales cuatro millones de mujeres han estado en tentativa de feminicidio (ONU, 2017). De acuerdo al Ranking del Semáforo Delictivo Nacional (2020), Morelos ocupa el primer lugar en feminicidios 0.5 estando por encima de la media 0.2, el décimo en violación 5.3, la media es de 3.6 y el doceavo en violencia familiar 71.4 siendo la media un 43.6 en tasa por 100 mil habitantes (Tabla 2).

Tabla 2
Rankin del Semáforo Delictivo de México

Entidad Federativa	Violación	Violencia Familiar	Feminicidios
Aguascalientes	6.1	42.4	0.1
Baja California	7.2	73.6	0.3
Baja California Sur	8.6	75.6	---
Campeche	7.3	1.6	0.2
Cd México	5.2	83.3	0.2
Chiapas	2.6	26.4	0.1
Chihuahua	6.7	64.7	0.1
Coahuila	2	78.4	0.2
Colima	4.1	132.7	0.5
Durango	2.9	83.1	0.3
Estado de México	2.6	16.6	0.2
Guanajuato	2.3	44.6	0.1
Guerrero	2.7	24.1	0.2
Hidalgo	8	49.9	0.2
Jalisco	1.7	34.8	0.1
Michoacán	2.4	5.8	0.1
Morelos	5.3	71.4	0.5
Nayarit	2.4	18.8	0.2
Nuevo León	6	81.1	0.4
Oaxaca	4.4	42.4	0.1
Puebla	3.5	39.8	0.3
Querétaro	7.9	45	0
Quintana Roo	10.5	75.2	0.2
San Luis Potosí	5.8	69.5	0.3
Sinaloa	2.1	35.4	0.3
Sonora	1.7	25.4	0.1
Tabasco	2.9	72.1	0.1
Tamaulipas	3	46.9	0.1
Tlaxcala	0.4	0.4	---
Veracruz	1.2	27.1	0.3
Yucatán	0.5	10	0.1
Zacatecas	4.1	48.2	0.1

Nota: Elaborada a partir de los datos de Semáforo Delictivo (2020), tasa por cada 100 mil habitantes, de acuerdo al primer trimestre 2020.

Según el INEGI con datos del 2017, de 46.5 millones de mujeres de México de más de 15 años de edad, el 43.9% de la población ha enfrentado agresiones del esposo o pareja, actual o la última, a lo largo de su relación. A continuación, se muestran datos de ENDIREH (2016), véase *tabla 3*, donde el Estado de México ocupa el primer lugar con 53.3 % de total de violencia; mientras Morelos se encuentra con 44.1%, siendo la violencia emocional la de mayor prevalencia en el estado. A pesar de no ser el primer estado de la República en registrar los mayores puntajes de violencia contra las mujeres, la zona centro de México es la que presenta el de mayor índice de violencia.

Tabla 3

Prevalencia de violencia de pareja en mujeres de más de 15 años de edad a lo largo de su vida según el tipo de violencia por entidad federativa

Entidad federativa	Emocional	Física	Sexual	Económica y patrimonial	Total
Aguascalientes	46.7	18.3	7.2	25.4	49.8
Baja California	31.8	13.4	4.7	14.9	35.0
Baja California Sur	33.5	12.7	5.2	16.2	36.2
Campeche	28.7	16.1	4.0	14.7	32.1
Coahuila	38.3	16.7	6.4	22.0	42.2
Colima	37.5	16.0	6.9	20.0	41.0
Chiapas	30.4	17.0	5.8	15.2	34.9
Chihuahua	40.1	16.1	5.5	19.7	43.3
Ciudad de México	49.4	19.1	7.8	23.5	52.6
Durango	39.8	18.4	6.3	21.9	44.3
Guanajuato	34.3	17.6	5.9	18.9	37.8
Guerrero	38.1	20.9	6.3	22.8	43.6
Hidalgo	39.6	20.1	7.3	22.1	44.1
Jalisco	43.7	17.1	7.3	23.4	47.4
México	50.0	21.2	7.8	25.7	53.3
Michoacán	41.6	18.1	6.5	21.2	45.9
Morelos	40.1	19.2	7.4	23.1	44.1
Nayarit	34.5	15.4	6.1	18.2	38.6
Nuevo León	28.2	12.4	3.6	13.8	32.2
Oaxaca	40.6	20.8	6.5	22.5	46.1
Puebla	40.4	18.9	7.4	22.8	44.3
Querétaro	40.3	15.8	6.6	22.1	33.7
Quintana Roo	38.1	17.4	6.5	20.7	42.7
San Luis Potosí	35.9	18.2	7.0	19.8	39.2
Sinaloa	35.7	13.5	5.1	17.0	39.3
Sonora	33.6	12.1	5.2	16.9	36.4
Tabasco	35.4	20.8	5.7	19.0	40.1
Tamaulipas	30.6	13.6	5.2	15.7	34.4
Tlaxcala	37.7	20.6	6.5	21.0	42.6
Veracruz	38.2	18.4	6.5	21.3	42.2
Yucatán	40.5	18.9	6.9	23.1	45.2
Zacatecas	37.7	16.6	5.4	21.0	42.1

Nota: Elaborada a partir de los datos de ENDIREH (2016).

De los 3.2 millones de mujeres que se encuestaron y que en algún momento de sus vidas sufrieron violencia, sólo el 28.1 % acudió a levantar una denuncia, mientras que el restante se lo contó a alguien ya sea amiga, vecina, familiar, sacerdote, conocido, psicólogo, trabajador social, u otro (ENDIREH, 2016). De acuerdo a estos estadísticos, en una población de 988,905 mujeres Morelos, de las cuales el 29.5% recibió violencia emocional de su pareja; 14.8% de violencia económica; 9.6% de violencia física; 2.8% de violencia sexual, para ello se contabilizó a mujeres de más de 15 años casadas o unidas.

En el 2015 en el estado de Morelos se instauró la Alerta de Violencia de Género en ocho municipios del estado (Cuautla, Cuernavaca, Emiliano Zapata, Jiutepec, Puente de Ixtla, Temixco, Xochitepec y Yautepec). Sin embargo, desde ese año hasta el 2018, se duplicaron las cifras. Actualmente cada cuatro días muere una mujer por violencia de género según la Comisión Independiente de los Derechos Humanos Morelos (CIDHM, 2015).

1.3Feminicidio

El feminicidio es la forma extrema y la última manifestación de la violencia en contra de las mujeres. Hay un ejercicio claro de violación de sus derechos humanos y de relaciones de subordinación y poder (SEGOB, INMUJERES & ONU MUJERES, 2016). La mayor parte de homicidios en contra de las mujeres ocurren por parte de su pareja o ex pareja, muchos de ellos en el momento en que la mujer decide pedir ayuda o terminar la relación (Echeburúa & De Corral, 2009).

De acuerdo al artículo 19 de la Ley General de Acceso a una Vida Libre de Violencia (Consejería Jurídica del Poder Ejecutivo del Estado de Morelos, 2015) la violencia feminicida se define como: “La forma extrema de violencia contra las mujeres producto de la violación de sus derechos humanos, en los ámbitos públicos y privado conformada por el conjunto de conductas misóginas que pueden culminar en Feminicidio. “Se diferencia de un homicidio ya que, el feminicidio va acompañado por sexismo y misoginia; se manifiesta previamente en un ambiente hostil, por humillación, desprecio, maltrato físico, emocional, hostigamiento/acoso, abuso sexual, violencia sexual (Gómez, 2007).

De acuerdo al artículo 325 del Código Penal Federal (2019), un feminicidio se comete cuando por razones de género se priva de la vida a una mujer. Se tipifica de acuerdo a las siguientes hipótesis:

- I. Hay o se haya dado, entre el activo y la víctima una relación de parentesco por consanguinidad o afinidad, de matrimonio, concubinato, noviazgo, cualquier otra relación de hecho.
- II. Hay o se haya dado, entre el activo y la víctima una relación laboral, docente, o cualquier otro que implique confianza, subordinación o superioridad.
- III. La víctima presente signos de violencia sexual de cualquier tipo.
- IV. A la víctima se le hayan infligido lesiones infamantes, degradantes o mutilaciones, previa o posterior a la privación de la vida.
- V. Consten antecedentes de amenazas, acoso o lesiones del sujeto activo en contra de la víctima.
- VI. El cuerpo de la víctima sea expuesto o arrojado en un lugar público.
- VII. La víctima haya sido incomunicada.

Es de suma importancia que el personal que le toca estudiar estos procesos, pueda tener la sensibilidad y una perspectiva de género, ya que, en muchas ocasiones, no se tipifica como feminicidio a la muerte de las mujeres aun cumpliendo con dichos criterios y los crímenes que se cometen en contra de las mujeres son castigados con menos años de los que deberían ser (CONAVIM, 2018; Ferrer & Bosch, 2005).

También representa un conflicto social de nuestro país no solo por la perspectiva de género sino por la propia condición bélica en la que se encuentra el país desde el 2007, cuando comenzó la lucha contra el crimen organizado (Clínica de Derecho Internacional Humanitario de la Universidad de Leiden en los Países Bajos, 2017); no es coincidencia que los estados donde más casos de feminicidios existan son los estados donde mayor presencia de crimen organizado existen. Esto se puede observar en el fenómeno de los medios a través de los cuales se cumplen los feminicidios. De acuerdo a INEGI (2017) véase *tabla 4*, el mayor número de homicidios contra las mujeres se llevaron a cabo con armas de fuego. Según García (2019), María Salguero quien realiza un mapeo de los feminicidios en México, afirma que los feminicidios se llevan a

cabo con armas exclusivas del ejército (AR-15, AK-47, FN 5.7 conocida como “la mata policías”, con unos 9 milímetros).

Tabla 4

Estadísticas de defunción de mujeres

Objeto o mecanismo	Número de feminicidios
Disparo con armas de fuego	1743
Contacto traumático con objeto cortante	522
Ahorcamiento, ahogamiento, sofocación y estrangulamiento	582
Exposición a humo, llamas, fuego	44
Exposición de sustancias	14
Vehículos de motor	3
Otro	522

Nota: De acuerdo a datos obtenidos de INEGI (2017).

En Morelos, hasta el 1o. de septiembre de 2011 el feminicidio se consideró dentro del código penal del estado. Por lo que los casos que van desde el 2000 hasta el 2011 fueron investigados como homicidios, dejando una laguna estadística en casos de violencia contra mujeres.

1.4 Alerta de Violencia de Género y otras formas de lidiar

Las consecuencias sociales que implica un feminicidio en nuestro país son altamente perjudiciales para futuras generaciones, se va dejando un umbral y una naturalidad del fenómeno; algunos casos se vuelven visibles por el amarillismo que genera, pero después de un tiempo se invisibilizan, mancillando la dignidad de una mujer. A pesar de los procesos judiciales y una sociedad invisibilizadora, las asociaciones civiles en conjunto con las familias han trabajado para demostrar la gravedad de la situación de las mujeres en Morelos.

Como respuesta los organismos de justicia han buscar estrategias para abatir esta problemática. Como medida preventiva, de atención, sanación y justicia surge la Alerta de Violencia de Género de Morelos (AVGM), para que desde la sociedad y el estado se tomen medidas para restablecer en la medida del proceso el daño desde políticas públicas. La AVGM, es un mecanismo gubernamental para proteger los derechos humanos de las mujeres,

adolescentes y niñas, con la anulación de la violencia en su contra y la búsqueda de igualdades por políticas públicas o nulas legislaciones (que limitan el acceso al cumplimiento de sus derechos) de acuerdo al país o ciudad donde se instaure (Instituto Nacional de las Mujeres, 2020).

En la Ley General de Acceso a una Vida Libre de Violencia (2018), se describe a la AVGM en el artículo 22 como: “Conjunto de acciones gubernamentales de emergencia para enfrentar y erradicar la violencia feminicida en un territorio determinado, ya sea ejercida por individuos o por la propia comunidad” pp. 7. A lo largo de por lo menos 17 años la violencia contra las mujeres ha terminado con la vida de 847 mujeres. A pesar de la instauración de la AVGM, en el 2016 Morelos obtuvo el año más violento desde el 2000 en violencia contra las mujeres de acuerdo a Brito (2016). Dentro de las ciudades donde se han presentado mayor índice de feminicidios en Morelos destacan Cuernavaca con 184 casos, seguido de Jiutepec con 87, Temixco con 60 y Cuautla con 56 casos (véase tabla 5).

Tabla 5
Feminicidios de 2000 a 2018 en el estado de Morelos

Ciudad	Feminicidios
Cuernavaca	184
Jiutepec	87
Temixco	69
Cuautla	56
Yautpec	50
Xochitepec	40
Pte de Ixtla	36
Emiliano Zapata	35
Tepoztlán	32
Jojutla	31

Nota: Modificada de acuerdo a datos de la Comisión Independiente de Derechos Humanos de Morelos (CIDHM, 2019)

1.4.1 Spotlight 2019

Como método aliado a la Alerta de Violencia de Género, en 2019 se dio inicio al programa llamado Spotlight realizado por las Naciones Unidas y la Unión Europea. A pesar de que Morelos no está aún en este pilotaje, muy probablemente si los resultados para el 2022 sean positivos se pueda expandir las actividades hacía otros estados de México. Través de esta iniciativa, se busca se puedan prevenir y erradicar los feminicidios en por lo menos tres estados de México que son los de mayor prevalencia de violencia en contra de las mujeres: Chihuahua, Guerrero y Estado de México(Spotlight, 2019). Donde sus principales objetivos son:

- 1) Mejorar las normas y las políticas públicas para eliminar la discriminación y la violencia
- 2) Fortalecer las instituciones responsables de prevenir, investigar, sancionar y eliminar la violencia, especialmente el feminicidio
- 3) Cambiar normas sociales, formas de pensamiento y conductas para prevenir la violencia
- 4) Garantizar y hacer accesibles los servicios esenciales de salud, sociales, legales y policiales de calidad, para mujeres y niñas víctimas de violencia.
- 5) Mejorar los sistemas de recolección de datos que permitan tomar decisiones informadas de política pública
- 6) Fortalecer a los grupos de mujeres y organizaciones de la sociedad civil que promueven y protegen los derechos de este sector de la población.

1.5 Violencia de Género en Pandemia por Covid-19

Debido al SARS-COV2 y la enfermedad que provoca COVID-19, que apareció en China el pasado 2019 y cuyos casos se han propagado en todo el mundo, la OMS (2020), declaró una pandemia global que ha traído constantes cambios en la rutina de vida de todas las personas. En México a nivel federal, se declaró una alerta sanitaria en el mes de marzo, lo cual implicó adoptar medidas de seguridad por varios estados para evitar los contagios de la enfermedad. Una de ellas ha sido la jornada nacional de sana distancia, que implica la recomendación: “Quédate en casa”, que hasta la fecha ha prevalecido exacerbando problemas sociales como: de salud, económicos, educativos, de seguridad y sociales.

Debido al estrés y tensiones acumuladas que causa la incertidumbre de esta situación y algunas prácticas masculinas (Mlambo-Ngcuka, 2020; Fernández-Llebrez, 2005), la violencia se ha incrementado en este confinamiento; esta pandemia no sólo vino a modificar el estilo de vida de personas a lo largo del mundo, sino también ha tenido injerencia en las dinámicas familiares. Debido a estas condiciones de pandemia, los hogares se han convertido en espacios donde se deben desarrollar diferentes actividades que tienen que ver con: la educación, la socialización, el trabajo, y el trabajo doméstico. La realidad es que estas tareas no se reparten de una manera equitativa, la mayoría de actividades que se realizan recaen en las mujeres.

El confinamiento hace que las mujeres tengan que estar encerradas con sus agresores, entendiendo que el hogar se vuelve un lugar peligroso para estar (UODC, 2018; CID, 2020; OHCHR, 2020). Algunos factores que agravan la situación de violencia son: las preocupaciones económicas sanitarias y de seguridad; las condiciones de vida limitadas; restricciones de movimiento; espacios públicos desocupados (UNWOMEN, 2020). Las condiciones de una pandemia pueden limitar la posibilidad de las mujeres de escapar de contextos de abuso; además de existir un entorno que limite los servicios de apoyo adecuados, como la infraestructura de albergues o refugios para mujeres y sus familiares (Human RightsWatch, 2020), que implican una limitación presupuestaria y sanitaria (EQUIS, 2020).

De acuerdo al informe del SESNSP, (2020), las llamadas al 911 por violencia de género han tenido un incremento en la jornada nacional de sana distancia; mientras en el mes de enero de este año hubo 19,183 llamadas y en febrero 21,727, para el mes de marzo aumentaron a 26,171.

Tabla 6
Llamadas de emergencia al 911 por violencia familiar, en México

Mes	Número de llamadas
Enero	52498
Febrero	52858
Marzo	64858
Abril	60543
Mayo	59824
Junio	61945
Julio	60386
Agosto	60823
Septiembre	57265

Nota: SESNSP, con corte a septiembre de 2020

A pesar de que se ha registrado un incremento en cuanto a llamadas o mensajes a los centros de ayuda a mujeres (Red Nacional de Refugios, A.C, 2020) y al 911, hay sólo un panorama parcial de cuánto ha afectado esta situación a las mujeres que se encuentran en situación de violencia, pues hay mujeres que no tienen la oportunidad de pedir ayuda. De acuerdo con los datos de la Secretaria de Seguridad y Protección Ciudadana y Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (2020), en el mes de marzo se registraron 20,232 carpetas de investigación en las fiscalías estatales del país por el delito de violencia familiar. Estas cifras aumentaron en consideración a los meses anteriores y en comparaciones con años anteriores.

En el caso de los asesinatos de mujeres de acuerdo a los datos del Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (2020), abril 2020 se reporta como el mes con más casos registrados desde 2015 con un total de 337 mujeres asesinadas. Si se compara marzo y abril de dicho año, los asesinatos de mujeres aumentaron un 2%. Esto llama la atención pues, aunque se hayan tomado medidas de distanciamiento social y confinamiento, es persistente la crisis de violencia en el país. Si algo nos han dejado de aprendizaje las otras pandemias que se han presentado en México (Ebola, Zika y Sars), es que acompañado de medidas sanitarias que el estado implemente, se deben de procurar las medidas de seguridad, y profundizar sobre todo en las desigualdades sociales que se evidencian en estas emergencias previniendo las consecuencias en cuanto a temas de género.

1.6 La violencia de género como problema de salud pública

A pesar de los datos alarmantes, de las investigaciones que se han realizado con mujeres que están en una situación de violencia, de las legislaciones que existen para poder castigar a aquellos que quebrantan uno de los derechos más violable de las mujeres, aún falta la sensibilización por parte de la sociedad para ver este tema no sólo como parte sociocultural sino también para verlo como un problema de salud. Muchas mujeres que tienen antecedentes de violencia son más vulnerables a padecer infecciones de transmisión sexual y trastornos ginecológicos en comparación de aquellas mujeres que no han sido violentadas; el hecho está en que no tienen la libertad de opinar sobre su propio cuerpo, y el uso de métodos anticonceptivos está prohibido para ellas, colocándolas en una posición de riesgo para su salud (Plazaola-Castaño & Ruíz, 2004).

Lo cual también origina embarazos no deseados, prácticas de abortos clandestinos (OMS, 2013); o en el caso de que se llegará a seguir con el proceso de embarazo, abortos espontáneos o complicaciones en el embarazo, propiciando que la vida de las mujeres se vea expuesta (Collado & Villanueva, 2005). El problema de que las mujeres no tienen la libertad de tener una planificación familiar consciente repercute en muchas ocasiones condiciones precarias para poder instaurar una familia. Algunas mujeres que están en situación de violencia mediante estrategias de afrontamiento tratan de sobrellevar esta etapa de su vida con prácticas que ponen en riesgo su vida como: el consumo excesivo de sustancias psicoactivas (Llopis, Castillo et al, 2005), un mayor número de pareja sexual (Sans, & Sellarés, 2010).

La vida laboral también es afectada por la violencia, algunas mujeres pueden encontrarse incapacitadas para continuar con una vida laboral debido a la situación de violencia por la cual están pasando (Manzinas & Zuñiga, 2009). Muchas de ellas dejan de hacer actividades recreativas o cotidianas incluso se ven limitadas a cuidar de sí mismas o de sus hijos, esto porque son excluidas de su entorno por decisión propia o por petición de sus agresores.

Una serie de síntomas frecuentes que experimentan las mujeres después de una relación de maltrato son los que acompañan al síndrome de estrés postraumático (Walker, 2012); baja autoestima y desvalorización de sí misma (Morales-Reyes, Alonso-Castillo & López- García, 2011); depresión, ansiedad entre otras alteraciones emocionales que pueden presentarse. Por lo anterior, el personal de salud debe de estar sensibilizado con estos temas, saber identificar y tratar a una mujer que está en un proceso de violencia, porque es el primer acercamiento que tienen con un profesional para ser auxiliadas y asesoradas, pero también porque si no es detectada a tiempo pueden recurrir en prácticas erradas lo cual repercute en problemas de salud para ellas.

CAPÍTULO II

Género Violencia y Fatalismo

2.1 Conceptos necesarios para la definición de Género

Es conveniente conocer los términos y las definiciones acerca de género y la violencia, ya que la diversidad de autores y la cotidianidad con que se usan estas palabras, pueden llegar a confundir algunos términos; en las siguientes líneas se pretenden conocer los conceptos importantes que ayuden a comprender las definiciones acerca de estas dos grandes categorías. En muchas ocasiones se llega a utilizar erróneamente como sinónimos los términos de sexo y género, Sin embargo, cuando nos referimos a sexo éste es referente a las características anatómica fisiológicas, y cromosómicas con las que nacen mujeres y hombres (COVAVIM, 2016). Incluso a aquellas características sexuales (vello, voz, distribución de la grasa) y el dimorfismo cerebral referente al sexo que diferencias (Barrios, 2003).

El sexo se refiere a lo biológico, mientras que el género a lo construido, a aquellas ideas normas, atribuciones y comportamientos que la sociedad ha establecido según se sea hombre o mujer y el valor simbólico y significado que se les asigna (Lamas, 1996; 2000). El termino género es un concepto equivalente a gender (ingles) o a geschlecht (alemán), que hacen referencia a la sociabilidad del sexo; por lo tanto, es un concepto utilizado para hablar acerca de las distinciones socialmente construidas del sexo biológico. Así como define El Diccionario de la Real Academia Española vigésima segunda edición (2010), al género:

“...son atributos socialmente contruidos, roles, actividades, responsabilidades, y necesidades predominantemente relacionadas con pertinencia al sexo masculino o femenino en determinadas sociedad o comunidades en un momento dado...”

Así como lo manifiesta Rubín (1975), al definir un sistema sexo-género como: un conjunto de disposiciones por el que una sociedad transforma la sexualidad biológica en productos humanos (Rubin, 1975). Al igual Scott (1990) manifiesta una definición social para género al definirlo como: “un elemento constitutivo de las relaciones sociales, basadas en las diferencias que distinguen a los sexos {...} y es una forma primaria de relaciones significantes de poder” pp. 44. La definición de género es asignada por cada sociedad o cultura. Estos, le asignan un valor y un significado a las desigualdades anatómicas y fisiológicas de cada sujeto; al

mismo tiempo que elaboran representaciones simbólicas y discursivas que según Amorós (2011) pueden condicionar nuestra conducta.

Cada escenario en el cual se desenvuelven tanto los hombres y mujeres está enmarcado por códigos y normas socialmente atribuidas a cada género. Estas construcciones no son naturales, son culturales e históricas (Benhabib, 1990) y son las que han sentado las bases para que se desarrollen las relaciones entre hombres y mujeres de acuerdo a cada cultura, religión, clase social, etnias de acuerdo al Instituto Nacional de las Mujeres, (2004). De acuerdo a lo anterior se es hombre o se es mujer, no solo por una condición de sexo biológica, sino también por el comportamiento que se adquiere en la sociedad que se nace. De acuerdo con Simone de Beauvoir en su libro *el Segundo Sexo*:

No se nace mujer: llega una a serlo. Ningún destino biológico, físico o económico define la figura que reviste en el seno de la sociedad la hembra humana; la civilización en conjunto es quien elabora ese producto (...) al que se califica como femenino.

La definición de género, en esta investigación, hace referencia a creencias, actitudes, sentimientos, valores y conductas, marcando una diferencia entre hombres y mujeres, dejando a las últimas en una posición de vulnerabilidad ante agresiones y de poder a los que llevan el rol masculino (Lamas, 1986). En su acepción anglosajona, hasta los años cincuenta, los términos sexo y género eran utilizados de manera indistinta. Es el investigador John Money quien en 1955 acuña el término rol de género (*gender role*) para describir al conjunto de conductas socialmente atribuidas a las mujeres y a los hombres. Money, además, señala que ese papel, rol o identidad de género se adquiere por el estímulo social.

2.1.1 Identidad de género

Comprende una autopercepción, autovaloración de lo aceptado en comportamiento, expresiones, alcances y limitaciones y de lo que se percibe y se valora en comparación con su propio sexo y el sexo opuesto. La distribución de tareas, la riqueza, el trabajo, el poder político, los derechos, se estable en relación a la aparición del lenguaje y es anterior al ejercicio de conocer las diferencias anatómicas (Lamas, 1986). El término «género» se refiere al conjunto de actitudes, creencias, comportamientos y características psicológicas que se asocian diferencialmente a los hombres y a las mujeres (Ezpeleta-Ascaso, 2005). Se entiende entonces,

por «identidad de género» la experiencia subjetiva de pertenecer al grupo de los hombres o de las mujeres.

Son los referentes de género los que conforman una identidad. Estos incluyen también: la permanencia a una sociedad, la identificación con una clase social, la nacionalidad, la identificación con una comunidad, con un partido político o una religión que juegan un papel importante en cada generación (Lagarde, 1990). El género no es un concepto estático, es dinámico porque cambia con el lugar y la cultura. Cuando las personas o los grupos no se ajustan o identifican con las normas, roles, actividades suelen ser objeto de estigmatización, exclusión social y discriminación.

2.1.2 Roles de género

Los roles de género son construcciones sociales que conforman los comportamientos, las actividades, las expectativas y las oportunidades que se consideran apropiados en un determinado contexto sociocultural para todas las personas. Además de hacer referencia a las relaciones entre las personas y a la distribución del poder y dominación en esas relaciones (Serret, 2001). Tal y como lo afirma Cirillo (2005) el género es un principio de orden social:

“... revela la existencia y los efectos de una relación de poder, de una diferencia, de un encuentro desigual... En el curso de la existencia, cada hombre experimenta una relación en la cual detenta el poder, aunque sea una forma microscópica e ilusoria de poder... Aunque democrático, racional y sinceramente convencido de la igual dignidad de las mujeres, cada hombre conserva en el inconsciente las huellas de una fantasía infantil que alimenta la convicción de tener alguna cosa que las mujeres no poseen, o bien, una especie de derecho natural al poder...”

Estos roles imponen normas y comportamientos de lo que son las diferencias en cuanto a los conceptos de femenino y masculino (Lamas, 1996). Esta división corresponde a la división sexual del trabajo y la división de las tareas; así desde que nace un ser, ya hay una serie de expectativas sociales que hay que seguir. De acuerdo con Lamas (2000), los roles se configuran desde las normas que impone la sociedad, sin embargo, hay diferencias entre lo que dicta cada cultura, la clase social, el grupo étnico, pero hay concepciones básicas que corresponden a la

división sexual, lo femenino es lo maternal y por ende lo domestico, lo masculino es lo fuerte y publico por eso es el proveedor.

Las culturas adoptan ciertas formas de organización de acuerdo a una división sexual del trabajo. Las mujeres en algunas culturas están educadas para permanecer al hogar y cuidar a los hijos; por lo tanto, es común que se asignen tareas hogareñas; socialmente se ocupa realizar labores domésticas y del hogar (tareas reproductivas). Mientras que los hombres se dedican a la agricultura, la cacería y las actividades relacionadas a proveer y protección del hogar (tareas productivas) (Valdez-Medina, Díaz-Loving & Pérez, 2005).

Por otra parte, los roles que se asignan expresan valores, conductas y actividades que asigna una sociedad a las mujeres y a los hombres (Castañeda Abascal, 2007; Saldívar-Garduño, 2005), así como los rasgos de personalidad (Zucker, 2002; Ezpeleta-Ascaso, 2005); todas estas expresiones varían a través del tiempo las sociedades y las culturas (De Diego, 1992; Saldívar Garduño, 2001). Estos se expresan desde el comportamiento que una sociedad espera de una persona en razón de su sexo biológico. Por ejemplo, las pautas sobre cómo se debe de ser, sentir dependiendo del sexo al cual uno pertenece (Macía, Mensalvas & Torralba, 2008; Matud, Rodríguez, Marrero & Carballeira, 2002; Saldívar Garduño, Aguilar Martínez & Díaz Pérez, 1995; Velázquez, 2010).

De acuerdo con Saldívar-Garduño (2005), sostiene que estos roles de género se ajustan a una determinada cultura, lo cual puede reflejar diferentes variaciones de los conceptos de femenino y masculino; por eso se enriquece de una gran diversidad cultural. En el fondo estos roles marcan una posición en la sociedad, la cual esta normalmente basada en la desigualdad; por ello es que algunas actividades suelen ser en esencia más valoradas que otras que se consideran inferiores. Esta interacción entre hombres y mujeres está basada en la subordinación de la sociedad (Arellano, 2003).

2.1. 2.1 Masculinidad. Desde antes de nacer ya un bebé se le atribuyen ciertas actividades de acuerdo a su condición biológica y a lo largo de su infancia (Vieira, 1996), se le van inculcando y reforzando ciertas conductas; también por imitación el niño va desarrollando ciertas actividades diferenciadoras entre hombres y mujeres (véase tabla 7), que repercuten en su relación consigo mismo y con su entorno. Constantemente las prácticas masculinas se relacionan con el poder, la violencia, la agresividad y una constante necesidad de reafirmar que se es hombre (Kaufman, 1994; Seidler, 2002) a través de actos que alejen a las actividades femeninas en el transcurso de su vida.

De acuerdo con la CNDH (2018) se define la masculinidad como: “El conjunto de atributos, valores, comportamientos y conductas que son característicos del hombre en una sociedad determinada”, este concepto puede estar en constantes adecuaciones en relación a los cambios culturales de una sociedad en un momento determinado. En una cultura donde predomina el machismo, es constante que el hombre crea que la mujer le pertenece y que el ejercicio de relacionarse con ella se determina más en la necesidad de demostrar “poder” que afectividad. Por ello hay un rechazo hacia cualquier manifestación femenina de conductas, porque esto les quitaría poder y los colocaría en una posición de vulnerabilidad y fragilidad (Figueroa, 1998; Kaufman, 1994; Parquer, 1991).

Tabla 7

Tipos de Masculinidades

Masculinidades	Características/ actividades
Hegemónica	Son hombres independientes, autónomos, activos, productivos, heterosexuales, y a nivel familiar, proveedoras y con un amplio control sobre sus emociones.
Subordinada	Hombres que no tan fuertes, cuya capacidad económica no es grande, no comparten rasgos como el autocontrol emocional, pertenecen a una minoría, no se identifican con el estereotipo o prototipo masculino hegemónico.
Machismo	Comportamientos estereotipados de supremacía masculina, de dominio y control, cuyas manifestaciones son diversas y tienen impacto diferenciado en las personas a quienes se dirige. Justifican cualquier forma de agresión dependiendo la sutileza o el extremo de sus acciones.
Micromachismo	Son mecanismos sutiles de dominación, ejercidos por los hombres hacia las mujeres. Se caracterizan por no ser abiertamente violentos e incluso pueden ser advertidos como aceptables y esperados

Alternas	Algunos hombres prefieren elegir otras conductas, características y actitudes nuevas.
----------	---

Nota: Elaborada a partir de la información de Masculinidades emergentes, Montesinos (2005).

2.1. 2. 2Feminidad. Hoy día es complicado definir un concepto de feminidad, ya que las corrientes feministas se han encargado de darle atribuciones y tratar de cambiar aquellas actividades históricas que antes se referían a una exclusividad del sexo femenino; por lo tanto, hoy día se busca que la mujer pueda tener igualdad de actividades en comparación con un hombre y que el cuidado del hogar o de los niños no pertenezca solamente a las mujeres. La evolución y globalización han producido grandes cambios en nuestra sociedad, sin duda hoy día la mujer en su inmersión a un mundo laboral y educativo, no solo lleva consigo la responsabilidad de cumplir con estos roles a los que poco a poco ha accedido a obtener un lugar sino también prevalece la lucha histórica de los ya establecidos.

El cumplir con una maternidad o labores de casa, así como pasar de roles productivos, el acceso a nuevos recursos, los nuevos modelos de parentalidades, puede traer consigo una amplia satisfacción, pero también una gran responsabilidad que puede caer en una gran culpabilidad por no poder cumplir con este nuevo esquema social (Colas, 2010). Aun con estos cambios en diferentes esferas de nuestra sociedad como la económica, cultural, laboral, académica, hay masculinidades que aún no están en concordancia (Rocha & Díaz-Loving, 2005), y que persistente en generar desigualdades, además de un control sobre la participación y los derechos de las mujeres.

Es importante reconocer que los hombres también pueden ser pasivos y controlados y que las mujeres también pueden ser activas y dominantes y qué, el hecho de ser un hombre conlleva en algunos momentos cierta ventaja o privilegios, pero también puede generar grandes malestares y cargas (Medina-Mora, Borges-Guimaraes, Lara & Ramos-Lira, Fleiz-Bautista et al., 2005). No se puede tener una definición general acerca de la masculinidad o de la feminidad porque estas ideas van cambiando y adaptándose dinámicamente a las circunstancias sociales, de acuerdo a Otegui (1999): "...las identidades de género se deben estudiar como un continuo de formas simbólicas y prácticas sociales a través de las cuales las personas construyen su forma de ver el mundo, de actuar en el mismo, y de resituarse con relación a sí mismos y a su cuerpo..." pp. 153

Hoy día nos enfrentamos ante un hecho, estructuralmente que nos impide tratar a todos por igual, es decir, hombres y mujeres, heterosexuales y homosexuales a pesar de tener diferencias anatómicas, la simbolización de manifestación de su sexualidad, sus prácticas, su identidad, hacen una diferenciación que en muchas ocasiones recae en una estigmatización, (Lamas 2012).

2.2 Violencia de Género

El termino de violencia se refiere a todo acto intencional que puede ser ocasional o cíclico, con la finalidad de lastimar, dominar, viciar su voluntad y obligarla a ejecutar algún acto, controlar a otra persona, animal u objeto (Martínez- Pacheco, 2016; Sanmartín, 2007). Por lo general, es ejecutada por una persona de mayor jerarquía, por ejemplo: violencia de jefe a empleado, padres a hijos, hombre a mujer, profesor a alumno o incluso entre pares. A pesar de que la agresividad forma parte de la violencia, estas se diferencian entre sí, la primera es una respuesta biológico conductual innata ante diversos estímulos (Garaigordobil & Oñederra, 2010). La violencia es una agresividad alterada por factores socioculturales, no es automática es intencional y va encausada a producir un daño mediante un ejercicio de poder (Raine & Sanmartín, 2000; Sanmartín, 2002, Sanmartín, 2006).

La clasificación de la OPS y OMS (2003), divide la violencia en tres categorías generales, según las características de los que cometen el acto de violencia:

- A. La violencia autoinfligida (comportamiento suicida y autolesiones),
- B. La violencia interpersonal (violencia familiar, que incluye menores, pareja y ancianos; así como violencia entre personas sin parentesco).
- C. La violencia colectiva (social, política y económica).

Por violencia de género se debería entender, en consecuencia, la que se perpetra contra alguien porque se considera que se ha separado del papel (no cumple la función) que tradicionalmente le corresponde. Es necesario hablar que la violencia puede ser ejercida tanto en lo masculino o femenino. La mayor parte de los movimientos feministas consideran, sin embargo, que, aunque pueda hablarse de «género masculino», en la práctica sólo hay un tipo de violencia conectada con el género: la que sufren las mujeres, porque se considera que no cumplen de modo apropiado la función o rol que se cree que les corresponde.

La violencia de género, en este último sentido, adopta múltiples modalidades: hay violencia de género en la pareja, en la casa, en la escuela, en el lugar de trabajo, en las pantallas, en las tradiciones culturales, y un largo etcétera. En su mayoría la violencia de género se dirige desde los hombres a las mujeres; no es una lucha de diferencia, de fuerza de sexos, ni una cuestión biológica, es una condición historia que tiene su origen en una naturaleza patriarcal, donde este ejercicio de poder va encaminado a ejercer un acto de control.

La mayor parte de investigaciones con un enfoque de género al estudio de violencia, se centra en el análisis de los casos de violencia específicamente en los que sitúan a la mujer como la víctima. Pero hay que resaltar que no toda la violencia ejercida en contra de las mujeres es violencia de género, y no sola esta se puede aplicar desde un enfoque de género (Izquierdo 1998). En los años 90's se comenzó a consolidarse el término gracias a importantes iniciativas como: *La Declaración de Naciones Unidas sobre la eliminación de la violencia contra la mujer (1993)*, *la Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer (1994)* y *la Conferencia Mundial de Mujeres de Beijing (1995)*.

La violencia contra las mujeres fue reconocida por primera vez como una violación a los derechos humanos de niñas y mujeres por el simple hecho de su género en 1993 en la Conferencia Mundial de las Naciones Unidas sobre Derechos Humanos que se celebró en Viena. Anterior a ese año había diversas formas para nombrar este suceso: “*violencia doméstica*” “*violencia familiar*” “*violencia sexual*”. Esta declaración incorporó el concepto de violencia de género, para referirse a un suceso que vulnera la integridad física, emocional, sexual, su libertad, dignidad y los derechos humanos, pero también como un conjunto de estructuras analíticas de categorización la palabra “*genero*” que diferencian la posición de una persona según su sexo, clase social, la orientación sexual, la denominación de pertenecer a una etnia.

Hoy día coloquialmente cuando se habla de violencia de género se hace referencia a la violencia contra las mujeres en un contexto de relación de pareja, resultado de desigualdad (Kurz, 1997), discriminación (Moreno, Sepúlveda, & Restrepo, 2012) y de relaciones de poder (Expósito, 2011). Según la propuesta dada por la ONU (1993) acerca de la violencia de género, ésta se define como: “... Todo acto de violencia sexista que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual, psíquico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la privada...”

La violencia de género puede darse en ambientes públicos y privados como, por ejemplo, la familia, la escuela, un trabajo o dentro de una comunidad. Adoptando formas diferentes, física, verbal, psíquica, sexual, social, económica, etcétera. Generalmente estas manifestaciones son practicadas por hombres que pueden estar cerca de ellas, novios, esposos, jefes, profesores (Marqués, 2016) y que a lo largo de su vida se desarrollan en diferentes manifestaciones (*véase tabla 8*).

Tabla 8

Violencia de género a lo largo de la vida de las mujeres

Etapa	Descripción
Prenatal	Aborto en virtud de la selección del sexo; malos tratos en el embarazo; embarazado forzado.
Primera Infancia	Infanticidio femenino; omisión de los derechos de las niñas.
Infancia	Mutilación genital; Incesto; abuso sexual; prostitución infantil.
Adolescencia	Violencia en el noviazgo; acoso; abuso sexual; violación; prostitución forzada.
Madurez	Violencia de pareja; violencia en el matrimonio; acoso sexual; abuso sexual en el trabajo; malos tratos por discapacidad.
Señigtud	Malos tratos a viudas; malos tratos a ancianos.

Nota: De acuerdo a Heise (1994).

2.2. 1 Tipos de Violencia de Género

Existen diversos criterios para poder clasificar la violencia de género. Por ejemplo, desde el escenario donde se lleva a cabo; la modalidad (activa o pasiva); el daño causado (desde los que la perciben víctima/agresor). A continuación, se describen algunas clasificaciones de la Violencia pertinentes a esta investigación. En primer lugar, la violencia puede ser activa o pasiva, es decir: hay violencia por acción, pero también por inacción u omisión. Se puede golpear o insultar a una persona y eso se considera dentro de la clasificación de violencia. También se puede dejar de realizar algunas conductas o actividades que sean intencionalmente y que ellas sean necesarias para preservar su integridad psíquica o física.

2.2.2 Tipos de Violencia contra las mujeres según el daño

2.2.2.1 Violencia física. Es cualquier acción u omisión que causa o puede causar una lesión física. Está representada por la acción de “golpear”, sin importar si iba o no dirigida a causar dicho daño. Incluye cualquier acto de fuerza contra el cuerpo de otra persona (Alberdi & Mata, 2002), con resultado o riesgo de producir lesión física o daño, ejercida por quien sea o haya sido su cónyuge o esté o haya estado ligado a ella por análoga relación de afectividad, aún sin convivencia. Representa una situación de amenaza o peligro por el uso de la fuerza física (Corsi, 1999; Cava, Buelga, Musitu & Murgui, 2010); asimismo, tendrán la consideración de actos de violencia física contra la mujer los ejercidos por hombres en su entorno familiar o en su entorno social, escolar y/o laboral véase tabla 9 para su clasificación.

Tabla 9

La clasificación por tipo de violencia física se da según su gravedad

Tipo de Violencia	Descripción
Violencia física leve	Arañazos, empujones, jalones de cabello y mordidas
Violencia física media	Bofetadas, golpes, agresiones con objetivos, patadas, que el agresor rompa cosas personales.
Violencia física severa	Intentos de estrangulamiento, quemaduras, amenazas con cuchillos, navajas, armas
Violencia física extrema	Último momento de la violencia, llegando al homicidio

Nota: Elaborada a partir de datos de Torres (2001)

2.2.2.2 Violencia emocional. Se entiende como el abuso verbal, gestual, el maltrato y desestimación hacia una persona mediante el acoso, el insulto, la amenaza, el menosprecio, la ignorancia, sometimiento, privación de gustos, humillaciones entre otras formas de manifestación. Se trata también, de cualquier omisión u acción que pueda llevar a una persona a sufrir un daño psicológico. Es socialmente representativo por un insulto. La OMS y OPS (1998), afirman que: “para algunas mujeres, los insultos incesantes y la tiranía que constituyen el maltrato emocional quizá sean más dolorosos que los ataques físicos, porque socavan eficazmente la seguridad y la confianza de la mujer en sí misma”. De acuerdo a estas organizaciones, las mujeres dicen que el peor aspecto de la violencia es la cárcel psíquica que se hace presente durante este tipo de violencia, con torturas mentales, viviendo con miedo y terror.

De acuerdo con Marie-France (1998) este proceso de maltrato hacia cualquier persona que involucre un acoso moral o de maltrato psicológico, un individuo, puede lograr “hacer pedazos a otro”; y es que estas manifestaciones de violencia son complicadas de detectar porque en algunas ocasiones son tan sutiles, pero son las más difíciles de erradicar ya que se estancan en la psique de la persona generando un alto monto de sufrimiento (Bonino, 1995).

Tabla 10

Tipos de Violencia emocional

Tipo	Descripción
Actitudes de dominación	Implica comportamientos agresivos o molestos y culpabilización, por parte de la pareja, lastimando los sentimientos de la otra persona cuando no se cumplen las exigencias.
Actitudes de control	Implica impedir amistades, que la pareja salga con la familia y/o limitar llamadas por teléfono, mensajes en redes sociales. Se busca limitar la actuación de la pareja mediante el control de actitudes autoritarias.
Subestimación	Agresiones pasivas por medio de actitudes de menosprecio, por ejemplo: criticar la manera de vestir, no estar de acuerdo con lo que la pareja estudia o el lugar del trabajo. La característica principal es coartar la forma de actuar de la otra persona por no estar de acuerdo.
Infravaloración	Conducta de lastimar el orgullo y el respeto que tiene la persona por sí misma, menospreciando las cosas que hace, manteniéndola apartada o actuando como si algo en ella estuviese mal, tanto en lo emocional como en lo mental.
Aislamiento	El agresor aparta a su pareja de las demás personas e incluso del tiempo que tiene esta para consigo misma, dificultando que vaya a alguna parte o hable con alguien más que no sea la pareja, pues es el único individuo que la comprende.

Nota: Elaborada a partir de información de O’Leary & Maiuro, (2001)

De acuerdo a su clasificación (*tabla 10*), es necesario delimitar que la violencia emocional no son las secuelas psicológicas el propio fenómeno de violencia contra las mujeres

deja; es común que se piense en aquellos efectos psicológicos negativos que experimenta la víctima, sin embargo, eso no se define como violencia emocional. Incluye toda conducta, verbal o no verbal, que produzca en la mujer desvalorización o sufrimiento, a través de amenazas, humillaciones o vejaciones, exigencia de obediencia o sumisión, coerción, insultos, aislamiento, culpabilización o limitaciones de su ámbito de libertad, ejercida por quien esté o haya estado ligado a ella por análoga relación de afectividad, aún sin convivencia. Por ejemplo: chistes, bromas, comentarios, amenazas, aislamiento, desprecio, intimidación e insultos en público, desigualdad en el reparto de los recursos, control para que la mujer siempre salga acompañada de casa.

2.2.2.3 La violencia sexual. Es un comportamiento en el que una persona es utilizada para obtener estimulación o placer sexual. Se ejerce contra un cuerpo y se supone también una agresión física y emocional que atenta contra la parte sexual de la persona (Alberdi y Matas, 2002). Normalmente es la única moralmente condenada en la mayoría de las culturas. La coerción sexual incluye desde una presión psicológica, hasta el empleo de agresión física para que se dé un encuentro sexual. Es común que en las relaciones de pareja no se vean estos actos como violencia; lo puede interpretar como una obligación de su rol de esposa. Sin embargo, el sexo también puede ser consentido bajo la presión del miedo, alejándose de la definición legal de violación (Mullender, 2000).

Es la manifestación forzada, obligada, impositiva, y de intimidación de cualquier acto de naturaleza sexual y que no sea consentida por la mujer; en estos actos se incluye acoso, obligación a ver imágenes pornográficas, infidelidad, penetración de objetos, tocamientos, contactos, obligar a mantener relaciones sexuales con otras personas u obligarla a ver a otras personas tener relaciones sexuales, violación o cualquier acto que sea impositivo y que impiden el ejercicio de la sexualidad de una forma libre (Marqués, 2016).

Muchas mujeres incluso pueden sentirse obligadas a mantener relaciones sexuales para terminar o disminuir la tensión de un pleito, algunas prácticas incluso pueden llegar a ser dolorosas para la mujer o llenas de insatisfacción. Aunque algunos países ya se reconoce la violación en el matrimonio como un hecho legal, en otros el esposo tiene derecho legal de acceder ilimitadamente al acto sexual con su esposa aún y cuando ella no lo quiera (Desai & Saltzman, 2001).

2.2.2.5Violencia Económica. Se trata de la utilización ilegal o no autorizada de los recursos económicos, bienes de una persona, como método para ejercer control y como forma de castigo. Incluye la privación intencionada, y no justificada legalmente, de recursos para el bienestar físico o psicológico de la mujer y de sus hijas e hijos o la discriminación en la disposición de los recursos compartidos en el ámbito de la pareja (Yirda, 2020). La pareja no deja que controle los recursos de la economía familiar, limita el dinero, entrega cantidades insuficientes para el mantenimiento de la familia, la culpa de no saber administrar bien el dinero, impide que trabaje para que no tenga independencia económica. De acuerdo con Corsi (1998), se define la violencia económica como: aquellas modalidades que intentan excluir a la mujer de la toma de decisiones financieras, controlar sus gastos, no darle suficiente dinero, ocultarle información acerca de sus ingresos. Incluso el controlar el lugar donde ella quiera trabajar.

2.2.2.6Violencia Patrimonial. Se relaciona con cualquier acto u omisión que afecte la supervivencia de la víctima en cuanto a la transformación, sustracción, destrucción, retención de bienes, objetos, documentos, valores, recursos económicos, derechos patrimoniales entre otros. De acuerdo con la Ley general de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia. De acuerdo con Núñez (2009), se define violencia económica como: “todo acto de fuerza o de poder ejercido contra las mujeres y que vulneran sus derechos económicos”. Así como lo refiere Medina (2013), es: “una serie de mecanismos de control y vigilancia sobre el comportamiento de las mujeres en relación al uso y distribución del dinero, junto con la amenaza constante de no proveer recursos económicos”. La violencia patrimonial puede ir de la mano con la violencia psicológica, al ser considerada una categoría, especialmente porque genera los mismos perjuicios de la víctima; la diferencia está en que se crea una dependencia en cuanto a bienes del agresor. Generando el conocido ciclo de la violencia (Trufello, 2017).

2.2.3 Otras formas de Violencia contra las mujeres

2.2.3.1 Infanticidio femenino. Se refiere a la muerte de una niña, ya sea recién nacida o en el transcurso de su desarrollo, muy común que esta niña debido a diversos factores no pueda alcanzar a cumplir los cinco años de edad. Se conocen dos tipos, infanticidio activo, que implica la muerte de las niñas mediante prácticas que le provoquen esta situación como: ahogamiento, asfixia, violación, ingesta de sustancias, golpes, la sustracción de órganos etc.; el infanticidio pasivo, mediante prácticas de omisión de responsabilidades, se violan derechos de salud y alimentación, dejando a la niña en un proceso de vulnerabilidad, que provoca su muerte (Campos, 2016).

La razón económica es la principal causa de estas prácticas, pues la mayoría de los infanticidios ocurre en condiciones precarias y donde emergen creencias respecto a la crianza y el desarrollo de una mujer, lleno de desigualdades dentro de sociedades patriarcales, por ello, la representación de la niña como una carga; también, el control de población ya que, en muchas culturas, el infanticidio representa una regulación de la población. Los embarazos no deseados, ya sea porque no son “legítimos” de una relación de pareja, o porque quieren un sexo en específico, también forman parte de las razones del infanticidio; todo ello hace que los padres tomen la decisión de matar a la niña antes de nacer o en sus primeros años (HUMANIUM, 2019).

2.2.3.2 Ablación de clítoris. La ablación o mutilación genital femenina (MGF), es una práctica que consiste en la alteración, lesión o extirpación total o parcial de los genitales externos femeninos (UNICEF, 2016). Se lleva a cabo con el fin de eliminar el placer sexual de las mujeres y según algunas creencias, garantizar la fidelidad; para esta práctica se consideran razones culturales, religiosas sin ninguna razón médica. Se practica en niñas pequeñas hasta los 15 años y rara vez en edad adulta; la práctica es llevada a cabo por “circuncisores” con la ayuda de una navaja, un cuchillo o hasta un cristal, generalmente sin ninguna esterilización de la zona ni de los instrumentos; según la (OMS, 2018) al 25% de estas niñas no se les administra ningún tipo de anestesia, y se emplea el uso de agua fría para entumecer la zona.

Según los tipos de mutilación:

- A. Clitoridectomía: consiste en la escisión del clítoris parcial o totalmente.

- B. Escisión: resección de parte o totalidad del clítoris y la amputación de los labios menores con o sin escisión de labios mayores.
- C. Infibulación: consiste en el sellado de labios mayores dejando un pequeño orificio para la menstruación y la orina.
- D. Otro: perforación, raspado o cauterización de genitales femeninos.

La MGF, es una violación de los derechos humanos, los de la salud, de seguridad y la integridad física de mujeres y niñas en todo el mundo. Esta práctica se manifiesta entre la desigualdad de los sexos, ellas no tienen el derecho de ejercer control sobre su sexualidad (Haworth, 2012), además de ser una forma de discriminación de la mujer y que en algunos casos produce la muerte debido a los rudimentarios procedimientos.

2.2.3.3 Trata de personas y comercio sexual. La trata es una forma de esclavitud de este siglo, se define a la trata de personas como: “La extracción, el reclutamiento, transporte, traslado, acogida o recepción de personas, bajo amenaza o por el uso de la fuerza u otra forma de coerción, recibiendo un pago o beneficio para conseguir que una persona tenga bajo su control a otra persona para el propósito de explotación”. (Artículo 3, Protocolo Palermo, 2003) (Palermo, 2003).

Aquellos que obligan a las mujeres a realizar este trabajo comercial, suponen un beneficio económico de una visión clasista; bajo esa premisa, la mayoría de mujeres que son desaparecidas, y obligadas a prostituirse pertenecen a una clase media o baja, por lo que este fenómeno pasa desapercibido, pues ellas representan una minoría por la cual la sociedad no está dispuesta a generar movimientos sociales ni una colectividad que pretenda en algún momento exigir sus derechos (OPS & OMS, 2013). Es complicado obtener datos reales sobre la trata de personas debido a su naturaleza ilegal y en muchas ocasiones invisible, pero también a la falta de claridad en cuanto a la distinción entre personas víctimas de trata, migrantes que son vulnerados y trabajadores que “aceptan” la actividad pero que cumplen con condiciones precarias y que de acuerdo a la gravedad de la actividad son explotados.

Cualquier persona puede ser una víctima, pero en este caso de trata, influye el género y, los niños y mujeres son más relacionadas a este fenómeno social, mientras que los hombres pueden ser captados para otros tipos de trabajo. La misoginia, el sexismo y el interés económico que representan son condiciones por lo cual aún en nuestro país cada día desaparecen niñas y

mujeres para ser sometidas a hacer algo que en otras condiciones no harían, formar parte del comercio sexual.

2.2.3.4 Violencia obstétrica. De acuerdo a la LGAVLV (2018), este tipo de violencia se define como:

“... toda conducta, acción u omisión que ejerza el personal de salud, de manera directa o indirecta, y que afecte a las mujeres durante los procesos de embarazo, parto puerperio, expresados en trato deshumanizado; prácticas que no cuenten con el consentimiento informado de la mujer, como la esterilización forzada; omisión de una atención oportuna y eficaz en urgencias obstétricas; y no propiciar el apego precoz del niño con la madre, sin causa medica justificada.”

Según datos de ENDIREH (2016), una de cada tres mujeres que tuvo un parto en México, recibió algún tipo de maltrato por algún trabajador del sector salud que la atendió. Se considera como un trato deshumanizado y es ilegal en cuanto a que se violan los derechos reproductivos de las mujeres. Por ejemplo, aun cuando existen las condiciones necesarias para realizar un parto natural, éste se realiza por cesárea, sin consentimiento de la mujer. Obligar a parir en condiciones poco éticas por ejemplo inmovilizadas, ser rasuradas en su totalidad de pubis; privación de alimentos; negar compañía y la posibilidad de ver, cargar y amamantar al o la bebé al nacer sin que exista algún motivo médico para atender oportunamente las emergencias obstétricas.

2.2.3.5 Violencia Homolesbofóbica. La discriminación contra gays, lesbianas y bisexuales es una práctica que a lo largo de la historia ha sido legitimada por discursos que establecen la heterosexualidad como la única expresión natural de la sexualidad humana. Estos son discursos que provienen de diferentes campos, como el religioso, que todavía condena la homosexualidad al pecado, y el científico. Este tipo de violencia contra las mujeres se manifiesta a través de la omisión, la burla, el desprecio o la exclusión de las mujeres que tienen esta preferencia sexual (Moral De la Rubia & Valle, 2011a, 2011b, 2012; Herek, 2007).

De acuerdo con Herek (2004) y Barrientos y Cárdenas (2013), ya no se le adjudica el término de fobia al indicar ansiedad o miedo, y la homofobia implica hostilidad dirigida hacia las personas que no son heterosexuales. Por ello se sugiere el uso del término de prejuicio sexual. Para enfatizar en componentes como la ira y el enojo que enmascaran esta condición. Lejos de limitarse a las relaciones individuales, la violencia homolesbofóbica también está presente en las

instituciones más diversas de la sociedad, como la iglesia, la familia y el sistema educativo en sí, ya que están organizados para excluirlos. Todos los que no se ajustan a las normas de heterosexualidad.

2.2.4 Tipos de Violencia contra las mujeres en el lugar donde se manifiesta

2.2.4.1 Violencia política. A pesar de que la Constitución Mexicana de 1917 es un documento adelantado a su época, favoreció en muchos aspectos a los hombres, dejando a un lado a la mujer para sólo dedicarse a labores domésticas; a lo largo de este tiempo se ha venido reformando de acuerdo a las exigencias y requerimientos de la vida social en México, se ha incorporado la perspectiva de género para poder legislar, por ello en los artículos 2, 4, 35, 41, 52, 53, 56, 94 y 115, se ve reflejada la paridad de género.

De acuerdo al artículo 19 de la Ley General a una Vida Libre de Violencia (2018), se define a esta violencia como:

“Cualquier acción, conducta u omisión, que basada en elementos de género, tenga por objeto o resultado menoscabar, anular, obstaculizar o restringir el reconocimiento o ejercicio de los derechos políticos de las mujeres, su participación en asuntos públicos, o de las prerrogativas inherentes a un cargo público”.

La paridad de género es un principio que se utiliza desde la Constitución Mexicana para que exista una igualdad de acceso a puestos de representación política tanto para hombres como para mujeres. De acuerdo con esto, México avanzaría a una pluralidad donde la democracia y el acceso a la participación ciudadana sean factibles para el ejercicio de las mujeres en la vida política (Cerva-Cerna, 2004). Se utiliza para evitar desigualdades y para favorecer las buenas prácticas políticas que se pueden ver en las elecciones; también para garantizar que las autoridades puedan velar porque las mujeres puedan ser representantes desde la administración, estén en los procedimientos y ejerzan un cargo público en los máximos órganos jurisdiccionales (Molina, 2014).

2.2.4.2 Violencia escolar. Al igual que la violencia en general la que se da en el ámbito escolar tiene una dificultad respecto a la conceptualización, debido a los diferentes tipos de manifestaciones que existen y desde el abordaje de la misma; la hay desde los propios problemas de interacción entre iguales, desde las dificultades en la dinámica de la institución, desde los efectos sobre las personas (agresor-víctima), sin embargo comparten que llevan consigo una intención de dañar a algún integrante de la comunidad educativa. De acuerdo al artículo 11 de la Ley General a una Vida Libre de Violencia (2018), la violencia escolar se define como: “aquellas conductas que dañen la autoestima de los alumnos con actos de discriminación por su sexo, edad, condición social, académica, limitaciones y/o características físicas, que les infligen maestras o maestros”.

Algunas manifestaciones de violencia escolar que hoy día han tomado mayor auge respecto a la prevalencia en nuestra sociedad son: mobbing, violencia de género en ámbito escolar, acoso sexual y psicológico escolar, bullying, (Olweus & Inger, 1998). De acuerdo con la SEP (2009), se considera algunos factores que favorecen la aparición o permanencia de la violencia de derivan de límites, y de las relaciones poco afectivas entre compañeros (as), docentes y directivos (as).

2.2.4.3 Violencia laboral. Se define a la violencia laboral de acuerdo al artículo 10 de la LGAVLV (2018) como:

“ Toda acción u omisión realizada por el patrón o en su defecto por quien ejerza facultades de mando en dicho ámbito, encaminada a limitar, desacreditar, descalificar o nulificar el trabajo realizado por las mujeres, mediante la discriminación por su género, las amenazas, la intimidación, el impedimento de llevar a cabo el periodo de lactancia previsto en la legislación de la materia, y la explotación laboral, que afecte la permanencia, reconocimiento, salario y prestaciones de las mujeres en los espacios productivos”.

Una mujer que es víctima de violencia por parte de su pareja, tiene mayor probabilidad de sufrir de violencia por parte de su jefe o compañero de trabajo (Rico, 1996). Estas manifestaciones son desde menospreciar el trabajo de la mujer, limitarla para subir de puesto, darle mayor carga de trabajo, frenarla, destruir documentos o equipo, acosarla o violarla entre otras. Todo esto causa que ella puede ausentarse de su trabajo, o bien si sigue yendo que su trabajo se vea comprometido. La violencia puede incluso ocurrir en el trayecto de las mujeres

hacia su lugar de trabajo; es común que en la calle o en el transporte público las mujeres puedan sufrir algún tipo de violencia, acoso o incluso hasta una violación (Marqués, 2016).

2.2.4.4 Violencia Doméstica/Familiar/ Hogar. Aquella ejercida contra las mujeres por un integrante del grupo familiar, independientemente del espacio físico donde ésta ocurra, que dañe la dignidad, el bienestar, la integridad física, psicológica, sexual, económica o patrimonial, la libertad, comprendiendo la libertad reproductiva y el derecho al pleno desarrollo de las mujeres. Este tipo de violencia incluye las relaciones vigentes o finalizadas, no siendo requisito la convivencia.

De acuerdo a la LGAVLV (2018), la violencia en el ámbito familiar se define como:

“Todo acto de poder u omisión, intencional dirigido a dominar, someter, controlar o agredir de manera física, verbal, psicológica, emocional, sexual, patrimonial o económica a las mujeres, dentro o fuera del domicilio familiar, con quien tengan o hayan tenido, parentesco consanguíneo, por afinidad o civil, por vínculo de matrimonio, concubinato o mantengan una relación de hecho y que tiene por efecto causar daño o sufrimiento físico.”

2.2.4.5 Violencia de pareja. La identificación de la violencia en parejas como problema de salud pública ha representado un avance social, político e ideológico. Para los estudios feministas o basados en “Teoría de Género”, no hay muchas dudas, contemplándose la violencia contra la mujer como el resultado de una sociedad patriarcal en donde el varón ha tenido el papel predominante y ha ejercido el poder (Reed, Raj, Miller y Silverman, 2010). Propone, en consecuencia, un modelo unidireccional de medición de la violencia en la pareja, el cual consiste en estudiar únicamente la violencia que ejercen los hombres contra las mujeres. Es en ese contexto es donde puede entenderse mejor que “la violencia hacia la mujer en la pareja es uno de los subtipos de violencia de género” (Alonso & Castellano, 2006, p. 259)

Aclarando que a pesar de que en algunas situaciones estadísticamente la violencia contra los hombres sea mayor en comparación con la de las mujeres, las condiciones en cual éstas se manifiestan, tiene diferencias considerables al ser la violencia contra las mujeres de mayor severidad y de forma consecutiva (Jhonson, 2008). Dentro del concepto de una pareja, también está la violencia contra los hombres (Lewis & Sarantakos, 2001; Trujano, Martínez & Camacho,

2010); contra las parejas que son del mismo sexo homosexuales/lesbianas, (Cáceres, 2009), así como la violencia contra transgéneros, y transexuales (Ortiz & Granados, 2003).

Es indispensable el poder conceptualizar desde una perspectiva teórica/ideológica y metodológica la violencia que se manifiesta en las parejas, sin embargo las características propias de la violencia en sí, aunado a las variables de género o sexismo representan un reto que implica una revisión teórica, para poderla definir y explicarla; en ella convergen no solamente factores individuales, sino también estructurales y socioculturales, es por ello su amplitud en la forma de manifestarse y por ende la complejidad de su estudio. Pese a que la investigación sobre violencia de género ha venido en aumento en los últimos años y muchas investigaciones se han volcado a trabajar con el fenómeno que representa, todavía es complejo entender la terminología y el poder adoptar teorías científicas al respecto para su estudio.

Respecto a la Teoría de Género, la violencia en contra de las mujeres es la máxima representación de agresión que se manifiesta en parejas y que, a lo largo de la historia ha representado el papel de la mujer como una persona sumisa dominada y poco voluntariosa en un ejercicio de poder por los hombres (Reed, Raj, Miller & Silverman, 2010). De acuerdo con Kelly y Johnson (2008), existen cuatro tipos de violencia que se pueden llegar a presentar en las relaciones de pareja: resistencia violenta, la situacional o circunstancial, control coercitivo o terrorismo íntimo, y el control mutuo, además de un momento importante que es la violencia que se relaciona con la ruptura de pareja. A continuación, se describe cada una de ellos.

2.2.4.5.1 Violencia mutua. Sucede cuando ambas personas de la pareja son violentas y controladoras como lo manifiesta Johnson (2008). Sin embargo, hay diferencias en cómo se manifiestan estas agresiones, en un estudio de parejas heterosexuales de Archer y Lloyd (2002), las mujeres son más propensas a ejercer la violencia en contra de los hombres con manifestaciones agresivas como abofetear, patear, morder o aventar objetos; mientras que los hombres tienden a dar golpes y asfixiar.

2.2.4.5.2 Resistencia Violenta. Se manifiesta de mujeres a hombres y puede ocurrir por dos razones; la primera sucede por instinto, donde previamente existió una agresión, que generó impotencia y ellas la utilizan para defenderse, no hay necesidad de control del otro, y donde debe de existir un mayor (en cuanto a peligrosidad) tipo de violencia que el perpetuado por los hombres. La segunda manifestación es la que sucede cuando la mujer que está viviendo en una situación de violencia extrema, ve limitada sus posibilidades de salida, incluso han llegado a pensar en el suicidio antes de decidir matar a sus parejas, esto como única opción de “solución” y poder terminar así, esa etapa tan dolorosa de su vida. Normalmente esta agresión ocurre mientras se efectúa una agresión de su pareja y en pocas ocasiones es planeado.

2.2.4.5.3 Violencia relacionada a las rupturas de pareja. Aunque se haya vivido una relación muy tranquila y sin ninguna manifestación de violencia, el momento de la ruptura supone para algunas personas, un episodio traumático y de abandono por parte de la pareja. Se manifiesta cuando se efectúa con algunos chantajes como método, donde ocupan a los hijos, las mascotas, el patrimonio entre otros para poder regresar con la otra persona, a esto se le conoce como violencia vicaria (Vaccaro, 2016), donde se quiere dañar a un tercero como castigo a la mujer. Algunas humillaciones o manifestaciones de violencia se llevan de manera pública, exponiéndose en zonas laborales, escolares, familiares y hoy día en redes sociales, para tratar como primer momento hacer que se pueda retomar la relación de pareja y/o como una forma de venganza.

2.2.4.5.4 Violencia Situacional. Se trata de la violencia que sucede en la relación de pareja es la de mayor frecuencia estadísticamente según los estudios de Straus y Gelles (1990); se caracteriza por ser simétrica, ejercida tanto por hombres y mujeres en misma igualdad de oportunidades; aunque no hay una intención de intimidar, acosar, ni un patrón de control, si existe una intención de causarle daño a la otra persona. Existe en la misma proporción la posibilidad de anteponer valores individuales por encima de los de la pareja, todo esto repercute en la posibilidad de que el <<otro>> no se dé cuenta del sufrimiento que está teniendo su pareja y qué esta situación pueda perdurar, sin llegar a una resolución del conflicto o convertirse en algo más grave (Gottmany & Levenson 1999).

Se distingue por dos trayectorias de la agresión. En la primera, el conflicto termina en agresiones físicas, pudiendo ser que para resolver este tipo de situaciones en futuras manifestaciones se vuelva habitual este tipo de conductas (Kelly & Johnson, 2008). En la segunda etapa, la violencia tiende a desaparecer, quizás por evadir el tema o porque tienen un fuerte sistemas de creencias en donde le dan un mayor peso al bienestar de la pareja y existe una mayor tolerancia ante este tipo de discusiones. Aunque se debe de poner énfasis en todas las manifestaciones de violencia que existen, la situacional es la de menor peligrosidad, debido a su infrecuencia de manifestarse en una pareja y porque tiene mayor probabilidad de desaparecer; en cuanto a los miembros, ninguno tiene miedo del otro hasta que los episodios se vuelven frecuentes, quizás puede ser el principio de una violencia coercitiva.

2.2.4.5.5 Violencia Coercitiva o Terrorismo Íntimo. Es un intento violento de una persona por ejercer control por medio de una serie de tácticas de abuso emocional, físico, sexual para establecer y mantener un dominio sobre los comportamientos, pensamientos y sentimientos de la pareja (Johnson, 1995), pero sobre todo por la posibilidad intencional de generar daño en el otro. Se manifiesta en un 87 y 97 % en mujeres y un 3 y 13% en hombres, por lo tanto, es mayor la cantidad de hombres que ejercen violencia contra las mujeres, sin embargo, cuando los que se encuentran en situación de violencia son los hombres, éstos lo ocultan debido al rechazo social que puede existir.

El hombre asume que tiene derecho de ejercer un control de su pareja y que ese derecho no puede ni siquiera ser cuestionado. En esta violencia se pueden mostrar cualquiera de los tipos de manifestaciones según la rueda de “dominio y control”, Pence y Paymar (1993) (*véase figura 1*). Pueden aparecer de forma aislada o de forma combinada; por ejemplo, es común manifestarse

una violencia psicológica sin la necesidad de que exista una violencia física, debido a que los hombres utilizan lo que funciona, facilite el control y ejerza un mayor daño.

Aparece por cualquier causa o razón, hay mucho miedo en la mujer, incluso con “una mirada de desprecio”, puede ser que en la mujer se produzca miedo de su agresor o incluso evoque a los anteriores casos de violencia; con este tipo de acciones el hombre genera simbólicamente todas las señales de control. Se considera el tipo de violencia de mayor severidad y peligrosidad, ya que, puede existir presencia de heridas o daños físicos serios hasta causar la muerte, pero también lo es por el daño psicológico desde manifestaciones patológicas graves depresión, ansiedad y estrés postraumático, pero de la misma forma, baja autoestima, sentimientos de infelicidad etc. Este tipo de violencia tiene un promedio de vida de 6 años, y que, en el último tercio de estas manifestaciones, sólo una de cada diez mujeres puede pedir ayuda a las autoridades. En donde se pueden describir mejor este proceso de terrorismo íntimo es en el “ciclo de violencia” que describe Leonor Walker (2009).

Figura 1 Rueda de Poder y Control

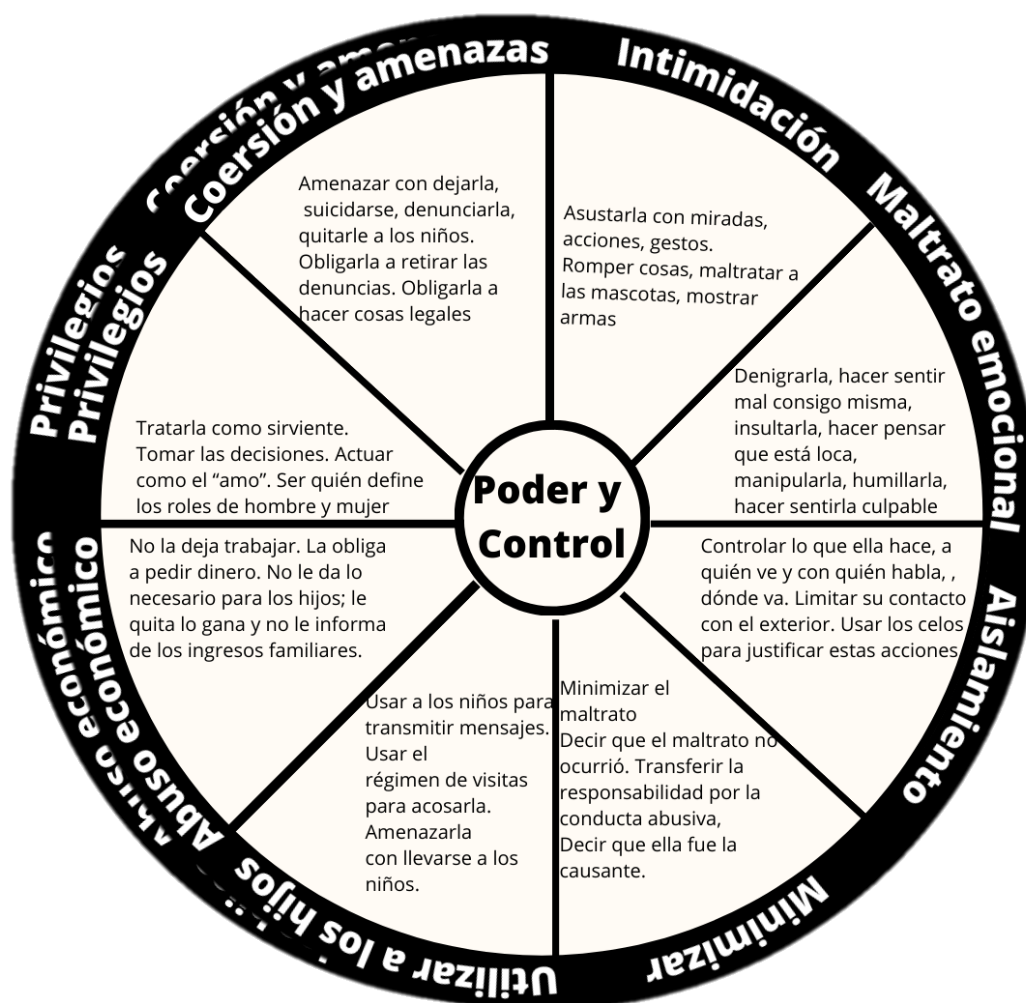


Figura 1 Rueda de Poder y Control de Pence y Paymar (1993)

2.2.4.6 Ciclo de la Violencia. Para entender la dinámica de la violencia dentro de las relaciones de pareja es necesario considerar los factores que influyen dentro de la misma. De acuerdo con los estudios de Leonor Walker (1979) en *The Battered Woman*, observó que las víctimas no son agredidas de la misma manera (azar o constante), y que las agresiones tienen distintas formas de manifestarse (ciclos repetitivos), esto lo describe como el "Cycle of abuse" (ciclo del maltrato, CM), cuya permanencia en cada ciclo se define por su intensidad compuesto por tres fases: fase de calma o acumulación de la tensión, episodio agudo o agresión, luna de miel.

En la primera fase denominada de calma o acumulación de la tensión, hay una secuencia de episodios que aumenta la tensión y que producen pensamientos de celos o dudas acerca de

que su pareja los abandone por parte de la persona que ejerce la presión, mientras que, en la víctima se crean conductas en las cuales ella cree que pueden ayudar a modificar la agresión que sufre. Andrés Turinetti y Pablo Vicente (2008), señalan que la segunda fase está cargada de pensamientos irracionales, y la persona agresora descarga la tensión en un momento y lugar determinado y no como un impulso. En este momento, muchas mujeres intentan responder a la agresión, reconociendo que no tienen el control de su pareja, de ahí que uno de los principales mensajes que se dan después de una agresión es que los hombres ejercen el control de sus parejas y solo ellos deciden hasta donde detenerse (Walker, 2000) (Jacobson & Gottman, 2001).

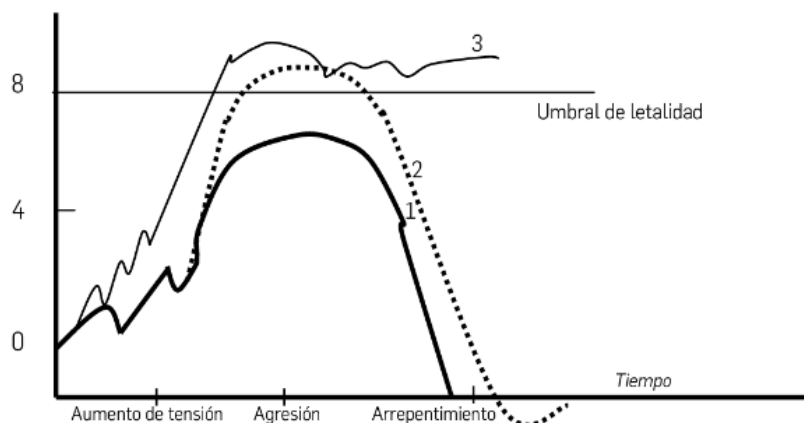
La última fase trae consigo una confusión para la mujer ya que, el agresor se sabe que ha pasado los límites de la agresión, por lo tanto, se excusa, promete que todo cambiará y volverá el periodo inicial donde no había violencia (Walker, 2000). En este periodo la mujer puede experimentar síntomas de evitación (minimización, represión y negación); síntomas psicofisiológicos (palpitación cardíaca, ataques de pánico, dolores de estómago, dificultad para poder respirar) relacionados con el aumento de estrés y ansiedad según Walker (2000).

Para Cantera (2007), se puede explicar el CM como un proceso de sumisión- dominación, en el cual queda expuesto en muchas ocasiones el papel de la mujer como indefensa, favoreciendo una inconformidad y naturalidad de la situación de maltrato; es importante brindarle el reconocimiento a la persona como activa y ayudarla a reforzar sus creencias y pensamientos dándole la oportunidad de un cambio, para dejar atrás el papel de víctima. Al mismo tiempo del CM, se describe una condición de “impotencia aprendida” (IA), donde la mujer que recibe violencia queda incapacitada para controlar su voluntad, es decir, esta condición impide que una mujer pueda percibir o actuar cuando se presenta una oportunidad de salir de la violencia o de ya no regresar a ella. Walker dice que la IA es la responsable de la deficiencia cognoscitiva, emocional y conductual, reteniéndola en una relación destructiva.

Algunas características que se manifiestan en esta condición son: la disminución de la capacidad para responder, sumisión y la personalidad pasiva de la mujer; difícilmente se percibir el éxito; ella no cree que su respuesta le traerá resultados favorables; la mujer maltratada creerá que no importando lo que haga, su destino no se alterará; es más propensa a la depresión y a la ansiedad, debido a un bienestar emocional precario. La figura 2 representa de forma gráfica el ciclo de violencia descrito por Walker en donde se observa que la curva 1 y 2 se representa a un

agresor celoso, dónde la mayoría de manifestaciones de agresiones ocurren en casa, o lugares donde la pareja esté a solas, aquí se puede manifestar una violencia emocional, donde es poco frecuente que se utilicen otro tipo de violencias, debido a que la violencia emocional es “suficiente”, para ejercer control.

Figura 2 Ciclo de Violencia



1. Ciclo de violencia típico
2. Ciclo de Violencia letal
3. Ciclo de violencia letal de mujeres que pueden ser asesinadas en cualquier momento

Figura 2 Ciclo de Violencia Walker (2009).

La curva 3 representa una agresión aleatoria en donde quizás, el hombre este alcoholizado al llegar a casa y levanta a su mujer con agresiones físicas, pero en otra ocasión llega alcoholizado y hay manifestaciones verbales de agresión, lo que nos lleva a pensar que en esta curva no siempre se manifiesta de la misma manera la violencia. También aquí por parte de la mujer existen algunas conductas que trata de realizar para poder calmar a su pareja, el costo psicológico y físico son muy altos, todo depende de lo que la mujer puede soportar. Se manifiesta una cuarta curva donde hay un sometimiento tan grande por parte del agresor, donde todos los pensamientos, emociones, conductas y el propio criterio de la realidad quedan a expensas del criterio de su pareja, quedan despersonalizadas, sin autoestima y con un débil autoconcepto.

2.3 Parte Jurídica

El reconocimiento de que el fenómeno de la violencia contra las mujeres atenta contra sus derechos humanos, y el reconocimiento de que toda persona tiene derecho a vivir una vida libre de violencia, ha quedado plasmado en normas internacionales que establecen la obligación para los Estados que forman parte de implementar los mecanismos de protección para las personas, respecto de prácticas violatorias de sus derechos humanos, que se dan no solo en el ámbito público, sino también y particularmente en la familia, que es donde se ejerce mayor violencia en contra de mujeres.

Por lo que, tanto en la escala jurídica internacional como en el marco normativo nacional se han elaborado ordenamientos jurídicos que tienen como principal objetivo el sancionar, evitar y erradicar los diversos tipos de violencia contra las mujeres, que han quedado plasmados en distintas disposiciones legales entre las que destacan las recomendaciones de la Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW); Recomendación 19: Violencia contra la Mujer, y en la Convención Interamericana para Prevenir Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, Convención “Belém do Pará”.

En el año de 1979 la Asamblea General de las Naciones Unidas (ONU) acogió la Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW), como el principal instrumento internacional legal de derechos humanos para la promoción, difusión y defensa de los derechos humanos de las mujeres. Este instrumento legal se establece para los Estados miembros el compromiso de modificar aquellas leyes que constituyan discriminación contra las mujeres, así como crear otras que contribuyan a su erradicación y la implementación de políticas públicas que coadyuven a estos objetivos.

Posteriormente, el Comité de la Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (COCEDAW) ha emitido varias recomendaciones, tanto generales como específicas, a los Estados Parte de la Convención, a fin de erradicar la violencia contra las mujeres y garantizarles una vida libre de violencia. En 1993, la Asamblea General de la

Organización de las Naciones Unidas (ONU) aprobó la Declaración sobre la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer. La Declaración señala que por “violencia contra la mujer” se entiende todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a 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.

En 1993, la Conferencia Mundial de Derechos Humanos adoptó la Declaración de Viena y el Programa de Acción, declarando que la violencia por razón de sexo y todas las formas de acoso y explotación sexual son incompatibles con la dignidad y el valor de las personas y deben ser eliminadas. El Centro de Estudios para el Adelanto de las Mujeres y la Equidad de Género 18 esta declaración se reconoció el derecho de las mujeres a una vida libre de violencia. En 1994, los países del continente americano suscribieron el que hasta la fecha es el único instrumento jurídico específico para combatir la violencia contra las mujeres: la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, comúnmente conocida como “Convención de Belém do Pará”.

También en 1994, la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo, celebrada en El Cairo, Egipto, recalcó en su Programa de Acción que la eliminación de todas las formas de violencia contra la mujer deben ser piedras angulares de los programas relacionados con la población y el desarrollo. En 1995, la Plataforma de Acción de Beijing instó a los gobiernos a “condenar la violencia contra la mujer y abstenerse de invocar alguna costumbre, tradición o consideración de carácter religioso para eludir las obligaciones con respecto a su eliminación que figuran en la Declaración sobre la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer”.

Por cuanto, al marco normativo por parte del Estado Mexicano, las disposiciones locales tienen por objetivo establecer la coordinación entre la Federación, las entidades federativas, la Ciudad de México y los municipios para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres, así como los principios y modalidades para garantizar su Acceso a una Vida Libre de Violencia (2014) que favorezca su desarrollo y bienestar conforme a los principios de igualdad y de no discriminación, así como para garantizar la democracia, el desarrollo integral y sustentable que fortalezca la soberanía y el régimen democrático establecidos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

- a) La Ley General en materia de Desaparición Forzada de Personas, Desaparición Cometida por Particulares y del Sistema Nacional de Búsqueda de Personas, en 2017;
- b) La Ley de Planeación, reformada en 2018, que promueve la igualdad de género y prohíbe la discriminación por motivos de sexo.
- c) La Ley General para Prevenir, Investigar y Sancionar la Tortura y otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes, en 2017;
- d) Las reformas de la Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación, que introdujeron disposiciones para prohibir la misoginia, la homofobia y la discriminación racial (en 2014) y los discursos de odio, incluidas las expresiones sexistas (en 2018);
- e) Las reformas de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, en particular una disposición en la que se tipifica como delito el feminicidio, en 2016;
- f) La reforma de la Constitución (artículo 41) para instaurar la paridad en las elecciones legislativas en los planos federal y local, en 2014;
- g) La Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, que contiene disposiciones sobre la igualdad de derechos a la educación, la salud y la participación de las niñas y los niños, en 2014;
- h) La Ley Federal de Telecomunicaciones y Radiodifusión, nueve de cuyos artículos promueven la igualdad de género en distintos ámbitos, en 2014.

Así como las iniciativas del Estado Mexicano para mejorar su marco institucional y normativo a fin de acelerar la erradicación de la discriminación contra la mujer y promover la igualdad de género, en particular mediante la aprobación o el establecimiento de los siguientes instrumentos:

- a) El Programa Nacional para la Igualdad de Oportunidades y no Discriminación contra las Mujeres 2013-2018;

- b) El Programa Nacional para la Igualdad y No Discriminación 2014-2018;
- c) El Programa Nacional de Derechos Humanos para el período 2014-2018;
- d) El Programa Integral para Prevenir, Atender, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres 2014-2018;
- e) El Programa Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad 2014-2018;
- f) El Convenio por la Igualdad de Género y el Combate a la Violencia contra las Mujeres en los Medios de Comunicación, suscrito en 2016.

Es necesario retomar el marco legal acerca de la violencia de género, porque en él se manifiestan todos los derechos humanos y las garantías consagradas en Tratados y Convenciones Internacionales, la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, Leyes Generales, Leyes Estatales y Municipales para implementar políticas públicas que ayuden a la erradicación de la violencia de género. El concepto de VG, en algunas legislaciones, se reduce a la violencia ejercida hacia las mujeres, pero es más complejo que eso, se entiende que hace referencia al sexo femenino pues en su mayoría son las mujeres las que presentan mayor prevalencia de sufrir agresiones por parte de un hombre.

Este tipo de violencia incluye dinámicas de dominación, amenazas y la privación arbitraria de las libertades políticas y civiles, independientemente del ámbito en el que sucedan; ésta es una forma de discriminación de origen en las relaciones de poder, y de desigualdades entre mujeres y hombres. A continuación, se enlistan algunos derechos vulnerados en una situación de violencia contra las mujeres. Algunos artículos según la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos que hablan sobre derechos humanos e igualdad:

Artículo 1. En los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en esta Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado Mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección, cuyo ejercicio no podrá restringirse ni suspenderse, salvo en los casos y bajo las condiciones que esta Constitución establece. [...] Queda prohibida toda discriminación motivada por origen

étnico o nacional, el género, la edad, las discapacidades, la condición social, las condiciones de salud, la religión, las opiniones, las preferencias sexuales, el estado civil o cualquier otra que atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular o menoscabar los derechos y libertades de las personas.

Artículo 3º “... la educación que imparta el estado tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano...”. En cualquier edad, tenemos derecho a recibir educación que no sea discriminatoria, basada en los valores de la solidaridad, la equidad, el respeto.

Artículo 4º “El varón y la mujer son iguales ante la ley”. Tenemos derecho a gozar y ejercer de nuestros derechos y tener acceso en condiciones de igualdad entre hombres y mujeres.

Artículo 5.- Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

Artículos de la Declaración Universal de los derechos humanos

Artículo 1. Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

Artículo 7. Todos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley

Observación General 16 del Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de las Naciones Unidas. párr. 5.

“[...] Las mujeres se ven con frecuencia privadas del disfrute de sus derechos humanos en pie de igualdad, en especial debido a la condición inferior que las asignan la tradición y las costumbres o como consecuencia de discriminación abierta o encubierta. Muchas mujeres sufren diversas formas de discriminación al combinarse los motivos de sexo con factores como la raza, el color, el idioma, la religión, las opiniones políticas u otras, el origen nacional o social, el nivel económico, el nacimiento u otros factores como la edad, la pertenencia étnica, la

presencia de discapacidad, el estado civil, la condición de refugiado o migrante, que agravan la situación de desventaja [...]"

Convenciones y Pactos Internacionales:

Convención de Bélem Do:

Artículo 4. Toda mujer tiene derecho al reconocimiento, goce, ejercicio y protección de todos los derechos humanos y a las libertades consagradas por los instrumentos regionales e internacionales sobre derechos humanos [...]

Artículo 5. Toda mujer podrá ejercer libre y plenamente sus derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales y contará con la total protección de esos derechos consagrados en los instrumentos regionales e internacionales sobre derechos humanos [...]

Leyes Nacionales

Código Penal Federal artículo 325 tipificación de feminicidios:

- I. Que existan antecedentes de violencia del sujeto activo hacia la víctima.
- II. Que existan amenazas del sujeto activo en contra de la víctima.
- III. Que haya sido incomunicada previo a su muerte, cualquiera sea el tiempo.
- IV. Que el cuerpo haya sido expuesto en la vía pública.
- V. Que presente signos de violencia sexual.
- VI. Que tenga lesiones o mutilaciones degradantes.
- VII. Que haya existido entre la víctima y el sujeto una relación sentimental, afectiva o de confianza.

Derechos sexuales y reproductivos. - Derecho a decidir sobre el número de hijos, a recibir información y educación sexual y reproductiva. A ejercer la sexualidad de manera placentera y responsable.

Ley de prevención y Asistencia a la violencia familiar

Derecho a una vida sin violencia. - derecho a contar con servicios de ayuda adecuada y eficiente para evitar y combatir la violencia, dentro y fuera del hogar. A que no se aluda o aplique a ninguna costumbre, tradición o principio religioso como pretexto para justificar la violencia contra las mujeres.

El Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer considera que: buscar de donde es

“Un enfoque jurídico o programático puramente formal, no es suficiente para lograr la igualdad de facto con el hombre, que el Comité interpreta como igualdad sustantiva. Además, la Convención requiere que la mujer tenga las mismas oportunidades desde un primer momento y que disponga de un entorno que le permita conseguir la igualdad de resultados. No es suficiente garantizar a la mujer un trato idéntico al del hombre. También deben tenerse en cuenta las diferencias biológicas que hay entre la mujer y el hombre y las diferencias que la sociedad y la cultura han creado. En ciertas circunstancias será necesario que haya un trato no idéntico de mujeres y hombres para equilibrar esas diferencias. El logro del objetivo de la igualdad sustantiva también exige una estrategia eficaz encaminada a corregir la representación insuficiente de la mujer y una redistribución de los recursos y el poder entre el hombre y la mujer”.

De acuerdo con la Recomendación General 25 del Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer

“La situación de la mujer no mejorará mientras las causas subyacentes de la discriminación contra ella y de su desigualdad no se aborden de manera efectiva. La vida de la mujer y la vida del hombre deben enfocarse teniendo en cuenta su contexto y deben adoptarse medidas para transformar realmente las oportunidades, las instituciones y los sistemas de modo que dejen de basarse en pautas de vida y paradigmas de poder masculinos determinados históricamente.”

La perspectiva de género permite mirar la diversidad de cuerpos y de proyectos de vida, así como la necesidad de adecuación de las normas y del entorno en el que se desenvuelven las personas; permite detectar cuándo un trato diferenciado es ilegítimo y cuándo es necesario.

2.4 Fatalismo, Violencia contra las mujeres

Según Schopenhauer (1997) en Pérez-López (2011), al fatalismo se le debe de dar un tinte histórico para su entendimiento por ello recurrimos a la filosofía y mitología. La palabra fatalismo viene del latino *fatum* que quiere decir así lo dicho o lo escrito, lo previsto por una divinidad, puede describirse como: “lo que está escrito”. De *fatum* se describe el hado, comprendido como lo inevitable, lo necesario o lo fatídico. También se le da un tinte negativo de que es algo dolorosamente irremediable.

De acuerdo a la teoría de la predeterminación el ser humano es concebido como un juguete de Dios o de la naturaleza, incapaz de modificar los acontecimientos de su vida, ósea que el hombre no tiene un libre albedrío y se asume a la voluntad de Dios. Esta filosofía de fatalismo no concibe la casualidad y la libertad del hombre como instrumento y premisa del destino, la cual reconoce que el hombre no es el creador de su vida. El fatalismo ha desempeñado un plan de vida, que va desde la pasividad, la subordinación de las circunstancias. Asumirse a la voluntad suprema, obedecer la ley moral y merecer un castigo o recompensa, pero aun así el hombre debería mantener la ley de lo que el divino dice.

En la filosofía de Kant, el fatalismo se vincula con aquellos sistemas que impiden pensar la existencia de fines en la naturaleza. Bandura (1997) inicia su obra: “...el ser humano ha luchado siempre por controlar los eventos que afectan a su vida...creencias sobre las capacidades de que uno dispone para organizar y ejecutar las acciones requeridas para producir determinados resultados...”. Según Agoff y Mata, (2006) algunas mujeres experimentan un sentimiento de desaliento por el fracaso de sistemas de apoyo y protección a víctimas de violencia de género, combinado con la falta de empatía que presenta su entorno social, así como funcionarios de instituciones de salud y justicia, que no les evitan molestias, humillaciones y que, en ocasiones se relaciona con una disuasión. Estas representaciones combinadas con una frágil situación emocional contribuyen a la naturalización del problema, a no solicitar ayuda y posiblemente a su reproducción, en algunas situaciones dificultando la salida de la violencia o que puedan regresar (Miramontes, Mina & Mañas 2018).

Algunas mujeres que se encuentran en una relación donde hay violencia, ven los patrones de agresiones como una normalización de conductas sin ser conscientes de ello (Expósito, 2011). Algunas generaciones han recibido una educación en relación al tipo de violencia que predomina

en ese momento en un entorno político-social (Garzón, 2011), beneficiando los prejuicios que se evidencian por un tipo de control social y que, se refuerza con un rol tradicional de género. Estas conductas que se ven naturalizadas en un contexto hacen que las mujeres puedan justificar esta conducta, aceptando la violencia como forma de resolución de problema y que a su vez modifican el sistema de creencias de la víctima. (Agoff & Mata, 2006).

Existe una interiorización de dominación combinada con conformismo donde ambas partes, tanto los individuos que sufren la violencia y los que violentan son aparentemente funcionales, buscando conservar el “status quo” de cada sociedad, sin embargo esto sega la comprensión de progreso al atribuirlo a un <<destino escrito>> o un <<Así debe de ser>>(Barreiro & Zubieta, 2010). Esto se describe como el síndrome de fatalismo, en el intervienen un conjunto de variables, afectiva, ideacionales y comportamentales en relación con la personalidad y el contexto histórico en el cual se encuentre la persona, se define de acuerdo a Marín-Baró (1987) como:

...aquella comprensión de la existencia humana según la cual es destino de todos está ya predeterminado y todo hecho ocurre de modo ineludible. A los seres humanos no les queda más opción que acatar su destino, someterse a la suerte que les prescriba su hado [...] que se traducirá en comportamientos de conformismo y resignación ante cualquier circunstancia, incluso las más negativas. (Martín-Baró. 1987, p137).

Estas creencias se acompañan de un sentimiento de resignación y aceptación del sufrimiento; además de relacionarse con una tendencia de pasividad como una forma racional para adaptarse, llevando a un conformismo y sumisión. Fatalismo viene del latín *dellatínfat*, que significa “hado”, predicción, oráculo, destino inevitable. Los estudios de Martín-Baro han atribuido este síndrome como una característica de los pueblos latinoamericanos, es una especie de comprensión de la existencia humana y de todo lo que lo rodea, frente a una actitud de pesimismo del futuro, sumisión e impotencia (Fromm & Maccoby 1973) llevándolo a una resignación frente a lo inevitable (Lewis, Lewis & Rigdon, 1977; 1978).

Según Frankl el fatalismo, es una especie de conformismo presente tanto en colectividades como en individuos, donde se asume la vida desde un estado pasivo, limitando el uso de su libertad y la propia responsabilidad de existencia; además de representar un estado de

incertidumbre, inseguridad, resignación, apatía e indefensión frente a aquellos acontecimientos que causan amenazas, estrés, que son azarosos, incontrolables y que predispone a la persona para que se tenga que adecuar a aquellas circunstancias que estén presentando, todo ello según Bandura (1997), porque “el hombre siempre ha tratado de luchar contra aquellos eventos que afectan su vida”.

Es entonces que el síndrome es una manifestación de frustración existencial que impide a una persona responder de una forma “saludable” a las situaciones de la vida, lo ideal sería que la persona decidiera tomar la responsabilidad de su vida y al mismo tiempo le estaría brindando un sentido de su vida. Beck (1998), en la globalización del riesgo dice que nuestra sociedad ha generalizado aquellas manifestaciones de riesgo y que existe un control limitado de aquellas cosas que consideramos peligrosas. Por no tener habilidades sociales necesarias a aquello que cause incertidumbre, falta de confianza, inseguridad entre otras, la mayoría de las personas no saben qué hacer ante una situación traumática, y su única forma de confrontarla es mediante la pasividad, al no saber resolver problemas sencillos se manifiestan perturbaciones cognitivas, emocionales y conductuales (Seligman & Aguilar, 1981).

Martín- Baró bajo tres componentes explica las actitudes que surgen en el fatalismo como un esfuerzo que se tiene para manejar aquellos sentimientos de impotencia y desesperación, encaminados a la adaptación de las condiciones económicas, sociales y culturales (Fromm & Maccoby, 1973), desde la parte ideacional, afectiva y conductual (*véase tabla 12*).

Tabla 13

Elementos característicos del fatalismo latinoamericano

Ideas	Sentimientos	Comportamientos
La vida está predefinida	Resignación frente al propio destino	Conformismo y sumisión
La propia acción no puede cambiar ese destino fatal	No dejarse afectar ni emocionar por los sucesos de la vida	Tendencia a no hacer esfuerzos, a la pasividad
Un Dios lejano y todopoderoso decide el destino de cada persona	Aceptación del sufrimiento causado	Presentismo, sin memoria del pasado ni planificación del futuro

Nota:(Martín-Baro, 1989).

Existen dos tipos de fatalismos que denomina Durkheim, el primero donde se entiende que el sujeto está delimitado por su contexto social y la existencia de un esquema mental donde prevalece una actitud sumisa, resignada y acrítica, y que se manifiesta un Dios lejano,

todopoderoso pero que ejerce un orden social, denominado solidaridad mecánica. El segundo llamado solidaridad orgánica, donde existe una estrategia de adaptación debido a diversos riesgos, la incertidumbre, el miedo mismo y donde el individuo en muchas ocasiones se aísla de la comunidad como consecuencia. Es necesario hablar de religiosidad cuando se expone sobre el fatalismo (Lewis, 1961; Martín-Baró, 1972; Fromm & Maccoby, 1973; Alarcon 1988). Las personas buscan una explicación trascendental sobre los hechos de su existencia y lo que los rodea, para ello crean construcciones sobre sí mismos, que se ven apropiadas a través de creencias, pensamientos y actitudes (Martín-Baró, 1998).

De los modelos teóricos de tipo individual se proponen, alteraciones en la personalidad, disposición biológica, experiencias a temprana edad. De las teorías de dinámicas familiares, se asumen vivencias a temprana edad traumáticas, patrones desadaptativos de resoluciones de problemas de pareja o familiares. De las teorías socioculturales están, las que hablan de condiciones sociales violentas que influyen en agresiones en contra de las mujeres y que, justifican el control de hombres sobre mujeres.

En el sistema social patriarcal, se afirma que las personas con mayor poder jerárquico, económico, status social, encuentran en la violencia una herramienta que les ayuda a dominar a aquellos menos poderosos. Este ejercicio de poder tiene dos efectos, el principal el de opresión (uso de la violencia para un fin) y el de configuración de las relaciones como forma de redefinir. La sociedad misma se ha encargado de anteponer la creencia de que, las mujeres necesitan la aprobación de un hombre para sentirse bien consigo mismas, y esta creencia se ve reforzada a través de la socialización con “el papel designado de la vida para la que han sido educadas”. Se ha diseñado una socialización sutil procedente de la irregularidad de poder ejercida de un género sobre otro, donde los hombres ofrecen protección a cambio de obediencia y sometimiento. Estas formas encubiertas de sexismo indulgente, dificulta el rechazo por parte de la mujer que está en situación de violencia.

Según Bonino (1999) existe una serie de micromachismos que se han venido normalizando y que son “aceptados”. Hablamos de violencia estructural hacia las mujeres justamente porque todo el orden social está orientado para operar oprimiendo a las mujeres y reproduciendo regularmente esta opresión. El carácter estructural de esta violencia se asocia

estrechamente a su carácter sistémico: no sólo las condiciones materiales de vida resultan desventajosas para las mujeres.

Lo son también la ideología, las normas, las tradiciones, el lenguaje, la religión, la ciencia, la filosofía, el sentido común, el sentido del humor, el erotismo y todas las formas de pensamiento, conocimiento y expresión que privan en una sociedad así. Hablamos entonces de violencia estructural hacia las mujeres porque en todos y cada uno de los ámbitos de la sociedad se ejerce y se reproduce la dominación sobre ellas y porque el origen de las diversas formas concretas de violencia (física, sexual, emocional y patrimonial) contra ellas se pueden rastrear hasta este nivel de realidad (Risman, 2004).

De acuerdo con lo que menciona Durand-Ponte (1978, p 98-100), el fatalismo es una actitud que en ciertas poblaciones como lo es Latinoamérica, les impide integrarse al mundo moderno de un sistema económico y de relaciones interpersonales. Asimismo, hace mención a características actitudinales de la población de Latinoamérica tales como:

- 1) Autoritarismo; la persona tiende a confiar en la autoridad para basar sus decisiones y juicios.
- 2) La identificación de un individuo de relaciones sociales
- 3) Conformismo y
- 4) Centrarse solo en las esferas temporales que corresponden al pasado y presente dejando a un lado al futuro.

Duran menciona también características de carácter social como:

- a) El capitalino; que puede tener una apertura moderna dinámica.
- b) El provinciano; que se caracteriza por mantenerse apegado a las tradiciones, ritos y normas
- c) El campesino; una persona que se opone o pone resistencia al cambio, con una resignación de las situaciones.
- d) Caribeño; cuya característica principal son las conductas irresponsables, desmesuradas.
- e) Indígena; se le atribuyen características como aislamiento, pasividad, el fatalismo y la predominación de pensamiento mágico.

A estos planteamientos se le incorpora los propuestos por Martin Baro (1998), lo psíquico es el fundamento de una estructura social; una persona quizás no está teniendo las oportunidades sociales que le brinda el sistema

Se propone tres atributos al fatalismo: la ideación, la afectividad y la comportamental:

Ideacional. Corresponde a las ideas más comunes que se presentan en las personas con fatalismo; las cuales son: la idea de que el destino de cada uno de nosotros está ya determinado, que no hay nada que las personas puedan hacer para cambiar el destino que les es dado, y finalmente que existe un Dios todo poderoso a cuya voluntad es inútil oponerse. Respecto a lo anterior, Freire (1970), menciona que existe un mundo mágico/mítico, en el cual se encuentra una conciencia oprimida, donde hay sufrimiento, explotación, voluntad de Dios, como si él fuera el creador de este orden, (p.42).

Afectiva. Se caracteriza por los elementos emocionales, como: la resignación, el sufrimiento.

Actitudinal. Se presenta la sumisión a lo dictado por el destino. Pasividad frente a los acontecimientos que se viven, sin recordar el pasado ni esperar nada del futuro. Esta pasividad genera una tendencia de adaptarse al mundo en lugar de poderlo transformar. Esta visión, tiende a bloquear todo esfuerzo en pro de un cambio social y personal, llevando a favorecer las condiciones de desigualdad y mantener las condiciones.

El fatalismo solo se puede trabajar mediante un proceso dialectico, con miras a que las transformaciones individuales posibilitan las transformaciones sociales y a la inversa. De acuerdo con lo que Martín-Baró describe, el proceso comprende:

- 1) La recuperación de la memoria histórica. El objetivo es la superación de los sucesos presentes. Encaminada a la posibilidad de que se contemple el futuro y que por ende se genere una esperanza; también a que las personas conozcan, reconozcan, asuman y critiquen su historia y su realidad. Si no existe esta conciencia histórica, no es posible la construcción de una esperanza en el futuro, y se tiende a normalizar y naturalizar las situaciones. De acuerdo con Freire (1970), las comunidades oprimidas deberán

aceptar su realidad de una forma fatalista hasta que puedan romper ese estado y perciban lo que provoca el estado de opresión.

- 2) Organización popular. Cuando las personas se den cuenta de que existe un bien común, se podrá hacer frente a las situaciones y existirá la posibilidad de una transformación.
- 3) Práctica de clase. Se trata de ejercer el control de las propias personas y los grupos sobre su realidad presente.

En palabras de Freire “la liberación no puede darse sólo en términos idealistas, lo que implicaría necesariamente que construya una praxis liberadora pues “La esperanza no se manifiesta en el gesto pasivo de quien cruza los brazos y espera. Me muevo en la esperanza en cuanto lucho y. si lucho con esperanza, espero” (Freire, 1970-75).

2.5 La Historicidad como base del comportamiento

Martin Baro siendo un psicólogo social, basa sus investigaciones en la premisa de que: “el hombre es un ser histórico, y está en una sociedad en un tiempo y espacio determinado”, es por ello que la explicación a muchos fenómenos psicológicos es que el hombre se relaciona con una estructura social inmerso en una comunidad, con historia y modelos de producción, y su vez con un peso de suma relevancia a los valores culturales transmitidos de generación en generación.

Para hablar de la historización del sujeto es necesario remontarnos a hablar de carácter y de estructuras sociales, a continuación, algunas definiciones y autores que retoma Martin Baro. De acuerdo con Reich y Diliguenski (1974), cuando se habla de un comportamiento, este se refiere a un mecanismo de protección que la psique desarrolla ante las angustias producidas por las exigencias del ambiente. Este carácter se puede llegar a estructurar gracias a las influencias culturales de la comunidad donde se desarrolla el sujeto.

Es necesario para este momento hablar del fatalismo, para Baró este es un síndrome personal, pero con tendencia social y cultural, la actitud que se enfrenta a una situación, contiene tres aspectos importantes el cognitivo (destino, presentismo, pensamiento mágico), afectivo (resignación) y comportamental (conformismo, sumisión y pasividad). El fatalismo representa una forma de interiorización de la dominación social. Por ello Baró afirma: “Lo falso del fatalismo estriba en atribuir la falta de progreso a un destino fatal determinado por la naturaleza y aun por el

mismo Dios; lo verdadero del fatalismo consiste en la verificación de que resulta imposible a las mayorías populares latinoamericanas lograr un cambio de su situación social mediante sus esfuerzos”.

Cuanto mayor sea el control que una persona tenga sobre un hecho presente de su realidad, menor será su situación fatalista. Para las personas no sólo basta con que tengan que eliminar o modificar sus creencias sobre el carácter del mundo, sino que experimenten realmente esas modificaciones, y con ello tener en cuenta la determinación de su propio futuro. No se puede hacer justicia como algo independiente. Esto hace que los individuos se encuentren en condiciones alejadas del bienestar y por obvias razones de una calidad de vida. Cualquier manifestación que surja en el fatalismo y sea externa se ve como explotación y opresión, sin embargo, el panorama desde adentro se ve como algo natural.

Si se quita el carácter histórico a los procesos sociales, se produce una naturalización positivista de lo dado que cierra las posibilidades para comprender el carácter ideológico de la realidad social. Esto ideologiza al mismo quehacer de la psicología, volviéndola instrumento al servicio de los intereses dominantes. Por esto nos planteamos la reconstrucción de la historia del movimiento cooperativo, la historización de las prácticas cooperativas, la recuperación de la memoria, como un modo de superación del fatalismo.

CAPÍTULO III
Planteamiento

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La mayoría de los casos de violencia suceden en la familia, en una prevalencia mayor es la propia pareja quien realiza estos actos de violencia (UNICEF, 2017). La violencia en contra de las mujeres en el contexto de pareja es resultado de la desigualdad (Kurz, 1997), discriminación (Moreno, Sepúlveda, & Restrepo, 2012) y de relaciones de poder (Expósito, 2011). Se pueden manifestar en ambientes públicos y privados y adoptar formas diferentes: física, verbal, psíquica, sexual, social, económica, vicaría, etcétera. La OMS (2013), declaró que la violencia contra las mujeres es considerada una pandemia, debido a la severidad y propagación a lo largo del mundo, ya que 1 de cada 3 mujeres ha sufrido violencia,

Debido al SARS-COV2 y la enfermedad que provoca COVID-19, que apareció en China el pasado 2019 y cuyos casos se han propagado en todo el mundo, la OMS (2020), declaró una pandemia global que cambió la rutina de vida de todas las personas. En México a nivel federal, se declaró una alerta sanitaria en el mes de marzo del 2020, lo cual implicó adoptar medidas de seguridad por varios estados para evitar los contagios de la enfermedad. Una de ellas ha sido la jornada nacional de sana distancia, que implica la recomendación: “Quédate en casa”, que hasta la fecha ha prevalecido exacerbando problemas sociales como: salud, económicos, educativos, de seguridad y sociales.

Lo anterior significa que las mujeres están viviendo dos pandemias, lo cual, aunado a las desigualdades sociales, puede comprometer su vida. Debido al estrés y tensiones acumuladas que causa la incertidumbre de esta situación y algunas prácticas masculinas que ya se han venido presentando (Mlambo-Ngcuka, 2020; Fernández-Llebrez, 2005), la violencia se ha incrementado en este confinamiento; esta pandemia de Covid-19, no sólo vino a modificar el estilo de vida de personas a lo largo del mundo, sino también ha tenido injerencia en las dinámicas familiares.

De acuerdo al informe del SESNSP, (2020), las llamadas al 911 por violencia de género han tenido un incremento en la jornada nacional de sana distancia; mientras en el mes de enero de este año hubo 19,183 llamadas y en febrero 21,727, para el mes de marzo aumentaron a

26,171. A pesar de que se ha registrado un incremento en cuanto a llamadas o mensajes a los centros de ayuda a mujeres (Red Nacional de Refugios, A.C, 2020) y al 911, hay sólo un panorama parcial de cuánto ha afectado esta situación pues hay mujeres que no tienen la oportunidad de pedir ayuda.

Si a eso sumamos las mujeres que aún no problematizan la violencia de género ya que algunas personas han recibido, como parte de su educación, un “deber ser así”, creyendo que la violencia de género ocurre porque “así tiene que ser” (Garzón, 2011). Estas creencias se acompañan de un sentimiento de resignación y aceptación del sufrimiento; adoptando la creencia de que es imposible cambiar su realidad (Martín-Baró, 1987). No se puede saber con exactitud cuál es la realidad de esta situación en tiempos de confinamiento, si bien hay algunas cifras que nos hacen pensar acerca del incremento de la violencia de género en comparación con otros años, los estudios posteriores ayudarán a visibilizar esta doble vulnerabilidad que actualmente viven las mujeres.

Es necesario brindarle a las mujeres que están doblemente vulnerabilizadas por el confinamiento y la relación de violencia, herramientas para romper el ciclo de violencia y así ellas puedan desarrollar medidas de autocuidado en cuanto a su salud, seguridad y aprendizaje de formas alternativas a la violencia para la resolución de problemas y conflictos entre mujeres y varones. Este proyecto propone el trabajo comunitario como un pilar necesario para fomentar en aquellas mujeres que están en situación de violencia una mejor calidad de vida. Es importante que en el futuro mediante grupos de intervención, se trabaje con las secuelas que la violencia ha dejado y favorecer una reinserción social y laboral, permitiendo la recuperación de su autonomía.

Finalmente, es necesario brindar a las mujeres las habilidades básicas para generar prácticas seguras de autocuidado, autoconocimiento y fomentar las acciones individuales que repercutirá en relaciones interpersonales saludables y en un bienestar necesario en cuanto a temas de salud debido a la cuarentena y violencia. Las intervenciones que actualmente estamos haciendo de acuerdo a los recursos virtuales con los que se cuentan, son un paso necesario para erradicar el ciclo de violencia de género y proteger de algunas de sus expresiones más severas como lo son los feminicidios.

Ante esta situación se plantean las siguientes preguntas de investigación.

¿El Fatalismo se relaciona con la Violencia de Género?

¿Es posible transformar las aseveraciones Fatalistas en mujeres víctimas de Violencia de Género a través de la potenciación del Autocuidado?

Variable 1 Violencia de Género

Variable 2 Fatalismo

Variable 3 Autocuidado

Objetivo general

Transformar las creencias Fatalistas en mujeres víctimas de Violencia de Género de la Instancia de la Mujer en Cuautla, Morelos, a través de una estrategia que busque potenciar el Autocuidado.

Objetivos Específicos

Generar un diagnóstico de Fatalismo y Autocuidado de las mujeres de la Instancia de la Mujer de Cuautla, Morelos.

Diseñar una estrategia de intervención que busque potenciar el Autocuidado de dichas mujeres.

Evaluar la efectividad de la estrategia de intervención aplicada a mujeres que han vivido violencia de Género de la Instancia de la Mujer de Cuautla, Morelos.

Sustentos

La potenciación del Autocuidado reduce las creencias fatalistas en mujeres víctimas de Violencia de Género.

La potenciación del Autocuidado no reduce los niveles de Fatalismo en mujeres víctimas de violencia de género.

JUSTIFICACIÓN

La necesidad e importancia de esta intervención es debido a que se ha considerado por la OMS (2013) que la violencia de género es una pandemia que aqueja principalmente a las mujeres. Por ello, a nivel mundial se han hecho bastantes esfuerzos para poder prevenir la violencia y poder trabajar con aquellas mujeres que se encuentran en esa situación. Por lo anterior, es necesario que mediante una intervención comunitaria se le brinden herramientas necesarias a las mujeres que estuvieron en una relación de violencia, para romper el ciclo y así, ellas puedan generar técnicas de autocuidado en cuanto a su seguridad, tener una comunicación asertiva lejos de manifestaciones de violencia, y mejorar el proceso de toma de decisiones; además de adquirir un aprendizaje sobre formas alternativas a la violencia para la resolución de problemas y conflictos entre mujeres y hombres.

La viabilidad de esta investigación se justifica con las investigaciones previas acerca de la génesis de las manifestaciones de agresiones, para poder entender el proceso cíclico de la violencia que generan comportamientos y pensamientos en una mujer que ha sufrido violencia y poder acompañarla en el proceso de identificación de la violencia generando una transformación de su vida. A pesar de todas las investigaciones que existen sobre la violencia de género, aún están limitadas las que hablan acerca del proceso de recuperación; este proceso no finaliza cuando termina la relación, sino cuando la mujer logra llevar una vida independiente, protegerse, tomar decisiones y emprender una serie de acciones para así conseguir un bienestar psicológico.

Esto comprende una reconstrucción personal y social (Roca & Masip 2011), incluyendo tres dimensiones: la clínica (la salud psicológica y física); la social (autonomía de decisión, de tiempo, laboral, económica y de vivienda); y la dimensión racional y emocional. La aportación de esta investigación fue el establecimiento de una intervención comunitaria que les brindó a las mujeres las habilidades necesarias para generar prácticas seguras en el autocuidado, autoconocimiento y que repercutirá en relaciones interpersonales saludables.

Al mismo tiempo, el realizar este tipo de intervenciones tiene un impacto importante en el estado de Morelos, donde a pesar de que ya existen acciones encaminadas a erradicar el ciclo de violencia, es necesario el trabajo Psicológico en situaciones de tentativa de feminicidio para

evitar futuras manifestaciones de violencia. Este proyecto generó información que podrá fundamentar el desarrollo de una intervención en el marco comunitario para las mujeres que han sufrido violencia de género en pro de generar una mejor calidad de vida para ellas y como antecedente para futuras investigaciones que se enfoquen en el trabajo con mujeres en situación de violencia extrema.

3.6 Intervenciones en Mujeres en situación de Violencia

La violencia que viven las mujeres es una terrible realidad que, pese a los esfuerzos de gobiernos y sociedad civil continua presente; la visibilización de este fenómeno no solo como un ente privado sino también como un problema social ha traído consigo la intervención de diferentes actores para su erradicación. A causa de las manifestaciones de violencia que se han suscitado en el mundo en contra de las mujeres, múltiples investigaciones se han desarrollado para tratar de mitigar los efectos de esta situación. Investigaciones que tratan de explicar las causas, los perfiles de víctimas y agresores, así como las repercusiones de la violencia ejercida en contra de las mujeres, todas ellas necesarias para tratar desde la parte psicológica un fenómeno tan grande como lo es la violencia de género.

Es necesario hacer una revisión sistemática acerca de las intervenciones que se han venido realizando a lo largo de ya dos décadas desde los estudios de Leonor Walker en *Terapia de Sobrevivientes* (1994). Para poder comprender y analizar aquellas prácticas psicológicas que se han realizado, así como las técnicas, los resultados y las sugerencias que se ven plasmadas en las investigaciones, todo ello para poder establecer un protocolo eficaz que incluya técnicas terapéuticas pertinentes a utilizar en la presente intervención con mujeres que se encuentran en situación de violencia acorde a la problemática de cada usuaria. De acuerdo con Leonor Walker en los estudios que realiza en 1994 en *Abusedwoman and SurvivorTherapy* (Mujeres maltratadas y Terapia de Sobrevivientes), sostiene que la psicoterapia tradicional deberá modificarse de modo que se tenga en cuenta el impacto del trauma que la violencia ha generado, así como la respuesta idiosincrática de la mujer.

Leonor copila una serie de intervenciones psicológicas de origen en las teorías feministas y en la Terapia de trauma para formar su propia intervención para trabajar con mujeres en situación de violencia la cual denominó *Survivor Therapy*. Se propone que previo a la intervención se realicen sesiones diagnósticas con entrevistas y/o cuestionarios no estructuradas

en un primer momento, lo cual permite que la mujer pueda expresar libremente su historia; se propone que todo el tiempo del diagnóstico el psicoterapeuta adopte una postura de escucha activa, siendo la empatía una habilidad importante para construir lazos de confianza y sin juzgar o aconsejar las situaciones por las cuales las mujeres están pasando (Dutton, 1992; Walker, 1994).

Mientras que las entrevistas estructuradas pueden ayudar a indagar aquellos aspectos que la mujer no aborda; además de que pueden ayudar en el orden de los datos cronológicamente (preguntar sobre la última agresión o la primer agresión), así como la intensidad (la peor), para evitar la minimización de las agresiones (y que lleven a una justificación de la violencia), mediante el uso técnicas cognitivo conductuales pone énfasis en el trabajo de la seguridad de la mujer, su empoderamiento, la validación de sus experiencias, la educación acerca de la violencia para su posible identificación, la diversificación de sus alternativas, la evaluación juiciosa, la comprensión de la opresión y la toma de decisiones.

Lundy y Grossman (2001) en su investigación con mujeres maltratadas mencionan que a pesar de existir poco más de 16 modelos psicológicos que aborden la intervención con mujeres, aún falta evaluar su eficacia, ya que en realidad el trabajo de investigación se enfoca en su mayoría en los agresores. De acuerdo con APA (2019) a continuación se enlistan los tipos de terapia y los objetivos a alcanzar de acuerdo a cada enfoque para el trabajo psicológico que se realiza con mujeres en situación de violencia.

3.7 Terapia Cognitivo Conductual

Dirigida principalmente a trabajar el trauma y buscar en las mujeres prácticas de autocuidado, así como las que prioricen su seguridad. Se propone el trabajo de técnicas en entrenamiento en habilidades de regulación afectiva; se busca trabajar y reconocer las emociones en un hecho traumático como lo es la violencia.

1. La seguridad como objetivo primordial (ayudar a las mujeres a lograr seguridad en sus relaciones, pensamientos, comportamientos, y emociones)
2. Tratamiento integrado (centrado tanto en el trauma, así como en el abuso de sustancias)

3. Centrarse en los ideales para contrarrestar la pérdida de ideales tanto en el trauma como en el abuso de sustancias
4. Cuatro áreas de contenido: cognitivo, conductual, interpersonal, manejo de casos
5. Atención a los procesos clínicos (respuestas emocionales de los clínicos, autocuidado, etc.)

3.6.1 Psicoterapia Interpersonal

La Psicoterapia Interpersonal aborda principalmente el Trastorno por estrés postraumático, comúnmente identificado en mujeres que han vivido una situación de violencia, principalmente aborda los siguientes rubros:

1. Duelo, disputas de roles (desacuerdos con otras personas importantes)
2. Transiciones de roles (cambios en las circunstancias de la vida)
3. 3.- Soporte social
4. 4 Deficiencias en las relaciones

3.6.2 Terapia de procesamiento cognitivo

Es un tratamiento que ha demostrado su eficacia para reducir los síntomas de TEPT y depresión después de victimización (violencia sexual y física), se centra en:

1. Educación sobre los síntomas del TEPT
2. Efecto de sucesos traumáticos
3. Conexiones entre pensamientos, sentimientos y comportamientos relacionados con el trauma
4. Recordar el evento traumático y experimentar las emociones asociadas con él.
5. Capacidad para desafiar los pensamientos de mala adaptación sobre el trauma.
6. Reducción de patrones de pensamiento negativo y motivación para aprender formas de pensar nuevas y más saludables.
7. Exploración de cómo los temas centrales se han visto afectados por el trauma.

3.6.3 Reprocesamiento por desensibilización del movimiento ocular (EMDR)

El EMDR integra técnicas de TCC, psicodinámica y está orientada al cuerpo. Los procesos identificados en EMDR incluyen atención plena, conciencia somática, asociación libre, reestructuración cognitiva, así como acondicionamiento.

3.6.4 Esperanza (Ayudando a superar el TEPT a través del empoderamiento)

Es una TCC sin exposición a corto plazo desarrollada específicamente para mujeres maltratadas con TEPT que viven en refugios a causa de la violencia en sus hogares. Se centra en la estabilización, recobrar la seguridad y el empoderamiento.

1. Riesgos físicos y emocionales inmediatos
2. Síntomas, comportamientos y cogniciones de TEPT que interfieren con el logro de los objetivos de refugio y tratamiento
3. Síntomas de TEPT y patrones conductuales y cognitivos que interfieren con la calidad de vida
4. Metas y seguridad posteriores al refugio.

3.6.5 Prevención de recaídas y seguridad en las relaciones (RPRS)

Se aborda la seguridad de las relaciones y se busca que se reduzca el consumo de drogas, el trastorno de estrés postraumático, la depresión y conductas sexuales de riesgo. Este tipo de tratamiento tiene sus orígenes en la atención de mujeres latinas de bajos recursos económicos de ascendencia afroamericana

3.6.6 Terapia de trauma cognitivo para mujeres maltratadas (CTT-BW)

CTT-BW fue desarrollado para sobrevivientes de violencia que no deseaban reconciliarse con sus parejas abusivas y que buscaban que las mujeres pudieran lidiar con sus agresores en cuanto a lo relacionado con la educación de sus hijos. Este tipo de intervención incluye temas de Psicoeducación sobre TEPT, así como técnicas para lidiar con estrés, ansiedad y depresión, se abordan temas como:

1. Culpabilidad relacionada con el trauma por relaciones fallidas, efectos en los niños, decisiones de quedarse o irse
2. Historias de otras experiencias traumáticas
3. Riesgo de revictimización posterior
4. Creencias negativas sobre uno mismo

3.6.7 Intervención Género-Sensitiva

Este tipo de terapia es abordada desde una perspectiva de género donde se busca diferenciar los anhelos propios de los impuestos tradicionalmente. Se contraponen de alguna manera a los modelos tradicionalistas en donde se aborda el conflicto dentro del individuo, en cambio ofrece una amplia explicación para abordar temas sociales como la violencia desde un panorama socio-económico ya que, según esta terapia el sistema es “fuente fundamental de las aflicciones (Batres, 1997).

En este tipo de terapia las mujeres son ayudadas a entender la opresión que han vivido, los roles sexuales y conceptos que le ayudan a buscar alternativas a la situación por la cual viven. De acuerdo con Batres (2012), en un extracto de ponencia “De la disociación a la reconexión. La terapia trifásica género sensitiva”:

“...La terapia género-sensitiva con mujeres coloca el comportamiento de la mujer en el contexto de la sociedad sexista y las diferencias de poder en la familia y la sociedad. Sin embargo, la mujer siempre enfrentará en terapia un gran dilema, “un doble vínculo”, que va entre sus necesidades y lo que le pide la sociedad...”

La terapia de género- sensitiva tiene como objetivo que las mujeres reconozcan que vivir en una sociedad opresora, sexista ha generado altos costos de salud mental, así como problemas de autoestima, poder y autonomía. De esta terapia se desglosan algunas características que deben de ser adoptadas por los profesionales que se dediquen a trabajar con mujeres en situación de violencia.

3.6.7.1 Características del psicólogo de acuerdo a la Terapia Género-Sensitiva. Algunos criterios que la Terapia Género Sensitiva aborda sobre el perfil del profesional son que tiene que tener un entrenamiento basado en perspectiva de género; aceptar que los propios valores y normas pueden ser comunicados a la paciente; saber lidiar con el dolor propio y gran sensibilidad para trabajar con grupos vulnerables.

En algunas ocasiones los psicólogos se pueden convertir en testigos fundamentales de situaciones complicadas como violaciones, secuestros, acoso, actos con niños de índole sexual, en donde el terapeuta tiene que tener una visión sobre su moralidad en sentido de justicia, porque

tal y como lo señala Herman (1992), se ven involucrados no sólo en sucesos de violencia de género.

Es necesario que se mantengan los límites claros y precisos en relación a la paciente ya que en algunas ocasiones por la condición de víctima las mismas pacientes intentan manipular el proceso terapéutico buscando protección y seguridad en el terapeuta (Hernan, 1992), por ello también se deben de tener habilidades clínicas necesarias para intervenir en caso de crisis, intentos de suicidio o ataques de pánico.

3.6.8 Terapia Racional- Emotiva

Esta terapia proporciona las bases para una clase de tratamiento en que la persona con dificultades, aprende a manejar sus emociones, remplazando las ideas erróneas por otras racionales. La Terapia Género- Sensitiva utiliza esta teoría ya que considera que la mujer maltratada crea ciertos sistemas de creencias y pensamiento automáticos que la hacen desvalorarse de sí misma, a dudar de su capacidad y a independizarse del ciclo de violencia en que vive. Según Ellis (1980) la terapia racional emotiva se centra en gran parte en que las perturbaciones psicológicas de las personas son el producto del pensamiento ilógico e irracional y que una manera de encontrar un bienestar es aprender a minimizar lo irracional y adoptar un pensamiento racional.

De acuerdo con Wolfe (1987) habla de un sistema terapéutico basado en la terapia emotiva racional con un abordaje de perspectiva de género en donde se aborde principalmente la autoaceptación; aprendizaje de destrezas y conductas eficientes; manejo de frustración y el enojo; así como el manejo de creencias distorsionadas (Shader, 1994). Este tipo de terapia propone que se trabajen con “los deberes” y “los tienes” que tradicionalmente se le adjudica a las mujeres como una forma de trabajar la culpa y así mismo el crecimiento personal y autónomo que comúnmente se le adjudica a los hombres.

3.6.9 Ejemplos de Intervenciones

A continuación, se describen algunos ejemplos de intervención que recopilan una TCC y técnicas de Terapia Género-sensitiva para trabajar con mujeres en situación de violencia.

Batres (2009), propone una intervención flexible dividida en tres fases que ayuda a las niñas, niños, adolescentes y mujeres que han sobrevivido a una experiencia de violencia en donde se ha generado un trauma psicológico; en esta intervención se trabaja la autonomía y la seguridad de la persona.

Primera etapa: Seguridad hoy. - A través de técnicas para trabajar las emociones que consoliden la seguridad y ciertos elementos básicos conductuales y afectivos para establecer el manejo del presente.

Segunda etapa: recuerdo y duelo. - Trabajar con las emociones asociadas y los significados que se les da a los procesos de violencia.

Tercera etapa: reintegración y revaloración. - Hay una reestructuración, las mujeres para esta etapa ya están más seguras con menos culpa y vergüenza, hay un cambio de creencias y se busca una fortaleza en sus vínculos afectivos.

Ayats, Cirici y Soldevilla (2008), proponen una intervención de grupos terapéuticos en TCC como tratamiento de mujeres víctimas de violencia de género, concluyendo una efectividad en cuanto a los niveles de depresión y ansiedad disminuyeron. Consta de 20 sesiones de 90 minutos en 7 grupos de mujeres de 6 a 8 participantes; aplicando técnicas de autocontrol emocional y asertividad, así como para generar conciencia de la situación por la cual están pasando y también trabajar con su autoestima.

De acuerdo a las investigaciones de Santandreu y Ferrer (2014) se propone una intervención basada en una TCC dirigida a tratar el estrés postraumático en víctimas de violencia de género; se trata de un estudio realizado en una población de ciento veintinueve mujeres víctimas, donde se realizó una intervención de 12 sesiones de manera individual, mostrando que los síntomas de TEPT aparecen cuando existe una violencia sexual o física y que la TCC es efectiva para tratar los síntomas del trastorno.

3.7 Intervenciones en México de aplicada a Mujeres en situación de Violencia

Secretaría de Gobierno

En el Protocolo para la atención de usuarias y víctimas en los Centros de Justicia para las Mujeres en México (Espinosa, Montoya y Navarro, 2012), el objetivo del proceso terapéutico que se brinda en los Centros de justicia de Mujeres (CJM), debe de estar focalizado en evitar la muerte de la usuaria; hacer que salga del círculo de violencia; lograr la autonomía de la mujer y su familia; construir un proyecto de vida, y lograr el empoderamiento, todo ello mediante técnicas de TCC y dependiendo del caso la multidisciplinaridad de otros profesionales como médicos, trabajadores sociales, abogados etc., que puedan trabajar en conjunto por el bienestar de la mujer.

Secretaria de Salud

De acuerdo al Modelo Integrado para la Prevención y Atención de la violencia Familiar y Sexual (Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva, 2009), a pesar de que no se especifica el enfoque de la terapia que se debe de realizar propone una “Evaluación del riesgo, plan de seguridad e información legal” que se le debe de brindar a la víctima todo ello de acuerdo a la NOM-046-SSA2-2005 Violencia familiar, Sexual y contra las mujeres, hace énfasis en que debe de ser un profesional de la salud mental con una formación en género.

En el manual operativo que realiza el Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva (2010), “Atención Psicológica a Mujeres en Situación de Violencia Lineamientos y Protocolos” se especifica una atención en TCC con enfoque de género, para el personal de la salud mental que está trabajando con mujeres en situación de violencia, en el cual se especifican conceptos y técnicas eficaces para trabajar la violencia.

En el Programa de reeducación para víctimas y agresores de pareja elaborado por el INSP (Hijar y Valdez-Santiago, 2010), se describen técnicas cognitivas, afectivas reflexivas encaminadas a la reeducación de las personas que han vivido y han ejercido violencia, consta de 24 sesiones para hombres y 25 sesiones para mujeres, este programa se ha venido realizando por parte de sector salud hasta la fecha con buenos resultados en el estado de Morelos.

4.2.8 Atención Psicológica en la Instancia de la Mujer Cuautla

La atención que se ofrece en la Instancia de la Mujer de la ciudad de Cuautla Morelos se brinda conforme los estatutos de la “Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia”, el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Atención Médica, la Norma Oficial Mexicana NOM-046-SSA2-2005 y el Modelo Integrado para la Prevención y Atención de la Violencia Familiar y Sexual, por lo que se busca que cuando una mujer acuda a pedir atención esta se le brinde sin distinción, de manera pronta y eficaz. Es importante señalar que la atención que se brinda es con fines terapéuticos, deslindando cuestiones legales que se puedan suscitar en los casos que se brinda la atención como: peritajes de guardia y custodia u otros; sin embargo, al estar inmersos en una institución de índole público, esta atención se ve sujeta a normas y reglamentos del estado de Morelos.

La atención Psicológica está enfocada a una reestructuración de aquellas situaciones que tienen relación con sucesos de violencia de género siempre tomando en cuenta los derechos que el estado proporciona; se evitará la terapia de pareja o familiar encaminada a un proceso de reconciliación de acuerdo a los Artículos 8 fracción IV y 46 fracciones I y II de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida Libre de Violencia. Cualquiera que sea la intervención que se brinde a las mujeres en situación de violencia es necesario que se aborde desde una perspectiva de género (Sanz, 2004; Lorente, 2006), encaminada a producir cambios personales, sociales y comunitarios, que ayuden a erradicar la violencia en cualquier forma de manifestación y desde cualquier esfera en pleno derecho e igualdad de condiciones.

CAPÍTULO IV

Metodología

MÉTODO

Este estudio es no experimental, de naturaleza cualitativa, al ser la violencia de género un fenómeno tan amplio, se decidió trabajar con las interpretaciones que las mujeres tenían acerca de su entorno social. De acuerdo a Gómez, Galeano y Jaramillo (2015), el alcance de esta investigación es descriptivo, ya que se considera el fenómeno estudiado, así como sus componentes, al pretender recoger información sobre el fatalismo y su papel en la violencia.

El presente estudio cumple con los principios establecidos en la Declaración Internacional Helsinki (La Asociación Médica Mundial, 2013). De acuerdo al principio 8 de esta declaración establece que: “Aunque el objetivo principal de la investigación médica es generar nuevos conocimientos, este objetivo nunca debe tener primacía sobre los derechos y los intereses de la persona que participa en la investigación”. Esta investigación prioriza la seguridad y el bienestar de las participantes antes que la generación de conocimiento, debido a las situaciones de violencia extremas por las cuales atraviesan las usuarias.

También se cumple con lo establecido en las Pautas Éticas Internacionales para la Investigación relacionada con la Salud con Seres Humanos, del Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas (CIOMS) y la OMS (2016). Continuando con lo establecido en el párrafo anterior, se prioriza la parte social, evitando los malos tratos e injusticias en la población de la intervención, tal y como se puede distinguir en la Pauta 1 que establece que:

“Aunque el valor social y científico es la justificación fundamental para realizar una investigación, los investigadores (...) tienen la obligación moral de asegurar que (...) se preserven los derechos humanos y se respete, proteja y sea justa con los participantes en el estudio y las comunidades donde se realiza la investigación. El valor social y científico no puede legitimar que los participantes en el estudio o las comunidades anfitrionas sean sometidos a maltratos o injusticias”.

Cumple con los criterios establecidos en El Código Ético del Psicólogo de la Sociedad Mexicana de Psicología (2007) y el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud y en la Resolución 008430 del 04 de Octubre de 1993, y debido a que esta investigación se consideró como investigación sin riesgo de acuerdo al Artículo 10

de la Resolución 008430/93 y en cumplimiento con los aspectos mencionados con el Artículo 6 de la presente resolución, este estudio deberá contar con un consentimiento informado (ANEXO A).

Escenario

Esta investigación se realizó en la Instancia de la Mujer en Cuautla Morelos, la cual es una dirección que comprende el periodo 2019-2021 del ayuntamiento Municipal de dicha localidad. Principalmente se atienden a usuarias que están en una situación de violencia de género, buscando el bienestar de ellas, por lo tanto, las acciones y los objetivos que tiene la instancia para poder atenderlas son:

Promover y fomentar las condiciones que posibiliten la no discriminación, la igualdad de oportunidades y de trato entre los géneros; el ejercicio pleno de todos los derechos de las mujeres y su participación equitativa en la vida política, cultural, económica y social del país, del Estado y del Municipio (Balón, 2017).

Se crea el 8 de Mayo de 2007 para brindar atención jurídica y psicológica basada en los acuerdos de la LGAMVLV (2018), correspondiente a los municipios que se encuentran dentro de la AVGM y tiene convenios con otras Asociaciones, Institutos e Instancias dedicadas a la protección de Niños, Niñas y Adolescentes, así como a los Centros de Justicia, encargados de velar por la Seguridad de las Mujeres.

Participantes

Se evaluaron a cinco mujeres usuarias de la Instancia de la Mujer en Cuautla y que vivieron una situación de violencia por parte de su pareja. Se realizó un muestreo por conveniencia, se decidió elegir dentro de toda la población de la Instancia de la mujer a aquellas mujeres que tuvieran acceso a internet debido a las condiciones de pandemia y que, la propia condición de violencia por la cual estaban pasando no las pusiera en riesgo para llevar a cabo una intervención comunitaria.

Criterios de inclusión

Mujeres de entre 18 a 45 años.

Que cumplieran con el diagnóstico de terrorismo íntimo (Johnson, 2008), como uno de los tipos de violencia de pareja.

Que aceptaran firmar el consentimiento informado y por ende su participación.

Criterios de exclusión

Mujeres menores de edad.

Cualquier condición de violencia que las vulnerara para no poder tener sesiones virtuales.

Que no quisieran participar en la investigación.

Enfermedades mentales del espectro autista, psicótico y retraso mental.

Técnica

Para la recolección de datos se utilizó una entrevista breve semiestructurada. La aplicación de esta técnica fue con el objetivo de conocer acerca de la percepción de la violencia de pareja que tienen las participantes y de su posible relación con el fenómeno conocido como fatalismo; además de conocer las redes de apoyo con las cuales cuentan y la transcendencia de la violencia en las diferentes esferas de su vida.

La entrevista cuenta con 8 secciones que son: Datos generales, Datos de la relación, Redes de apoyo, Situación de Violencia, Fatalismo, Identificación de la Situación de violencia en otras personas, El apoyo Institucional, Preguntas Cierre.


El apartado de fatalismo contiene preguntas basadas en la Escala Multidimensional de Fatalismo (Esparza, Quiñones & Carrillo, 2010). Dicha escala se basa en la definición de Pérez y Livacic (2002), quienes definen al fatalismo con una triple vertiente que incluye ideas de predestinación y nada que hacer, sentimientos que incluyen resignación y aceptación y por último comportamientos que incluyen pasividad y presentismo. Esta escala incluye las categorías de: Locus de control interno, Suerte, Pesimismo/ Desesperanza, Control Divino.

Otras categorías como datos de la relación y situación de la violencia, se realizaron para poder identificar información acerca de la convivencia que tienen con su pareja o ex pareja, así como los tipos de violencia que hay, conocer aspectos importantes de su historia de vida y que

tienen relación con episodios de violencia, y además poder identificar como es que ellas se podían referir a sus ex parejas/ parejas. Estas preguntas fueron de elaboración propia.

Mientras que las categorías de redes de apoyo e identificación de la violencia en otras personas dan ciertas pautas para conocer los recursos con los cuales las participantes cuentan. Así también, la identificación de las situaciones de violencia que han pasado y la posibilidad de conocer como ellas pueden proyectarse y manifestar algunas posibles soluciones a la situación que están pasando. En la Fig. 3 se puede observar la guía de entrevista que se realizó.

Figura 3 Entrevista a una mujer en situación de Violencia (terrorismo íntimo)



Entrevista a una mujer en situación de Violencia (terrorismo íntimo) que presenta una denuncia

Categoría	Preguntas
Datos generales	¿Cómo te llamas? ¿Cómo te gusta que te digan? ¿Qué edad tienes? ¿Eres de aquí de Cuautla/Cuernavaca u otro municipio?
Datos de la relación	¿Actualmente tienes pareja? ¿Cómo se llama tu pareja/ ex pareja? ¿Cuánto tiempo llevan/ estuvieron de relación? ¿Cómo se conocieron? ¿Qué te gustaba de él/ qué no te gusta (ba)?
Redes de apoyo	¿En caso de que pases alguna situación complicada en general, cuentas con alguna persona de confianza? ¿Le has contado a alguna persona de confianza la situación que pasa con tu pareja? ¿Crees que esas personas te han apoyado lo suficiente?
Situación de violencia	¿Qué fue lo que paso? ¿Cuándo te diste cuenta que cambiaron las cosas?/ ¿Alguna vez cambiaron las cosas o siempre fue así?
Fatalismo	¿Crees en el destino? ¿Consideras que en estos momentos tienes el control de tu vida? ¿Cuándo pasan cosas positivas en tu vida a quién se las atribuyes? ¿Cuándo pasan cosas negativas?
Identificación de la situación de Violencia en otras personas	¿Me puedes ayudar a describir lo que es Violencia? ¿Alguna vez has visto a una mujer que ha sufrido una agresión, si es así me puedes ayudar a describirla? ¿Si es así, puedes describir lo que es una agresión? ¿Crees que en algún momento de tu relación hayas sufrido algún tipo de violencia? ¿Cómo ayudarías a una mujer que está pasando por la misma situación que tú?
El apoyo de la Institución	¿Qué te hizo tomar la decisión de poner una denuncia? Si ya puso una denuncia, ¿te sentiste escuchada? ¿Cómo te enteraste de la Instancia? ¿Sabes qué tipo de apoyo se brinda aquí? ¿Qué crees que le faltó a la atención que se te brinda en esta instancia? ¿Necesitas algo en específico, de lo cual no se te ha brindado la información o la ayuda aquí?
Preguntas cierre	¿Consideras que es necesario que sepamos algo de lo cual no te hemos preguntado?

Fig. 3 Entrevista a una mujer n situación de violencia. Elaboración propia

También con el fin de identificar comportamientos no verbalizados se realizó una Observación directa, participante, semiestructurada en un sistema narrativo, donde el principal objetivo fue el de recabar información acerca del fenómeno de la violencia y el de fatalismo en aquellas participantes; al ser la naturalización una característica principal en aquellas mujeres que están en una situación de violencia, es de esperarse que no puedan verbalizar algunas situaciones de violencia porque no las contemplan como tal, por ello es que esta técnica es necesaria para poder registrar la ocurrencia natural de los fenómenos y de las conductas. A continuación, se presenta la Guía de Observación

Figura 4 Guía de Observación.



Instancia de la Mujer Cautla Morelos

Registro de Observación

Fecha:		Usuaría:	
Observador: Psic Luz Elena Paola Dirzo Bahena		Hora Inicio:	Hora Finalizado:

¿Está acompañada de alguien, durante la sesión?

SÍ NO QUIÉN: _____

Descripción de apariencia física (ojeras, cabello, etc.)

Descripción de la vestimenta (Carencia de aseo, maquillaje, etc.)

Descripción del escenario (luz, espacio, habitación, ruido, etc.)

Descripción de su Lenguaje Corporal (mirada ausente, cabeza ladeada hacia abajo, llanto, lentificación de movimiento, cuerpo pegado a la pared, postura encorvada, movimientos de manos repetitivos, lesiones en brazos, etc.)

Descripciones del lenguaje: (lenguaje reducido, bloqueos en el lenguaje, lapsus, incoherencias, repetición de palabras, olvido de palabras, etc.)

Figura 4 Guía de Observación. Elaboración propia

Procedimiento

Se realizó un acercamiento a la Instancia de la Mujer de Cuautla, para proponer un proyecto de intervención que beneficiara a las usuarias atendidas, así como exponer los objetivos y beneficios. Una vez aprobado el proyecto de Investigación se llegó al acuerdo de las fechas, horarios, y la revisión de pacientes que podrían ser candidatas, dentro de la población de usuarias para el proyecto de intervención. Se llegó al acuerdo de realizar sesiones terapéuticas con otras usuarias a las cuales la psicóloga principal pudiera beneficiar independiente de no estar en el proyecto, para tener una permanencia y adentrarse al escenario.

Se evaluaron algunos casos que llegaron a solicitud del DIF con la petición de terapia psicológica por violencia de género. Se contactó a las usuarias para una junta informativa en donde una de los investigadores les brindó toda la información pertinente acerca del estudio y posteriormente les solicitó la firma de un consentimiento informado, una vez aprobado su asentamiento a estar dentro del proyecto de intervención y dado que cumplieron con los criterios de inclusión. Debido a las condiciones de contingencia, se tuvo que volver a tener una reunión con cada usuaria para explicar las modificaciones de algunos criterios y ajustes que se realizaron al proyecto de investigación y descartar algunas usuarias que no podían tener acceso a internet para llevar a cabo las sesiones terapéuticas virtuales.

Se realizó la evaluación del estudio 1, que constó de una sesión, y sólo para dos usuarias 2 sesiones debido a las intervenciones en crisis que se realizaron. Donde se utilizaron las técnicas de entrevista semiestructurada y observación, esta información se recabo en audios. Se realizaron mediante los programas de Zoom y Whatsapp videollamadas, llevadas a cabo en promedio de 1 hora 30 minutos aproximadamente. Fueron grabadas mediante otro dispositivo móvil para poderlas transcribir posteriormente. Se realizó la transcripción de las entrevistas de audios a textos, el análisis mediante el software Atlas.ti versión 9 y la Teoría Fundamentada de Castillo y Vázquez (2003) para la elaboración del proyecto de intervención, mediante la categorización de los resultados.

El proyecto de intervención se sometió a una evaluación del Comité Académico que acompañó a la investigadora principal durante este proceso y se procedió a realizar los ajustes pertinentes. Se realizó una Intervención que consto de 12 sesiones, donde se utilizaron Técnicas Comunitarias, de Terapia Genero-Sensitiva y Técnicas de TCC. Se realizó la evaluación del

estudio 2, que consto de una sesión, donde se aplicó la misma entrevista semiestructurada del estudio 1 y la observación directa.

Se realizó la transcripción de las entrevistas de audios a textos, para realizar el análisis mediante el software Atlas.ti versión 9, de los dos estudios. Se realizó un seguimiento a los 3 meses, y a los 6 meses, que consto de una sesión virtual, una llamada telefónica o mensajes de texto, para evaluar la permanencia de los resultados.

4.5 Consideraciones Éticas

Se considera la parte ética, mediante un consentimiento informado, asentimiento de las usuarias, resguardo, protección y confidencialidad de la información que brindan las mujeres, de acuerdo a los protocolos internos de la Instancia de la Mujer basado en LGAVLV (2013), así como al Modelo de Atención Único para Mujeres Víctimas de Violencia del estado de Morelos (SEPASE, 2019). En el consentimiento se les proporcionó información acerca de la intervención de la cual formarían parte. También se aclararon las dudas, y se les brindó el derecho de abandonar la intervención cuando ellas así lo quisieran.

Debido a que la información que se obtuvo es de carácter delicada, dados los procesos jurídicos por los cuales las participantes están pasando y las amenazas de las cuales fueron víctimas, incluyendo a la investigadora principal, se decidió cuidar los datos proporcionados, para que no quedara evidencia de su participación en la intervención. Se propuso redactar la información categorizada de una forma muy general, priorizando la seguridad de las personas involucradas. Por lo anterior se decidió evitar poner la transcripción de las entrevistas como anexo a este estudio.

CAPÍTULO V

Resultados

6.1 Diagnóstico y Análisis de Resultados de las entrevistas

Datos demográficos

Participante 1 FA01/20. Tiene 25 años de edad. Tiene un grado escolar de secundaria. Tiene dos hijos, una niña de 7 años y un hijo de 8 años. Trabaja en una tienda de ropa. Vive con una amiga, porque su ex pareja la corrió de la casa. Su ex pareja se dedica al comercio; con él mantuvo una relación de 9 años, su ex pareja fue quien la rescata de un secuestro. No se encuentran divorciados.

Ha tenido tres intentos de suicidio. Tomaba antidepresivos, mismos con los cuales se intoxicó en 2 ocasiones y en la otra se intentó ahorcar. Menciona no creer en terapia psicológica ya que ha tenido tres procesos de los cuales no funcionaron porque los psicólogos la regañaban, y le decían que tenía que regresar con su ex pareja. Ella tiene un proceso legal en contra de su ex pareja por agresiones físicas y abuso sexual. La remite el DIF.

Participante 2 LZ02/20. Tiene 30 años de edad. Estudió una Licenciatura. Tiene 1 hijo de un año 3 meses. No está trabajando y vive en la casa de su madre junto con su hermano y su hijo. Su ex pareja tiene que ver con la política. Tuvo una relación de 10 años de relación. Actualmente no se encuentran divorciados.

Renuente a Terapia, menciona no gustarle la terapia debido a que tiene problemas con lo que le dicen otras personas, específicamente la autoridad. Anteriormente estuvo en una sesión con una practicante de psicología, menciona no haberle gustado al considerar no tener las habilidades necesarias, "...Yo no voy a trabajar con alguien que no tenga de menos una carrera..." (Sic, IZ02/20). Tuvo un intento de suicidio con pastillas, después de haber decidido abortar a su primer embarazo. La remite el DIF.

Participante 3 LS03/20. Tiene 31 años de edad, estudió hasta la preparatoria. Tiene un hijo de 3 años. Vive con su madre y su padre, de manera intermitente llega su hermano, pero él tiene adicciones y vive en condiciones de calle. Su ex pareja trabaja en el ayuntamiento de Cuautla. Estuvo 8 años en su relación de pareja.

Menciona tener pensamientos suicidas, pero no ha realizado ninguna acción que atente contra su vida. Esta emocionada con la terapia, sin embargo, mencionó que le costaba trabajo que fuera virtual porque su hijo puede escuchar. Tiene una denuncia ante el DIF y es quien la remite.

Participante 04 BL04/20. Tiene 35 años, culminó recién su preparatoria. Tiene un hijo de 11 años de edad y otra de 17 años. Llega referida del DIF debido a que su ex pareja tiene una denuncia por intento de abuso sexual a la hija de la participante. Actualmente vive en una casa rentada con sus hijos, muy cercana a su madre. Ella se dedica al TSC, de vez en cuando tiene trabajos dedicados a ciertos oficios.

Ha tenido 10 años de relación, menciona que su ex pareja trabaja en actos ilícitos y tiene un negocio, también menciona que la familia de él está en la cárcel por secuestro. En su casa existe hacinamiento; esto ha hecho que exista la costumbre de que ella mantenga relaciones sexuales frente a sus hijos. Comenta haber recibido terapia psicológica cuando encontró al padre de sus hijos teniendo relaciones sexuales con su madre de ella. Menciona haber tenido 3 intentos de suicidio, uno donde si intento ahorcar, otro donde tomo pastillas y uno más donde se intentó disparar con una pistola de su ex pareja,

Participante 05 GP05/20 Tiene 42 años. Estudió hasta primaria. Tiene 3 hijos un chico de 13 años de edad, una chica de 14 años y una de 18 años que ya no vive con ellos, ya que vive con su pareja y su hijo; sin embargo, la convivencia es muy frecuente. Viven en una casa rentada con sus hijos. Trabajaba de afanadora, sin embargo, en el momento de la entrevista menciona no estar trabajando.

Es referida del DIF debido a que el esposo de su hija mayor tiene una denuncia por abuso sexual de su hija de 14 años. Ha estado más de 20 años de relación. Su esposo trabaja en el campo y menciono otros trabajaos ilícitos. La violaban frente a sus hijos.

Es necesario precisar que a la mayoría de mujeres les costó trabajo hablar de los temas de violencia. Muchas de ellas entraron en crisis de angustia al relatar algunas experiencias de violencia directamente relacionada con su agresor; mencionaban tener bastante miedo de las repercusiones que éste pudiera hacerles por las amenazas, ya sea directamente a ellas, o indirectamente a sus hijos o incluso a su patrimonio. Por lo anterior, fue necesario parar la

entrevista para poder aplicar algunas técnicas de intervención en crisis, para poderlas tranquilizar.

Otro punto que vale la pena recalcar, es el relacionado con procesos terapéuticos anteriores pues esto puede estar relacionado con la adherencia a la intervención, por ejemplo, una de las participantes mencionó no sentirse cómoda en las sesiones terapéuticas que había tenido con anterioridad. Otra de ellas, mencionó que no asiste a las sesiones terapéuticas más de 3 ocasiones, sin embargo, pensará en darse una oportunidad al respecto:

“...pues te voy a decir esto, o sea si me cuesta trabajo, yo sólo voy tres veces al psicólogo y ya no regreso...” – ¿Y aquí harás lo mismo? - No, ósea jajaja, (sube una pierna a la silla y la abraza), yo quiero estar bien, me mandaron aquí del DIF, y pues no sé...” (sic, FA01/20).

Los datos recolectados a través de la entrevista fueron analizados mediante el software Atlas.ti versión 9, que utiliza recursos metodológicos de la Teoría Fundamentada (Glaser y Strauss, 1967). Mediante la codificación abierta, axial y selectiva se pudieron obtener las siguientes categorías: Factores clínicos, Situación de la Violencia, Mujeres en situación de violencia, Fatalismo, Tipos de violencia, Redes de apoyo, Permanencia en la relación. A continuación, se describe cada una de ellas, así como sus subcategorías.

Categoría de Factores clínicos

En la figura 5 se pueden observar las subcategorías correspondientes a los Factores Clínicos, presentes en las participantes. A continuación, se describen algunos ejemplos.

Figura 5 Factores clínicos

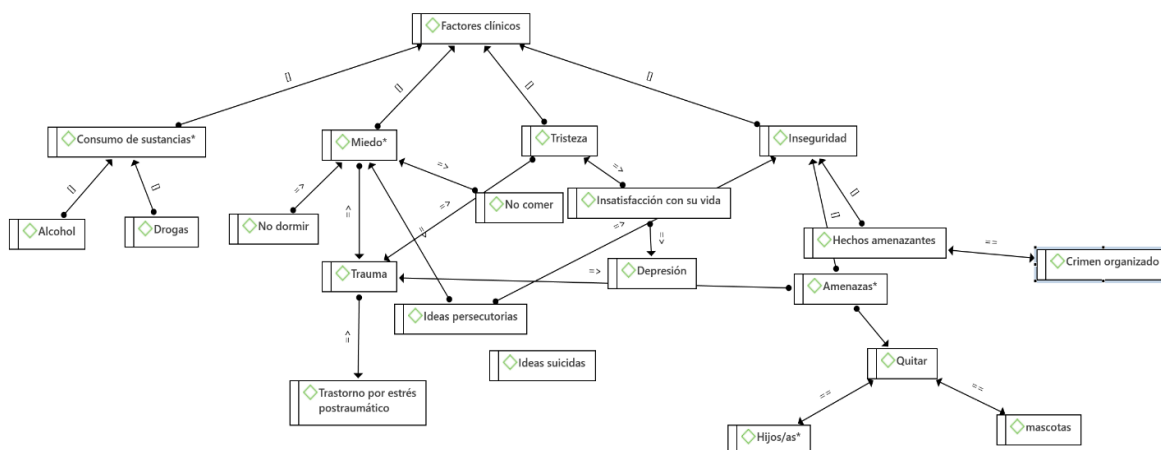


Figura 5 Factores clínicos, (símbolos de los códigos: \diamond contradice; \Rightarrow es causa de; $[]$ es parte de; * } es una propiedad de; $==$ está asociado con).

Adicciones. Las usuarias mencionan tener un consumo de alcohol, tabaco y de otras sustancias como cocaína y marihuana para ejercer algunos trabajos como el Trabajo Sexual Comercial (TSC), ya que según ellas es indispensable para poder llevar a cabo su actividad económica y laboral:

“...luego ya es bien noche y pues uno tiene que estar, mmm pues estar tomando y fumando para poder platicar, y luego que ya viene otro y que quiere platicar entonces tengo que estar despierta...” (sic, BL04/20).

De igual manera algunas usuarias refieren que este consumo ocurre cuando se sienten mal por alguna situación de violencia que han vivido y que en la mayoría de las ocasiones es provocada por sus ex parejas.

Miedo. Han manifestado tener miedo a las situaciones futuras, sensaciones de hipervigilancia y a la incertidumbre. Esto ha ocasionado que no estén durmiendo bien y no estén comiendo adecuadamente; incluso algunas de ellas manifiestan síntomas de un trastorno alimenticio. Explican que tienen estos problemas debido a que piensan constantemente en las amenazas de sus ex parejas o de la familia de estas, como se puede ver en la Fig. 3, esta sintomatología puede desencadenar un trastorno por estrés postraumático.

“...me dice que voy a valer verga, que está bien si mis hijos se quedan sin madre... la otra vez me sacó la pistola y yo que le digo ¡jórale!, si muchos huevos tienes, órale, pero yo pensaba en mis hijos como quiera la grande pues ya le enseñe, pero el chiquito no... si y pues ya me dice pinche puta, perdón Dra., te voy a desaparecer, y a mí sí me da miedo, no él, su hermano porque mueve gente...” (sic, BL04/20). “... yo sólo pienso en que ahorita está bien parado por lo de su trabajo y me dice que tiene amigos en el...y que con la mano en la cintura me quita a mi hijo y yo tengo mucho miedo, me la paso pensando y en la noche lo abrazo a mi niño (llanto), porque él va a entrar a la casa...” (sic, LS03/20).

Inseguridad. Mencionan tener algunas ideas persecutorias, se la pasan pensando en que sus ex parejas o las familias de ellos les van a hacer daño van a ejercer alguna violencia van a ejercer algún acto legal y esto las tiene muy preocupadas. Cabe mencionar que ninguna de ellas ha ejercido un acto legal respecto a la guardia y custodia de sus hijos, por lo tanto, la preocupación es que, al tener sus padres derechos, éstos se los pueden quitar en cualquier

momento. También existen las amenazas al respecto a si comienzan una nueva relación sentimental con otra persona, ya que según sus ex parejas ellas no tienen derecho a rehacer su vida y si ellas lo hicieran se les quitaría a sus hijos.

Las mascotas también repercuten a seres vivos con los cuales sus ex parejas ejercen presión o amenazas ya que algunos son condicionados a morir si ellas no regresan o si ellas no desisten de las demandas legales Por lo cual ella se siente muy preocupadas de que algo les llegue a pasar tanto a sus hijos como a sus mascotas. Algunos de las amenazas son dirigidas no sólo a las usuarias sino a las familias es necesario señalar que una persona ex pareja de una usuaria se dedica al crimen organizado y que las demás ex parejas tienen algún conocido que también está involucrado con el crimen organizado o qué pueden amedrentar a las usuarias con conocer a alguien importante o de un cargo relevante para poderles hacer daño.

Tristeza. Algunas de ellas por las situaciones anteriormente descritas no sólo han tenido pensamientos suicidas, sino que dos de ellas ya han llevado acciones concretas como el consumo excesivo y nocivo de medicamentos o el intentar dispararse con una pistola esto para terminar con su vida pues refieren que no encuentran otra alternativa. Se describen así, algunas emociones como: *miedo, tristeza y estrés* y algunos síntomas relacionados al trastorno de estrés postraumático que comúnmente se relaciona con las víctimas de situaciones violentas.

Se sienten insatisfechas con su vida. Mencionan que, aunque han intentado en algunas ocasiones Salir de la situación de violencia en la cual se encuentran han fallado, y siempre regresan con sus parejas, esto provoca una tristeza profunda que no saben cómo manejar. Además de lo anterior las inseguridades que tienen, ya que mencionan que las personas a su alrededor las juzgan, pero se sienten perdidas al no tener con quien contar. Y, por último, la tristeza se intensifica al mencionar que la calidad de vida que están teniendo, tanto ellas y sus hijos no es lo que esperaban, al estar en un ambiente violento.

También una de las participantes (FA01/20), mencionó que las disonancias cognitivas entre lo que tendría que hacer porque es lo socialmente establecido y lo que quería hacer le generaba una combinación de tristeza y ansiedad. Un psicólogo encargado de la evaluación para el proceso judicial le dijo que debía de comprender a su esposo, no abusaba de ella, era normal y ella debía de acceder a tener relaciones sexuales debido a que estaba en duelo por la culminación

de la relación. Esta normalización de la violencia generaba factores clínicos complejos con los cuales ella tenía que lidiar aunado a la propia condición de violencia.

Categoría de Situación de Violencia

Como segunda categoría mencionaron algunas características de las situaciones de violencia por las cuales estaban pasando. A continuación, **en la Fig. 6**, se describe la situación de la violencia, de acuerdo a cada una de las categorías. Mientras que la anterior categoría trata de algunos efectos vividos por la propia mujer, esta categoría se enfoca acerca de la percepción de ellas en la situación de violencia.

Figura 6 Situación de violencia

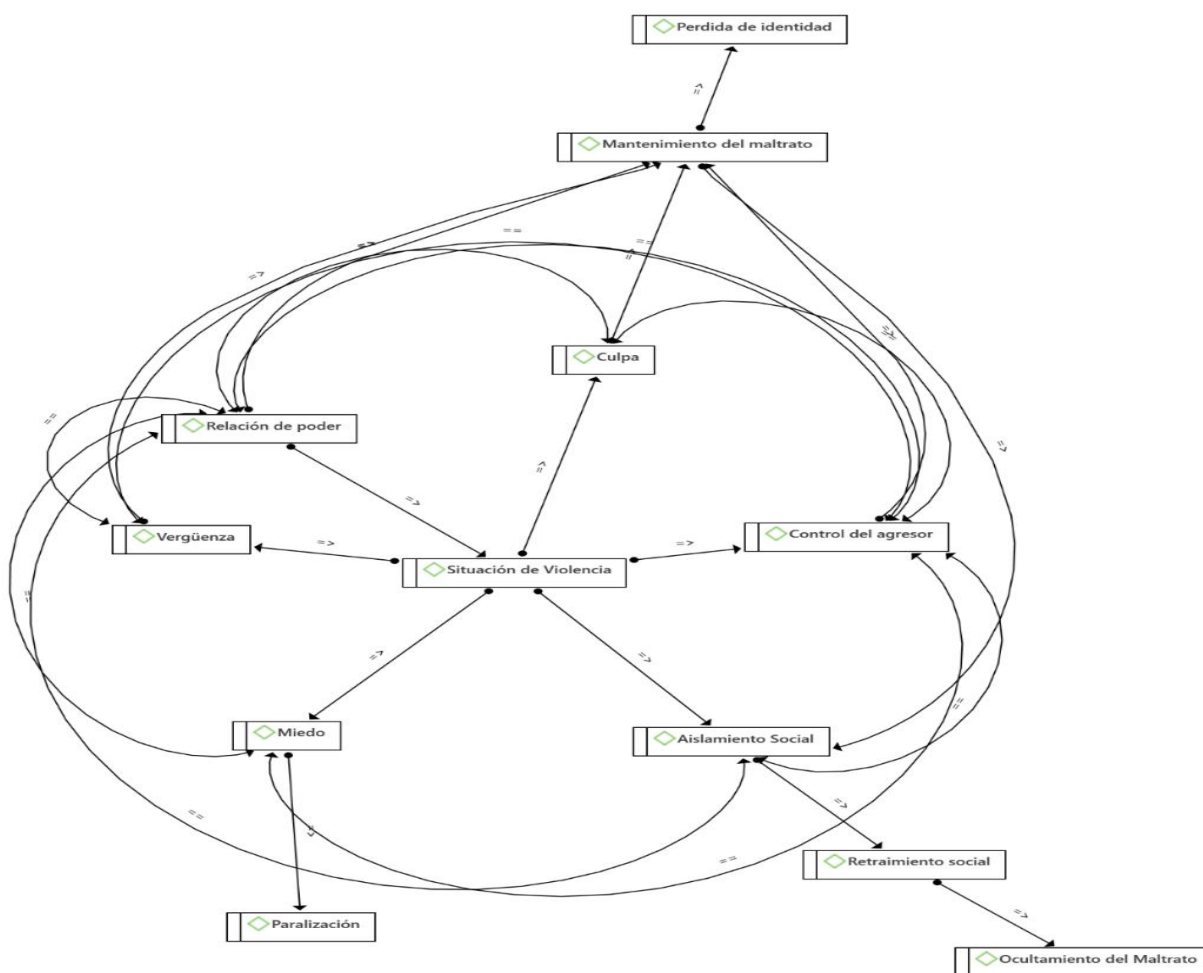


Figura 6 Situación de violencia, (símbolos de los códigos: \diamond contradice; \Rightarrow es causa de; $[]$ es parte de; $*$ } es una propiedad de; $==$ está asociado con).

Miedo

Respecto a la situación de violencia en la cual se encuentran las participantes, refieren tener miedo en cada momento, sobre todo persiste el pensamiento a que se lleven a sus hijos. Describen el miedo como una emoción que las paraliza, y las hace permanecer en la situación de violencia. Como se mencionó en el factor pasado, han introyectado un aprendizaje, aunque tomen decisiones y ejecuten acciones en pro de su bienestar, ellas siempre terminan regresando con sus parejas, mencionan que por los siguientes motivos: 1) por miedo a las repercusiones, puesto que han evaluado que las consecuencias pueden ser mayores y el trabajo de salir y buscar nuevas oportunidades es mayor. 2) por miedo al futuro e inseguridad de lo que vaya a pasar con ellas y sus hijos.

Culpa

Mencionan sentirse culpables debido a esta situación; en varias ocasiones ellas han provocado los episodios violencia al fallar o hacerlos enojar mencionan: “pues es que sí, a veces no me daba tiempo de hacer mis cosas y pues él se enojaba, yo lo entendía quién va a querer una persona así... pues así floja” (*sic, GP05/20*). Por lo anterior consideran que no han sido buenas esposas.

Señalan que no han generado las condiciones pertinentes para salir de la situación o alejar a sus esposos, sin embargo, en este mismo sentido, se genera una disonancia cognitiva, por no generar culpa de la desfragmentación de su familia continúan con sus agresores. Sienten culpa de no salir de esa relación de violencia ya que en anteriores situaciones cuando ellas han querido salir mencionan haber fracasado y esto las hace sentir culpables y avergonzadas. Piensan que han defraudado a las personas allegadas y que ya se encuentran cansadas de la situación.

Las mujeres que están en una situación de violencia se pueden despersonalizar, no pueden identificar sus gustos, lo que quiere, por ello tienen problemas para planear a corto y largo plazo. No imaginan el futuro, se encuentran desorientadas en tiempo y espacio. Se sienten incapaces de tomar decisiones, pues cualquiera que tomen repercute en un daño para ellas. Temen también perder la identidad que conservan, una identidad según ellas construidas por como la ven los otros. Temen sentirse sin vida al sentirse abandonadas y no saber quién se es sin él; temen sentirse vacías.

Vergüenza

En algunas situaciones saben lo que es una violencia y la pueden identificar, dicen que hay mucha información, que incluso ellas son conscientes pero que les avergüenza no poder salir de la situación de violencia, a pesar de que en algunas ocasiones si han tenido recursos y ayuda de otras personas. Cuando eran niñas pudieron identificar estas mismas agresiones en su familia, específicamente de su padre a su madre, y les avergüenza el hecho de continuar viviendo lo que les disgustaba tanto de pequeñas.

Relación de poder

Existe una relación de poder con su agresor pues aun cuando ellas han intentado alejarse de su agresor siempre las condiciona, a veces las terminan convenciendo de permanecer, algunas otras son obligadas y unas más no tienen poder de decisión.

Describen no tener voz en la relación, porque si en algún momento pueden expresar lo que quieren o sienten, son calladas, menospreciadas y devaluadas, por eso creen que es mejor que ellas obedezcan y así generan menos problemas. Mencionan estar cansadas de la persistencia de ese poder en contra de ellas, por ejemplo, a pesar de que ambos tienen derechos para con los niños, ellos son quienes deciden todo lo que va a pasar respecto a ellos, incluso el que vean o no a sus madres, y en cualquier momento ellos se los pueden llevar; al respecto ellas se sienten incapaces de hacer algo. Saben que ocupan estos recursos para poderlas agredir y ellas no creen tener las habilidades para poder llegar a un acuerdo con sus ex parejas.

Control del Agresor

Ellos controlan todo, desde lo que pasa en el hogar, lo que comen, si hay vacaciones hacía donde tienen que ir, en que escuelas van los niños, incluso la marca de sus toallas femeninas, el número de hijos y la parte económica, por ejemplo:

“me decía que era una inútil y que yo no sabía hacer nada, le daba el dinero a mi hija de la semana, si eran \$300 pesos tenía que escribir en una libreta todo lo que gastaba en la semana, así fuera un chicle, y si faltaban dos pesos me pegaba a mí, yo no entendía cómo es que le daba esa responsabilidad a la niña” (sic, GP05, 20).

Aislamiento Social

Ellas se aíslan principalmente por cuatro motivos: a) ellas quieren evitar alguna situación de violencia que se genere con aquellas personas que no están de acuerdo en la relación de poder y de control de sus agresores; b) tienen un sentimiento de vergüenza, esto les hace alejarse de las personas para que no puedan enterarse de la situación por la cual están pasando; c) sus exparejas les prohibieron hablar de la situación de violencia.

Categoría de Mujeres en situación de violencia

Figura 7 Mujer en situación de Violencia

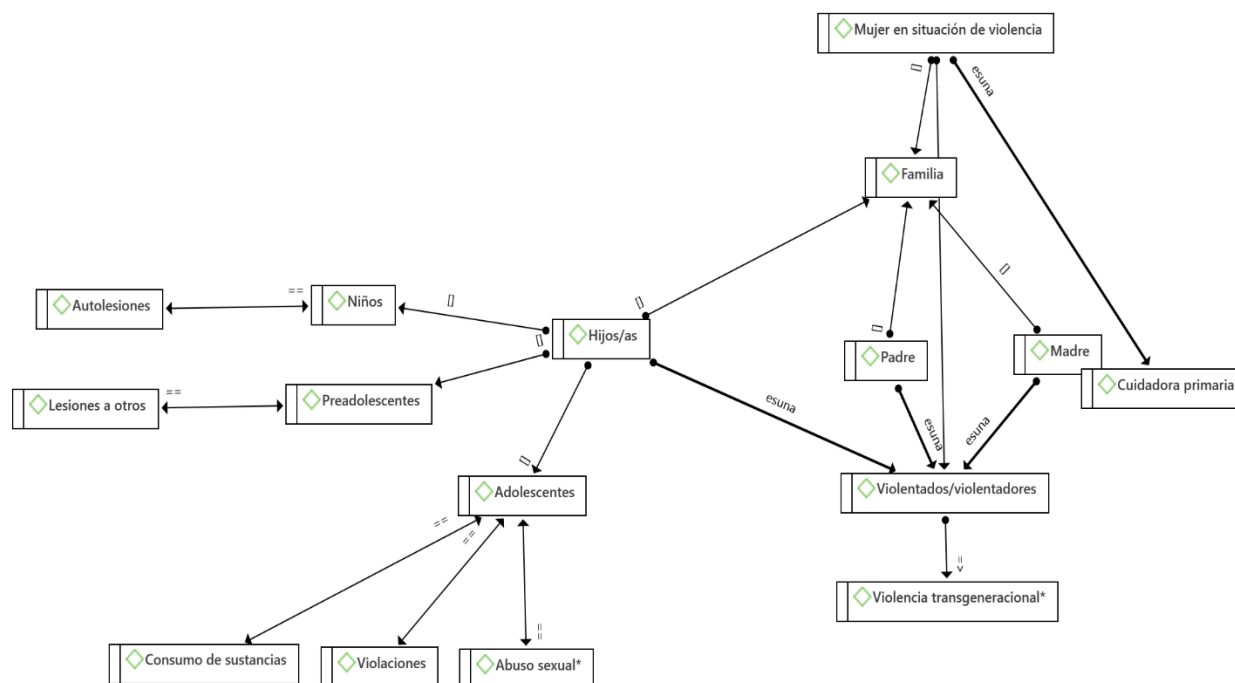


Figura 7 Mujer en situación de Violencia, (símbolos de los códigos: <> contradice; => es causa de; [] es parte de; *)es una propiedad de; == está asociado con).

Hijos

En la categoría pareja ellas ya no viven con su agresor, sin embargo, siguen teniendo contacto por sus hijos; es importante mencionar que en algunas ocasiones los agresores han ocupado este tema, para ejercer violencia en contra de ellas, quitándoselos y chantajeando para

que no los puedan ver en lo que su proceso de guardia y custodia tiene una resolución; pero también, amenazando que se los van a quitar argumentando que las consideran malas madres y negligentes. Una de las participantes relata cómo al ir a una visita para ver a sus hijos el padre de sus hijos la obligo a tener relaciones sexuales:

“ya era tarde, había salido de la tienda donde trabajaba, y fui a dormir a mis hijos, me acosté con ellos y (llanto), ya me iba a la casa de mi amiga y él cerró la puerta me tomo por la cintura y me dijo cállate los vas a despertar, -relata el momento de su violación- en cada momento me decía es que tú quieres, tú quieres perra, por eso vienes, pero yo sólo iba por mis hijos... después lo fui a denunciar y el psicólogo me dijo que lo entendiera, que mi esposo estaba en duelo porque yo lo había dejado y eso tenía que pasar”. (*sic, FA01,20*).

Afirman que lo más importante son sus hijos, incluso se han puesto en situaciones de violencia como el relato anterior, por tratar de que sus hijos estén bien o por estar a su lado. Son parte fundamental de que ellas hayan decidido estar en una situación de violencia, al no fragmentar su familia.

Mencionan que sus hijos son lo más importante para ellas. Así que pudimos encontrar que los niños adolescentes también fueron víctimas de violencia o que actualmente Ellos están ejerciendo violencia ya sea contra sus hermanos o su propia madre o algún otro par. En cuanto a niños pequeños de menos de 5 años se pueden identificar autolesiones, aunque también mencionan que los niños las agreden pegándoles o pegándoles a otras y otros miembros de la familia y hacían primos tíos etcétera. En cuanto a preadolescentes de 7 años a 10 se pueden identificar las lesiones a otras personas incluidas la mamá otro miembro de la familia. En caso de los adolescentes se pueden identificar el consumo de sustancias alcohol tabaco y marihuana a una temprana edad; existe un patrón en cuanto a que ellos han sufrido algún tipo de violencia ya sea una violación o un abuso sexual cuando fueron menores.

Cuando se les pregunta como definen el papel que debe de cumplir una madre mexicana, todas concuerdan con los sacrificios que una madre debe de hacer, incluso el quedarse en una relación donde no son felices. Por ejemplo, como lo describe la participante LS03/20:

“Ah ¿Cómo la definiría?, pues como una madre luchona, trabajadora, que generalmente éste pues le pegan, la maltratan, este no lo reconocen, sus su valor la importancia, porque regularmente a

esas personas las deja el marido, y ya los deja porque les pegan, se quedan con los hijos, luchan con los hijos, este y no son pues, no son reconocidas. Tienen que estar trabajando, no tienen estudios generalmente, entonces este tienen que estar pues luchando y trabajando hasta que los hijos los pueden sacar a delante. ¡Es muy triste! Es el papel.”

Familia

En algunas ocasiones la familia no se convierte en una red de apoyo y son causantes de agresiones; describen que incluso su propia familia al ver las situaciones de violencia que vivían por parte de sus agresores, les pedían que no se separen, pues una mujer divorciada o separada con hijos es muy sensible a sufrir otro tipo de abusos. Estas creencias irracionales hacían que se postergara la decisión de separarse.

Respecto a los padres y las madres de las usuarias ellas narran que también sufrieron violencia o que fueron violentadores. Se describe una violencia transgeneracional ya sea entre padre madre o de padres a hijos, ellas fueron espectadoras de las agresiones violentas en las cuales se relacionaban sus familias y a pesar de poder identificar estas situaciones ellas se convierten en cuidadoras primarias principalmente de su madre. Coinciden en tener problemas con sus madres, ya sea que ésta directamente haya ejercido algún tipo de violencia física o incluso de índole sexual, pero en su mayoría de agresiones psicológicas al menospreciar, subestimar y minimizar la situación por la que pasan, e incluso hasta llegar a humillaciones; mencionan que en algunas ocasiones las madres vivieron también algún tipo de violencia de pareja. También pueden identificarse como agresoras de sus propios hijos al no tener las habilidades de comunicación asertiva.

Categoría de Tipos de violencia de pareja

En la categoría de tipos de violencias de pareja presentan cuatro manifestaciones (física, sexual, emocional y económica). A continuación, se describe cada una de ellas, así como la combinación de las mismas.

Figura 8 Tipos de violencia

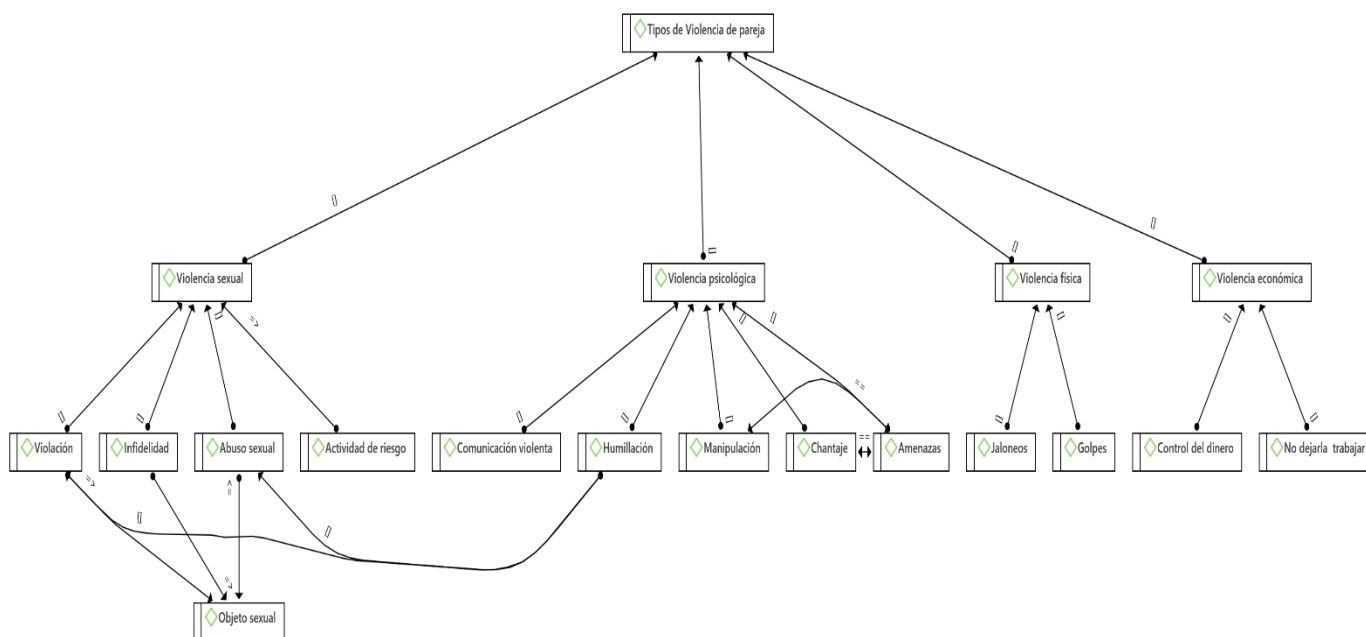


Figura 8 Tipos de violencia, (símbolos de los códigos: <> contradice; => es causa de; [] es parte de; * } es una propiedad de; == está asociado con).

Violencia sexual

En agresiones sexuales mencionan haber llegado a ceder en algunas ocasiones cuando ellas no querían y haberse sentido obligadas y humilladas a realizar actos de índole sexual que no querían realizar; en algunas ocasiones estas agresiones sucedían enfrente de sus hijos y siempre terminaban haciendo referencia a que no servían como mujeres o las señalaban de tener otras parejas con las cuales mantenían relaciones sexuales. Tal como se puede identificar en el siguiente relato:

“es que yo le decía que no quería tener relaciones sexuales, no sé, no me sentía bien y pues más me pegaba, por eso ya luego a veces me aguantaba y ¡órale!, me bajaba mi calzón, de todas formas, ya ni sentía, lo que si me dolía es que mis hijos estaban ahí y veían y yo nomas cerraba mis ojos...” (sic, GP05/20).

En otras ocasiones mencionan que era una forma de tenerlos contentos, además que ellas creían que así los podían controlar, además de la manifestación de varios tipos de violencia al mismo tiempo, tal y como menciona la siguiente participante, al relatar una experiencia sexual:

“yo decía que eso tenía que ser, pues de que lo hiciera con otra y anduviera buscando ahí afuera y me pegara algo a que lo hiciera conmigo, pues ya, pero no me gustaba, me jalaba mi pelo y siempre me tenía que marcar...decía que así se marcan a las putas, pero yo no era una puta, yo era la mamá de sus hijos”, (*sic*, GP05/20).

Violencia psicológica

Las humillaciones psicológicas son amplias, pero coinciden en humillaciones, menospreciar, sobajar y manipulaciones. Estas en su mayoría encaminadas a un pensamiento recurrente, hacerlas creer que eran poco importantes y fuera de la relación con ellos no pueden realizar nada: “Esto es lo que nos hace estar en la relación, es algo psicológico que nos hacen creer que allá afuera no somos nada” (*sic*, BL04/20).

En algunas situaciones utilizan algunas situaciones de violencia que vivieron para hacerlas sentir mal, manifestando que siempre ellas son las responsables de lo que les sucede y que los demás las tratan mal, por ejemplo, el secuestro de la paciente FA01/20, su ex pareja mencionaba que ella lo había provocado pues consideraba que le gustaba que la trataran así. O como se puede apreciar en el relato de una participante

“yo veía que él no le echaba ganas, o luego me decía es que no te quieres parar porque eres una huevona, este pues había cosas que me lastimaban, cosas que él me mencionaba de mi pasado” *sic*, LS03/20.

El miedo y la culpa están presentes como se pudo identificar en anteriores categorías. Ellas sienten miedo y se minimizan o dejan de realizar acciones aun y cuando ya no son pareja, para “cuidar” su imagen y no causar problemas, por eso es que, aunque algunas quisieran tener una relación se limitan a hacerlo. Se sienten culpables de la situación en la que se encuentran, creen que su comportamiento propicio las agresiones.

Violencia física

En las agresiones físicas se describen: jalones, cachetadas, golpes de puño cerrado, cortadas y en una ocasión el desgarre o lesiones en el área genital provocadas por la violencia sexual. La mayoría de violencia física se hacía en lugares del cuerpo de ellas donde no fueran tan visibles, esto para que las demás personas no las llegaran a ver y pudieran recibir ayuda.

Este tipo de violencia también se ejercía para control, en algunas ocasiones les apretaban el brazo, para que no hicieran o dijeran algo en específico, frente a otras personas. En algunas ocasiones los golpes no sólo eran para ellas sino también para los hijos que se metían a defender a su madre. También caso contrario, cuando los hijos eran castigados, las golpeaban a ellas.

Debido a estas manifestaciones y formas de comunicarse, algunos incluso tienen carpetas de investigación, sin embargo, mencionan las participantes que no hicieron nada. Cuando ellos las agredían o amenazaban con golpearlas, llamaban a la policía; sin embargo, no llegaban o si iba la autoridad no hacían nada, y las repercusiones eran más graves.

Violencia económica

Como se puede identificar en subcategorías anteriores donde se habla de relaciones de poder, y control por parte de sus parejas, ellas mencionan no tener el control de la parte económica de su hogar, ya que viven muy limitadas y si se necesita cubrir un gasto, se debe de pedir la autorización de él, incluso para cosas mínimas, si él no está de acuerdo entonces simplemente no se compra o se adquiere.

Sólo dos de ellas trabajan, las demás no lo hacen, debido a que, en su trabajo tenían que estar contestando llamadas de él o las iba a buscar, lo cual hacía que descuidaran su trabajo y que decidieran no trabajar, para evitarse problemas. De las que si trabajan consideran que ellas aportan más que sus parejas y que el trabajo en casa y las exigencias de sus esposos a veces no las dejan cumplir con sus labores.

Categoría de Redes de apoyo

En la identificación de las redes de apoyo tenemos dos principales subcategorías. El apoyo primario: que comprende a todas las personas con las cuales las mujeres tienen una convivencia directa y cercana y que puede existir un vínculo afectivo. Mientras que el apoyo secundario hace referencia a todas las instituciones que podrían ayudar a la mujer en situación de violencia, con las cuales no hay vínculos afectivos ni directos, sin embargo, si velan por hacer valer sus derechos. A continuación, en la Fig. 9 se pueden apreciar las categorías.

Figura 9 Redes de apoyo

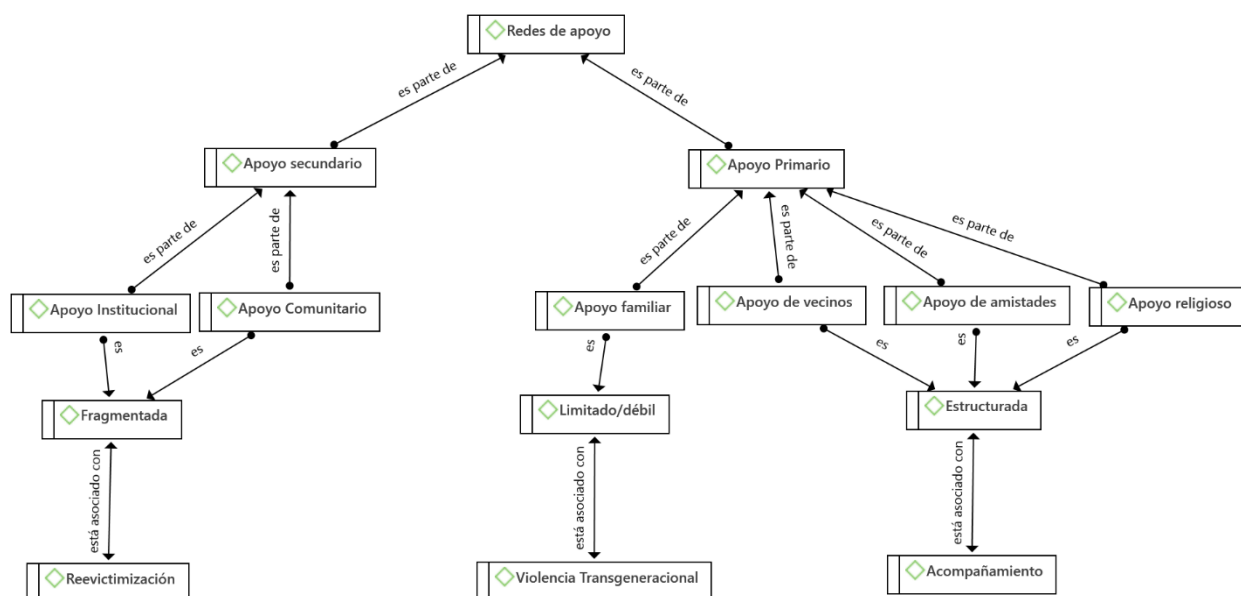


Figura 9 Redes de apoyo, (símbolos de los códigos: <> contradice; => es causa de; [] es parte de; * } es una propiedad de; == está asociado con).

Apoyo Primario

En cuanto a las redes de apoyo estructuradas se encuentra el apoyo religioso ya que ellas mencionan que tienen un papel activo dentro de la iglesia ya sea al asistir o estar colaborando. Son de religión católica cristiana y testigo de Jehová. Una de ellas incluso menciona el haber sido expulsada de una de estas congregaciones religiosas debido a el TSC que ella ejerce, y al no cumplir con los valores y principios religiosos de su iglesia, sin embargo, esto no la detuvo para que ella pudiera asistir a tomar las misas que se hacían por Zoom de su iglesia, con otra cuenta que su padre le proporcionaba.

Mencionan tener redes de apoyo de amistades estructuradas, por lo menos cada una de ellas puede identificar a un vecino o a un amigo quién las acompaña o quién las alienta en esta situación de violencia o incluso, son estas personas las que les otorgan información para poder pedir ayuda a las diversas instituciones que existen. Tal y como se ve con la participante sic, LZ02/20:

“Pues por ejemplo ahorita me ayuda mi amiga...me da un día de trabajo, eso es bueno confía en mí porque yo tuve un trabajo anterior y mi jefa por ejemplo al inicio pues todo bien, entonces cuando empezó a estar mal, ella empieza a decirme este ¡Voy a creer que eres una tonta, no te fijas, este hora vete caminando desde aquí a tal lado a dejar esto vete caminando ya a la hora del sol, este a todos a todos les pagaba su combi y a mí no me la pagaba, es una forma de cuando ella ya no quería la gente trabaje con ella...”

Por otro lado, mencionan que el apoyo familiar es limitado o débil esto debido a la presencia de una herencia transgeneracional, en la cual ellas fueron violentadas o ellas presenciaron la violencia de sus padres a sus madres todo ello en cuanto al apoyo primario. De hecho es con la familia quienes ellas consideran que serían los últimos a los cuales ellos recurrirían para poder pedir ayuda.

Apoyo Secundario

En cuanto al apoyo secundario mencionan que tanto el apoyo comunitario como institucional es una red de apoyo fragmentada esto debido a que en algún momento ellas han

acudido a presentar alguna denuncia o pedir ayuda a las autoridades correspondientes, y estos les han negado la ayuda o las han hecho sentir mal. En una ocasión una de ellas menciona Qué es un propio psicólogo el que la revictimiza al mencionarle que ella no se tiene que comportar mal con su ex pareja aun cuando ella pueda agredir sexualmente ya que debe de comprender qué le está pasando por una situación de duelo.

Categoría de Fatalismo

En esta categoría se pueden identificar algunas subcategorías tales como: Suerte, Control Divino, Destino, Locus de Control Interno y Pesimismo. A continuación, en la Figura 10, se pueden visualizar de mejor manera como es la relación entre ellas.

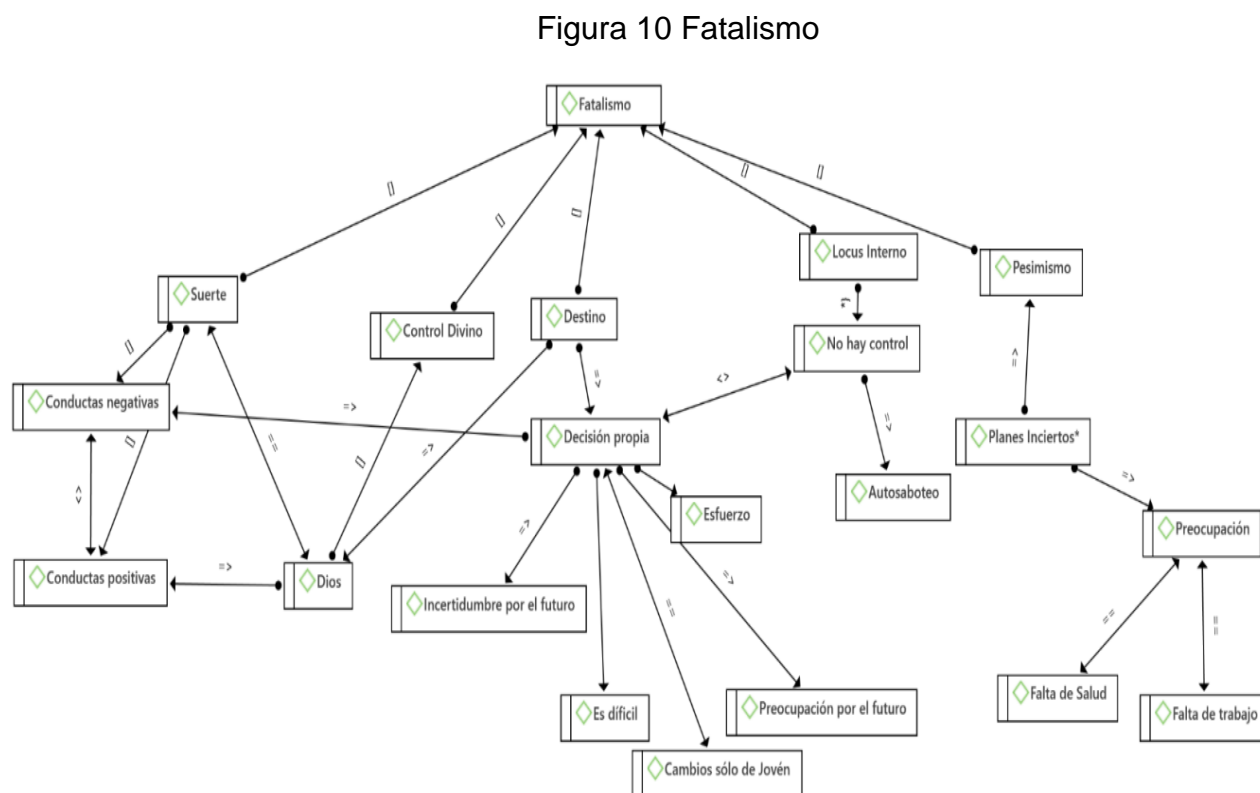


Figura 10 Fatalismo, (símbolos de los códigos: \diamond contradice; $=>$ es causa de; $[]$ es parte de; $*$ es una propiedad de; $==$ está asociado con).

Suerte

Creen en la buena suerte, pero piensan que a ellas no les ha tocado aún, pues su vida está llena de conflictos. "...Me iba bien pero nunca fui fanática de la suerte, yo nunca creí en esas cosas porque aparte de eso yo nunca me saco nada, es difícil, quizás para otras personas, pero para mí ya no..." (sic, LS03/20).

Pueden identificar que existe la posibilidad de cambiar la situación por la cual se encuentran sin embargo no saben cómo hacerlo y sienten desesperanza y desesperación. Por más esfuerzo que han realizado no pueden cambiar y han tenido varias recaídas al repetir patrones o regresar con sus agresores. Mencionan que el esfuerzo de comenzar de nuevo en una situación es mayor a la poca recompensa que sienten que pueden obtener. Cuando pasan cosas positivas en su vida, se las atribuyen a Dios, pero cuando pasan negativas se las atribuyen a sí mismas. Por ejemplo, una participante dice al respecto: "Pues cuando pasa algo positivo, pues digo Dios se está acordando de mí y Dios me está ayudando pues se está acordando y dice la voy a ayudar porque si no está que va a hacer." (sic, LZ02/20).

Control Divino

En cuanto a las ideas fatalistas, mencionan que hay un destino escrito, en el cual las cosas no suceden al azar si no porque ya están dichas. En algunas ocasiones en las que ellas han podido elegir salir de su relación, al final no lo terminan haciendo. Dicen que "porque así es la vida" ... "porque así lo quiso Dios" ... o "por qué luchar contra lo que ya es".

A pesar de pertenecer a diferentes religiones (católica, cristiana, testigo de Jehová), el peso de Dios es muy importante para ellas, cuando pasa algo positivo en sus vidas se lo atribuyen a Él; y cuando pasa algo negativo se lo atribuyen a las decisiones que ellas pueden tomar, permitiendo una situación de autocastigo. Su participación en estas religiones es activa, aunque debido a la pandemia las actividades se han limitado.

Cabe mencionar que no siempre es un Dios al que se le asigna el control. A veces dejan la responsabilidad en otro ya sea un santo como la Virgen María o un San Judas Tadeo, o también en sus padres o en la propia ex pareja. A veces esta decisión es por comodidad, otras tantas por

no tener opción, y otras más por no generar pleitos, ellas terminan cediendo y el control de situaciones mínimas a complejas esta en otro y no en ellas.

Locus de Control Interno

En cuanto a tener el control de su vida, mencionan que no lo tienen y les gustaría tenerlo; sin embargo, en algunas decisiones importantes han deslindado la responsabilidad a otros, porque no se sienten capaces de tomar decisiones por sí solas. El que haya aceptado un proceso psicológico ya sea porque las referenciaron o por iniciativa propia es un avance significativo en sus vidas. Cuando ellas pueden decidir qué hacer, puede existir un autosaboteo, ya que existen pensamientos sobre si sus decisiones son correctas, y mencionan no tener confianza en ellas mismas tal y como lo menciona una de las participantes:

“ Hummm no. No porque yo estoy pasando por una situación de depresión, estoy mal, me veo mal y entonces hay muchas cosas que yo no puedo no puedo sola, qué cargo muchas cosas muchos problemas y finalmente pues no puedo sola no tengo el control, necesito mucho empuje mucha ayuda... No tengo una estabilidad económica... pues yo ya no comía, ya no muchas cosas y yo decía Dios mío, ya recógeme porque ya no quería vivir como hace unos 6 meses” (sic, BL04/20).

Destino

Existe un destino incierto del futuro, como ellas no tienen la capacidad de decisión, no saben hacia dónde dirigirse conductualmente. Es complicada, requiere esfuerzo y mencionan que sólo cuando se es muy joven pueden tener la oportunidad de tomar decisiones. No hay control de sus planes a corto plazo ni mucho menos a largo plazo. Las preocupaciones del futuro son constantes, pero en su mayoría tienen que ver con las de falta de salud y falta de trabajo, todo ello repercutirá a tener un mejor bienestar para cuidar a sus hijos. Una de las participantes menciona que necesita de Dios para poder cambiar su destino:

“(Silencio), pues yo creo que sí, nada más que necesitas mucho apoyo de, pues de la gente que está a tu alrededor porque uno sólo no puede. Y claro, que con la ayuda de Dios. Primero con la ayuda de Dios y luego con la gente que te, que te rodean y que en realidad pues te demuestran su apoyo que te ayudan. “(sic, FA01/20)

Pesimismo

Sus expectativas de que lo que vaya a pasar en el futuro son muy bajas o en algunas ocasiones nulas. Mencionan un estado de conformismo, esto debido a que en muchas ocasiones han intentado hacer cosas que las favorezca, pero siempre termina saliendo mal, o al menos es lo que ellas perciben, ya que se enfocan en características negativas, o en los errores que cometen más que en los aciertos.

Han aprendido este estado como una forma de defensa, “no esperan nada bueno, así no se desilusionan de los resultados”. También tiene que ver con los pensamientos que otras personas les han introyectado. Pensamientos que afectan su seguridad, y encaminados a tener control tal y como se percibe en el siguiente ejemplo donde una participante menciona lo que su ex pareja le comentaba para permanecer en su relación:

“... y cuando estaba de malas me decía, pues si de todos modos no tienes nada, este de todos modos tú mamá no te quiere, tu familia no te quiere, aquí tienes aunque sea un techo pobre, pero pues aquí no te mojas y tú ya no tienes nada, nada que este eh no tienes nada qué esperar, entonces pues como que yo, me dolía mucho lo que me decía, y creía que no tenía nada, ni ganas de salirme de ahí...” (sic, BL04/20).

Mencionan que a veces si tienen un poco de esperanza de que todo pueda estar bien, sin embargo todo está bajo el control divino. Cuando ocurren este tipo de pensamientos pesimistas, tratan de ocultarlo, porque no es socialmente correcto, en un mundo en que la superación personal y la búsqueda de éxito sobresale, sin embargo concuerdan en que es una gran forma de ser, que es realista y que al final el poder aceptar las circunstancias tal cual vengan es lo que se debe de hacer y es una cualidad que refleja fortaleza.

Categoría de Permanencia en la relación

En esta categoría se describen algunas subcategorías que acompañan la decisión de permanencia en una relación violenta, tal y como se puede visualizar en la Figura 11, se describen las subcategorías.

Figura 11 Permanencia en la relación

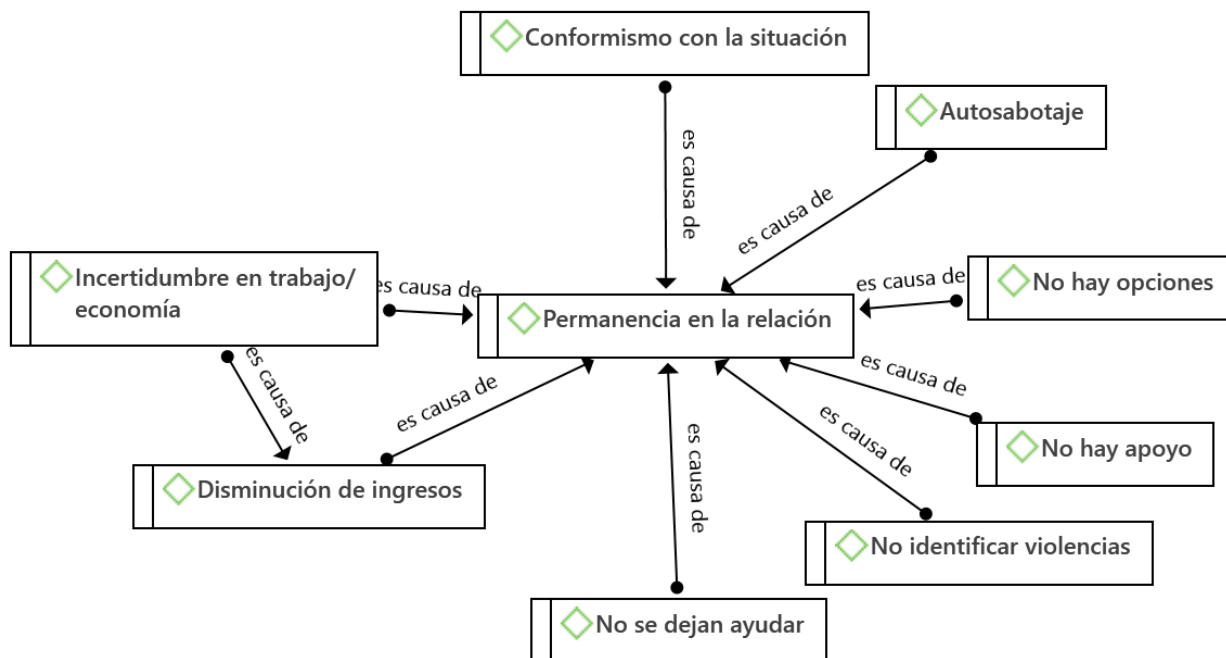


Figura 11 Permanencia en la relación, (símbolos de los códigos: <> contradice; => es causa de; [] es parte de; *} es una propiedad de; == está asociado con).

Mencionan que una de las causas principales por las cuales permanecen en la relación de violencia es porque se ven limitadas económicamente y no quieren que sus hijos pasen limitaciones. Incluso hacen comparaciones con su infancia y las carencias que tuvieron de pequeñas. Por otro lado, como lo vimos en categorías anteriores como la de violencia económica y relaciones de poder, existe un control por parte de sus agresores, y ellas no pueden disponer de dinero o incluso les exigen no tener un trabajo para no tener relación con otras personas, o evitar celos.

No ven la posibilidad de poder trabajar pues no tienen redes de apoyo que les puedan ayudar a cuidar a sus hijos. Causa incertidumbre el tema del trabajo, ya que se ven limitadas, al mencionar que no tienen las capacidades, pues debido a las inseguridades que tienen ven limitadas estas cuestiones; también mencionan que no tienen tiempo ya que las labores domésticas y el cuidado de los hijos las limita a buscar trabajo.

Conformismo con la situación

Piensan que no hay una vida más allá de la que les tocó vivir no hay más opciones y ellas tienen que soportar las situaciones por las cuales están pasando aunque en varias ocasiones mencionan que ya no quieren vivir eso pero no encuentran salida. Existe una disonancia cognitiva pues resulta complicado saber que se sienten mal y no poder hacer nada, o no tener opciones de salida.

“ Si me gustaría comenzar de cero, pero no puedo, por mis hijos no puedo... si hay oportunidad pero sólo para las que son jóvenes, una pues ya no, una se queda con lo que hay, y dices ya ¿para qué?, nomás que mis hijos crezcan bien ya una como quiera ya vivió” (sic, GP05/20).

No identifican violencia

Aunque parecieran evidente los ejemplos de violencia que se pueden manifestar por parte de las otras personas, la mayoría de mujeres en situación de violencia no pueden identificar violencias. Las cinco participantes concuerdan en que les cuesta trabajo poder identificar las violencias psicológicas, violencias económicas, y violencias patrimoniales y a pesar de que en su discurso esta explicito ellas no saben que lo están viviendo.

Tres participantes tuvieron agresiones sexuales cuando eran niñas, una por su hermano, otra por su padre; mientras que la última fue en la etapa de adolescente cuando la secuestraron. Todas concuerdan en que el tener relaciones sexuales con sus parejas aun y cuando ellas no quieran hacerlo o les pidan realizar prácticas que no van de acuerdo con sus principios y valores, son actividades que corresponden como esposas.

La naturalización de los tipos de violencia ocurre en los anteriores ejemplos, mientras que para la violencia física, les cuesta poco trabajo identificarla, porque mencionan que es algo evidente. Sin embargo, en su discurso se puede observar que aunque sea una práctica que pueden identificar perfectamente, ha perdido asombro y lo pueden percibir como algo cotidiano, algo que es común y a lo cual no hay que darle tanta importancia, tal y como lo describe una participante:

“Y me puso la pistola en mi nuca, me pateo y yo tenía un montón de sangre, ni veía nada, me pateo y me dejo ahí tirada...yo no tenía dinero para regresarme a Morelos, unos chicos me trajeron y ya que pongo mi denuncia, pero pues no hicieron nada, como siempre no hicieron nada...yo dije bueno ¡gracias a Dios!, a los chicos y seguí...ni la policía hizo nada, yo ¿qué iba a hacer?...no no fui al hospital, jajaja ya sé que ponerme, lo bueno que ya no se me ve, ¡mira!...” (sic, BL04/20).

No se dejan ayudar

Mencionan que es muy complicado que una mujer víctima de violencia se deje ayudar por muchos motivos sociales y personales. También existe el conformismo de la situación y a veces resulta cómodo no darse cuenta, o evitar hablar de lo que pasa en los hogares. En algunas otras ocasiones no se dejan ayudar para evitar que más personas se involucren y pueden causar un conflicto con sus parejas, por ejemplo:

“Pero yo les decía pues si pero es la mente, la mente no tiene ganas de nada. No es fácil decir órale ya párate ya como si nada, a mí se me ha hecho muy difícil y no es que me haga yo mensa sino que es algo incontrolable, y digo quien me va a ayudar, sólo Dios” (sic, LS03/20).

No hay opciones/ autosabotaje

Como lo hemos visto en otras categorías y subcategorías, mencionan no hay opciones de salida de su situación de violencia y de las crisis que se relacionan con ellas. Ya están cansadas, porque han aprendido que hagan lo que hagan no hay salidas. Hay poca confianza en sus elecciones, si es que en algún momento tienen la oportunidad de poder elegir, aunque a veces son ellas quienes prefieren evitarlo, porque mencionan tener un bajo autoconcepto.

No hay apoyo

Mencionan sentirse solas, sin redes de apoyo. En algunas ocasiones han pedido ayuda, pero es la propia gente que no la entiende o que las deja solas. Mencionan no conocer otras instituciones o grupos que las puedan ayudar, y las que se han encargado de ayudarlas en muchas ocasiones las critican o las han hecho sentir mal (revictimizan), por eso en muchas ocasiones son ellas quienes no permiten el apoyo.

A continuación se presenta la categorización del estudio 1, con la cual se desarrolla la intervención

Tabla 14

Categorización del Diagnostico

Categoría	Subcategorías
Pareja	Ya no viven con el agresor
Familia	Lo más importante son sus hijos. La violencia es por parte de la madre, hermano.
Maternidad	Lucha por sus hijos, entrega, hacer todo por ellos. Madres abnegadas que hacen sacrificios por sus hijos. Resignación a ser cuidadoras primarias de su madre.
Violencia	Violencia emocional, física, sexual y económica. Se sienten culpables
Control Divino	Católica, Cristiano (Creyentes, papel no activo) La Fe se deposita en Dios
Fatalismo/LI	Destino incierto (No hay control) No se puede cambiar/ sólo Dios puede
Positivismo	Positivo a Dios y un poco al esfuerzo propio/ Negativo a la vida
Futuro	Preocupación, tener Salud/ Trabajo
Redes de apoyo	Familia, amigos. Nunca se enteraron de la violencia (culpa/soledad/repercusiones)
Suerte	Si creen pero no la han vivido
Consumo	Ninguno
Sentido de vida	Está en otros. Hijos, perros
Categoría	Subcategorías
Factores clínicos	No duermen bien. Se sienten tristes. No se sienten completamente seguras
Identificación de la situación de Violencia en otras personas	Saben lo que es violencia. Las mujeres en situación de violencia no se dejan ayudar pero hablaría con ella.

5.3 Programa de Intervención Comunitaria en Mujeres en situación de violencia en Cuautla Morelos

Presentación de la Intervención

La presente intervención con un enfoque cognitivo conductual se elaboró a partir del análisis de los resultados obtenidos mediante las entrevistas que se realizaron a 5 mujeres que son atendidas en la Instancia de la Mujer de Cuautla Morelos y que se encuentran en una situación de violencia; mediante el análisis crítico de la bibliografía sobre: cuestiones de Género, Violencia, Fatalismo, Autocuidado y una amplia revisión sobre intervenciones psicológicas en

dicha población se propone la siguiente intervención “Covid-19: Atención a mujeres en situación de violencia en Cuautla Morelos”, para trabajar con dicha población.

Su diseño y desarrollo se fundamenta en los modelos de intervención psicológica que se implementan en el estado de Morelos conforme los estatutos de la “Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia” (2018), la Norma Oficial Mexicana NOM-046-SSA2-2005 (2009) y el Modelo Integrado para la Prevención y Atención de la Violencia Familiar y Sexual (Del Rio y Machetti, 2009). Así como, a los estudios de Walker (1994), descritos en la Terapia de Sobrevivientes.

De acuerdo a las características de la población se trabajará con mujeres que se encuentran o encontraban en una situación de violencia extrema, por lo tanto el número de sesiones se relaciona con el número de sesiones de terapia breve. Se aborda también desde la Terapia Género-Sensitiva en cuanto a la descripción del perfil de psicólogo que trabaja con población en situación de violencia. Es necesario la formación relacionada a género y la preparación para poder intervenir en episodios de crisis, ansiedad, depresión e incluso relacionados a pérdidas.

Este programa de Intervención propone ser una contribución para aquellas investigaciones de mujeres en situación de violencia pero también para aquellas investigaciones que trabajan con las ideas fatalistas. Estas sesiones que se proponen corresponden a un desarrollo psicosocial de la persona y enfatiza en acciones psicoterapéuticas enfocadas en promover cambios que mejoren las condiciones de vida de las mujeres. Asimismo el objetivo fue que se evaluará la eficacia de un proyecto de Intervención elaborado a través de las necesidades de las usuarias de la Instancia de la Mujer en Cuautla Morelos donde se buscaba potenciar el autocuidado y retomar habilidades cognitivas y conductuales, que busquen la posibilidad de cambiar aseveraciones fatalistas de sí mismas y de la situación de violencia que enfrentan buscando el bienestar personal junto con el profesional, contribuyendo a un adecuado nivel de cohesión e identidad psicosocial.

A continuación se describen el objetivo general y las principales características del programa de intervención. En el Anexo se presentan los protocolos de cada una de las sesiones organizados en guías del terapeuta y fichas del paciente. En ellas se detallan los objetivos de cada una de las sesiones y las técnicas y actividades previstas para alcanzarlos.

Proceso de diseño del Programa

Se presentó ante la maestría de la Facultad de Psicología perteneciente a la Universidad Autónoma del estado de Morelos, una propuesta de intervención, después de ser aceptada, se inició un acercamiento con la comunidad de la Instancia de la Mujer en Cuautla, que durante un periodo de 2 años fueron atendidas de manera terapéutica. Se invitó a las mujeres de la Instancia de la Mujer a participar en el estudio, mediante carteles con el título “Había una vez... ahora ya no”. Las participantes fueron invitadas a través de una junta informativa, donde se les brindó toda la información pertinente como: tiempo, daños, costos, beneficios, consecuencias, derechos como participante de una investigación e intervención psicológica y posteriormente se les solicitó la firma del consentimiento informado (anexo A).

La *primera fase* de dicha investigación fue el *diagnóstico estudio 1* donde a través de una entrevista breve semiestructura, se pudo conocer su percepción sobre la violencia y su relación con el fatalismo. Se grabaron dichas entrevistas mediante el consentimiento de las usuarias y se transcribieron para generar categorías que sirvieron para generar la *segunda fase* que fue la *intervención estudio 2*. Se propone una llamada o sesión para poder realizar un seguimiento a los 3 meses una vez concluida la última sesión.

Objetivo general del Programa

Evaluar la efectividad de la estrategia de intervención aplicada a mujeres que han vivido violencia de Género de la Instancia de la Mujer de Cuautla, Morelos.

Población objetivo

Cinco mujeres que se encuentren en situación de violencia y que la situación tenga las características de entrar en el concepto de Terrorismo Intimo

Estructura del Programa

El programa está diseñado en 12 sesiones, la primera sesión es para que las mujeres puedan identificarse como personas en situación de víctima mediante técnicas adaptadas de Psicoeducación (Anderson, 1980). Después una vez que la mujer se haya identificado como víctima se pretende que pueda identificar todas aquellas manifestaciones de violencia, así como a las personas violentas para revalorar el tipo de relación que tienen y proponer soluciones. Esto

implica que no sólo podrá identificar los tipos de violencia que corresponden con su familia sino también los que corresponden con otras esferas de vida, familiar, laboral y social.

Se propone la utilización de técnicas de Razonamiento Emocional, como la Terapia Focalizada en las Emociones Greenberg (2002) para enseñar a las participantes a expresar y darle nombre a lo que ellas no pueden identificar como son algunas situaciones de violencia, así poder identificar las emociones. Esta técnica fue usada antes para nombrar el enfoque de terapia de pareja (Greenberg & Johnson, 1988). Se utiliza tanto en terapia individual como en terapia de pareja; se trabaja a través de tres fases, y en este estudio se adaptó a problemáticas de violencia que tenían las participantes, para promover la expresión de emociones como: el miedo, la vergüenza, la tristeza, y trabajar en su transformación a situaciones más adaptativas, a continuación se describen las fases:

Fase 1: Vinculación emocional y toma de conciencia, donde se busca validar aquellas emociones que han estado ocultando.

Fase 2: Evocación y exploración., donde se evocan sentimientos problemáticos, esta reflexión ayuda a crear significados y desarrollar una narrativa para explicar una experiencia.

Fase 3: Transformación y generación de implica que las mujeres en situación de violencia o sobrevivientes de ellas puedan generar una transformación de emociones desadaptativas primarias tales como el miedo, la tristeza y la vergüenza, descritas en el estudio 1 (Greenberg, 2002).

Es importante trabajar con la seguridad y prácticas de autocuidado, por ello se utiliza el Plan de Seguridad Personal (Claramunt, 1999). Con este plan se busca contribuir con la protección de las mujeres en contra violencia. Para ello se incorporan 9 pasos: 1) Seguridad durante un incidente violento; 2) Seguridad y preparación para irse; 3) Seguridad en mi hogar; 4) Seguridad y órdenes de protección; 5) Seguridad en el trabajo y en público; 6) Seguridad y su relación con alcohol y algunas drogas; 7) Seguridad y salud emocional; 8) Protegiendo a mis hijos; 9) Artículos importantes.

Esta técnica se adaptó en cuanto al lenguaje, para que las participantes pudieran usarlo, también se incorporan actividades que ellas propusieron hacer de acuerdo a cada situación y a sus posibilidades. Se incorporan prácticas también para trabajar con los niños, ya que hay que

resolver situaciones como: las escolares, los amigos, guardería y sobre todo tener conocimientos de asociaciones que ayuden y protejan a los menores.

En esta sesión no sólo se busca la protección en cuanto a temas de seguridad, sino también la incorporación de redes de apoyo al poder identificar y describir a personas, grupos e instituciones que puedan ayudar en una situación de violencia. También se busca acercar a las mujeres a Instituciones que procuren su seguridad como los Centros de Justicia, donde ellas pueden poner denuncias o demandas en contra de sus ex parejas, por los delitos de violencia, y por pensión alimenticia, buscando y procurando su bienestar y acercándola a personas que no la revictimicen. Aunque estas sesiones están descritas de una manera ordenada, dependerá del psicólogo replantear el orden en el cual se pueden llevar a cabo estas sesiones dependiendo de la situación y la emergencia de ponerse a salvo tanto emocional como físicamente.

Se incorporan sesiones para poder cambiar aseveraciones fatalistas de la situación por la cual están pasando, primero reconociendo aquellas creencias irracionales de los demás y luego las propias. Para poder valorar que esas creencias en lugar de ayudar a una persona, causan malestar, se propone cambiarlas a ideas más adaptativas. Para ello se emplea la Reestructuración Cognitiva de Ellis (1989), mediante la transformación de creencias irracionales, se le ayuda a cada participante a detectar las creencias sobre la identidad femenina, estereotipos y mandatos; transformar sus fantasías y guiones amorosos que potencializan una desigualdad o relaciones de poder. Así mismo, se le pide analizar expectativas amorosas, mitos, falsas creencias y fantasías erotizadas y a su vez buscar comportamientos más adaptativos mediante ideas racionales y la validación de las mismas. Poco a poco la participante comienza a tomar propias decisiones, y se le reconoce para comenzar a trabajar la seguridad en ellas.

Mediante técnicas como la de Costo Beneficio Rosenberg (1984), originalmente llamada Pros y Contras descrita en Tolerancia al Malestar, se buscó una adaptación para hacer más coloquial el nombre de la técnica. Se busca identificar una conducta problema, por ejemplo alguna situación de violencia que ellas han pasado y después hacer una lista de costos y otra de beneficios, y así poder tomar decisiones, alejándolas de decisiones impulsivas. Con ello se propone un análisis en cada decisión que las participantes tengan y por lo consiguiente la posibilidad de que estas decisiones sean efectivas. Se busca romper aquellos aprendizajes que tuvieron en el pasado, donde no podían tomar decisiones porque no eran buenas

o no resultaban efectivas, y trabajar con su locus interno descrito en fatalismo. Después se proponen sesiones para trabajar con herramientas que eduquen las habilidades cognitivas y después conductuales para poder trabajar, solución de problemas, comunicación efectiva, que le ayuden a evaluar su vida y poner en práctica todo lo aprendido en sesiones.

En cuanto a la Toma de decisiones se propone la técnica de D'Zurilla y Goldfried (1971), se utilizaron los cinco pasos que esta técnica propone: Definir el problema; Analizar el problema; Evaluar las alternativas; Elegir las alternativas; Aplicar la decisión, y se propuso un paso más que sería la evaluación y corroboración de que la decisión que se tomó fue la correcta. Los primeros pasos repercuten en la capacidad de diferenciar decisiones directas, regulares y urgentes para llegar a un buen resultado.

Después se busca que las mujeres evalúen las posibles soluciones, para ver cuál de ellas es la más adecuada, y eliminar aquellas alternativas que conlleven a consecuencias no factibles, por falta de habilidades, de recursos, o porque no concuerda su alternativa de decisión con los hechos. Se agrega también cuatro preguntas para evaluar la solución propuestas por D'Zurilla y Nezu (2007): a) ¿Resolverá esta solución el problema? b) ¿Puedo llevarla a cabo realmente? 18 c) ¿Cuáles son los efectos sobre mí mismo, tanto a corto como a largo plazo? d) ¿Cuáles son los efectos sobre los demás, tanto a corto como a largo plazo?.

En cuanto a la sesión enfocada en la solución de problemas, se busca que las mujeres participantes intenten identificar o descubrir una solución para afrontar un problema. Esta habilidad cognitivo-afectiva conductual, busca revindicar culpa en las mujeres, y favorezca en sus habilidades y recursos, para evitar gastar energía culpándose a sí misma y como siempre lo hacían aceptando la culpa que los demás le dan. Este modelo se utiliza para poblaciones de personas con sintomatología de depresión, ansiedad y consultas suicidas, abuso de sustancias psicoactivas y problemas relacionados con dificultades en las relaciones interpersonales. Para este momento de las sesiones debe de existir ya un compromiso por parte de la participante de querer generar cambios no sólo de creencias sino también comportamentales. Es muy importante validar la parte de control personal, así la probabilidad de que la persona crea que el problema es resoluble y controlable es alto al mismo tiempo que se debe a su propio esfuerzo.

Se utiliza la comunicación asertiva o comunicación no violenta de Rosenberg (1984). Se basa en expresar deseos sentimientos y necesidades en lugar de expresar críticas o juicios que encaminen hacia actitudes violentas. Se utiliza el lenguaje como función primordial para trabajar la efectividad interpersonal. Por ello se implementa la adaptación de DEARMAN como una técnica que les ayude a expresar emociones, y hacerlo de una forma asertiva buscando pronunciar los pensamientos, sentimientos y creencias de forma directa, honesta. Se les enseñara la técnica mediante los siguientes pasos describir, expresar, afirmar, reforzar, minfulness, aparentar seguridad y negociar, adaptando a circunstancias coloquiales de violencia de las mujeres participantes.

Con ello se busca que las mujeres puedan desarrollar habilidades de comunicación no violentas y que mejoren sus relaciones interpersonales. En el ejercicio de esta habilidad se busca también que las mujeres se puedan identificar como personas que están ejerciendo violencia por respuesta hacia sus hijos u otras personas y puedan modificar ese comportamiento.

La sesión de Autonomía Hayes, Strosahl, Wilson (2015) es basada en las técnicas de Compromiso y Cambio de conducta que se describen en la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Esta es una terapia de tercera generación donde se asume que el sufrimiento está causado por la evitación (de pensamientos, emociones, sentimientos, recuerdos), que son vividos y afrontados como algo negativo. Este tipo de terapia se utiliza para trabajar el dolor crónico, las adicciones, la depresión, ansiedad, el TEP, la psicosis, el estrés laboral hasta el duelo complicado y el afrontamiento de enfermedades crónicas.

En esta fase se intenta que la mujer pueda establecer compromisos con su vida, a través de las direcciones elegidas por ella, en el análisis de sus propios valores y teniendo en cuenta sus recursos internos. Es necesario traer en práctica todos los aprendizajes de las sesiones anteriores. Esta sesión se construyó basado en metas a corto y largo plazo donde se elaboró una lista de situaciones donde la mujer se compromete consigo misma, esta elección basada en no sentir ansiedad o que le va a ocurrir algo, y despreocuparse por todo eso, además de la experiencia de abrirse a sentir y hacer, esto incluye poner denuncias, demandas, alejarse de sus agresores, ponerse a salvo a ella y a sus hijos, y buscar su bienestar.

Para finalizar se trabaja una sesión basada en la Terminación, Seguimiento y Prevención de Recaídas (Ruíz-Sánchez y Cano-Sánchez, 2002), basada en el proceso que propone Beck en 1976 en los Problemas relacionados con la Terminación de la Terapia Beck. Esta sesión es importante porque se trabajan aquellos pensamientos de abandono y de estar completamente curado. Para ello se le explican las sesiones de seguimientos y se le da la oportunidad de canalizar a instituciones en donde se le pueda dar un seguimiento.

Se resignifica la situación por la cual ella atravesó, y se le hace hincapié en que esta terapia le brinda algunas habilidades para que ella pueda resolver eficazmente sus problemas, y con ello buscar evitar que recaída en relaciones de violencia. Se busca trabajar con distorsiones cognitivas referentes a la culminación de terapia, sobre todo a los sentimientos de que no van a poder solas, y se prevén aquellas situaciones de riesgo (utilizando el juego de roles), para trabajar supuestos, distorsiones y toma de decisiones con las mujeres. Se le brinda la posibilidad de estar en comunicación constante y el seguimiento a los 3 meses de la terminación, y a los 6 meses.

A continuación, en la tabla 16 se pueden identificar el orden y los nombres de cada sesión, así como el tema a abordar, después se presentan fichas de trabajo donde se abordan los materiales así como la duración y el desarrollo de cada actividad, se podrá ver una descripción completa del manual que se elaboró para esta intervención en el Anexo.

Tabla 16

Temas de la Intervención

Sesión	Nombre	Tema
1	Desesperanza creativa: Conviviendo con el dolor	Visibilización de una víctima, desesperanza. Reconocimiento de emociones
2	Desestructurando	Identificación en situaciones de Violencia
3	“Al final sólo quedan los que tienen que quedar”	Autocuidado, Seguridad.
4	Del maltrato al buen Trato	Reestructuración Cognitiva
5	Pensamientos innecesarios	Reestructuración Cognitiva
6	Ser para y de Otros	Validación, Autoconcepto

7	Aprendiendo a elegir	Toma de decisiones
8	Aprendiendo a solucionar	Afrontamiento y Solución de problemas
9	Reforzamiento	Reforzamiento
10	Aprendiendo a Comunicar de una forma NO violenta	Comunicación Asertiva
11	Pronto es Pronto	Potenciación de la Autonomía
12	De víctima a Superviviente	Procesamiento emocional, Terminación

Duración, frecuencia y condiciones de la aplicación

De acuerdo con la categorización de los resultados se pretende elaborar una intervención cuya duración sea de 12 semanas, que comprenden 90 minutos a la semana. La intervención deberá de ser virtual por las condiciones de pandemia que estamos viviendo, por lo cual se pretende que se utilicen programas tecnológicos para llevar a cabo la sesión, les permitirá retomar habilidades sociales y de comunicación asertiva, pero además la posibilidad de transformar aseveraciones fatalistas de sí mismas y de la situación que enfrentan.

SESIÓN 1 TÍTULO: Desesperanza creativa: Conviviendo con el dolor

TEMA: Visibilización de una víctima, desesperanza. Reconocimiento de emociones

FECHA:

OBJETIVOS	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	TÉCNICAS PSICOLÓGICAS	MATERIALES	TIEMPO
Que las usuarias puedan reconocerse como mujeres en situación de violencia analizando las emociones y conductas propias y de los agresores; asimismo puedan trabajar en reconocer la importancia de generar prácticas de autocuidado. Se trabajará el encuadre.	<i>En esta sesión buscamos enfatizar que las conductas violentas son responsabilidad del agresor y no de las conductas de la mujer en situación de violencia, por ello se le pedirá a la Usuaria que haga una autoevaluación positiva, esto servirá para trabajar en la sesión de "Autoconcepto" para Problematizar.</i>	Psicoeducación Anderson (1980) Greenberg (2002) Razonamiento emocional	-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo	80 minutos

SESIÓN 2 TÍTULO: Desestructurando

TEMA: Identificación en situaciones de Violencia

FECHA:

OBJETIVOS	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	TÉCNICAS PSICOLÓGICAS	MATERIALES	TIEMPO
Que las usuarias reconozcan otras personas o situaciones de violencia en su vida. Buscando estrategias para modificar la situación de violencia.	<i>Dar un tiempo para que la usuaria pueda trabajar con la ficha 1</i> <i>¿Es una persona que quiero en mi vida?</i> <i>¿Vale la pena? Costo/Beneficio</i> <i>¿Qué es ser buena madre?</i> <i>¿Qué es ser buen padre?</i> <i>¿Cómo han sido mis padres conmigo?</i> <i>¿Cómo soy yo con mis hijos?</i> <i>¿Hay alguna relación entre lo que hacen mis padres conmigo y lo que yo hago con mis hijos?</i> <i>¿Qué puedo hacer para modificar esas conductas?</i>	Mayeutica de Sócrates	-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo	80 minutos

SESIÓN 3 TÍTULO: “Al final sólo quedan los que tienen que quedar”

TEMA: Autocuidado, Seguridad

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	TÉCNICAS PSICOLÓGICAS	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias tengan técnicas de autocuidado donde puedan generar actividades que procuren su seguridad y mantengan una buena calidad de vida.</p>	<p><i>Es necesario que en esta sesión las usuarias puedan identificar las diferentes áreas de su vida en las que se necesita jerarquizar para la recuperación de la seguridad y proteger su vida, su seguridad emocional y la de los demás miembros de su familia (hijos e hijas).</i></p> <p>Seguridad física Es necesario orientar a la usuaria para crear una estrategia ordenada y sistemática a la cual ella pueda acudir en caso de una emergencia. Construir una red de apoyo.</p> <p>Seguridad emocional <i>Trabajar con la ficha “Tejiendo Redes”, es importante que la usuaria pueda identificar a aquellas personas que la podrán ayudar para poder llevar a cabo este plan de seguridad.</i></p>	<p>Plan de Seguridad Personal (Claramunt, 1999)</p>	<p>-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>60 minutos</p>

SESIÓN 4 TÍTULO: Del maltrato al buen Trato

TEMA: Reconstrucción de creencias / Amor romántico

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	TÉCNICAS PSICOLÓGICAS	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias puedan reconocer y modificar sus propias creencias que llevan a costumbres y tradiciones socio culturales que se relacionan con los roles de género preestablecidos y que provocan conductas sexistas encaminadas a la generación de violencia.</p>	<p>· Detectar y transformar sus creencias sobre la identidad femenina, estereotipos y mandatos · Detectar y transformar sus fantasías y guiones amorosos insanos y desiguales. · Analizar expectativas amorosas, mitos, falsas creencias y fantasías erotizadas.</p> <p>Se proponen diferentes mitos/ creencias que será necesario clarificar con las usuarias, al principio se le dará algunos ejemplos de consecuencias y se le pedirá que nos ayude a completar las siguientes gráficas.</p>	<p>Reestructuración Cognitiva Ellis (1989)</p>	<p>-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>60 minutos</p>

SESIÓN 5 TÍTULO: Pensamientos innecesarios

TEMA: Restructuración cognitiva

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias puedan reconocer y modificar aquellas ideas irracionales que malestar y modificarlas a racionales.</p>	<p><i>Se trabajará con ideas Irracionales que causen malestar para sustituirlas por ideas racionales o pensamientos un poco más adaptativos.</i></p> <p><i>“No hay nada ni nadie que pueda ayudarme”... “Ya me rendí”... “Ya no tengo esperanzas” “No volveré a ser feliz”.</i></p> <p><i>Soy responsable de hacer funcionar la relación</i></p> <p>Se realiza un análisis del costo beneficio.</p>	<p>Restructuración Cognitiva Ellis (1989)</p>	<p>-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>60 minutos</p>

SESIÓN 6 TÍTULO: Ser para y de Otros

TEMA: Autoestima, Autoconcepto

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias puedan trabajar con la creación de un autoconcepto racional y mejorar su autoestima y al mismo tiempo su autoconfianza.</p>	<p>Coria (2011) dice que las mujeres educadas como seres para atender a otros, a menudo terminan creyendo que las posibilidades de ser amadas y valoradas dependen de su disposición a aceptar como verdad que la opinión de los demás es la única que cuenta y es la verdaderamente aceptada. Terminan así, en ocasiones, confundiendo la dependencia para la que han sido programadas con amor incondicional hacia el/los otros. Y en muchas ocasiones el autoconcepto o la autoestima se ven reflejados en lo que socialmente se nos ha impuesto y no verdaderamente en lo que nosotros queremos.</p> <p><i>Trabajar con la ficha “Validación”</i></p>	<p>Rosenberg 1984. Costo beneficio</p>	<p>- Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>80 minutos</p>

SESIÓN 7 TÍTULO: Aprendiendo a elegir

TEMA: Toma de decisiones FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
Que las usuarias aprendan a mejorar toma de decisiones, con énfasis en la generación y/o fortalecimiento de redes de apoyo	Toma de decisiones Vamos a pedir a la usuaria que piense en un problema y haga una lista de posibles soluciones. Verificación de la solución	Toma de decisiones Nezu, Nezu, y McMurrin (2008)	-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo	80 minutos

SESION 8 TITULO:

TEMA: Afrontamiento y Solución de problemas

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias aprendan a mejorar algunos estilos de afrontamiento, de solución de problemas, con énfasis en la generación y/o fortalecimiento de redes de apoyo.</p>	<p>Re atribución. En lugar de que la persona se culpe a si misma o a otras personas por el problema, favorezca una visión panorámica de la problemática enfatizando en los diferentes factores que pudieron haber contribuido para ello y de esta manera pueda enfocarse en resolver lo que está a su alcance en esta situación y evitar gastar su energía culpándose a sí mismo o a los demás. Relajar al paciente con Mindfulness pedirle que utilice su imaginación Metáfora del modo atardecer Conduce al usuario a que reflexione sobre las ocasiones en las que pretende resolver los atardeceres de su vida, sin darse cuenta de que algunas experiencias no se resuelven, sino que se experimentan, es decir, se viven, se aceptan. <i>Trabajamos con la ficha de solución de problemas.</i> <i>Reflexionar sobre esto de que descubren múltiples soluciones mutuamente aceptables a un problema que antes parecía irresoluble.</i> <i>Trabajar con un autoregistro.</i></p>	<p>Solución de problemas Oliver y Margolin (1990)</p>	<p>-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>80 minutos</p>

SESIÓN 9 TÍTULO: Mis Miedos

TEMA: Reforzamiento FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
Que las usuarias puedan trabajar en toma de decisiones y soluciones de problemas	Reforzar aquellas conductas que sigan causando un malestar en el autoregistro y que falte aún trabajar en las habilidades. Enfatizar en conductas de miedo, con la técnica de validaciones de hechos, si sus emociones corresponden a los hechos y verificarlos.	Evaluación de todas las conductas de riesgo y de las emociones de la usuaria. Trabajar con técnicas de afrontamiento mediante la enfatización de la toma de decisiones.	-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo	80 minutos

SESIÓN 10 TÍTULO: Aprendiendo a Comunicar de una forma NO violenta

TEMA: Comunicación Asertiva

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
Que las usuarias reconozcan sus gustos, habilidades y lo que pueden aportar a las relaciones que tienen. Al mismo tiempo se le brindará a la usuaria técnicas de comunicación asertiva	<i>Lista de los tipos de comunicaciones para que la usuaria pueda ver la diferencia entre los tipos de comunicación Comunicación Pasiva, agresiva, asertiva.</i> <i>Utilizar la técnica de DEARMAN</i>	Comunicación asertiva, Rosenberg (1984).		80 minutos

SESIÓN 11 TÍTULO: Pronto es Pronto

TEMA: Potencialización de la Autonomía

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Desarrollo de un plan de vida que busque potencializar la autonomía y toma de decisiones de las usuarias.</p>	<p><i>Planeación de Metas a corto y largo plazo</i> <i>ACT</i> <i>Valorar es responder</i> El método de la semántica. Este método es útil para modificar expresiones como: “debería” “tengo que” “debo de” Explique al paciente la rigidez de estos términos y cómo se somete a una exigencia irracional y promueva reemplazarlos por “sería conveniente” “sería favorable” o “sería mejor si...”</p>	<p>Autonomía Hayes, Strosahl, Wilson (2015)</p>	<p>Computadora Internet</p>	<p>80 minutos</p>

SESIÓN 12 TÍTULO: De víctima a Superviviente

TEMA: Aprendizaje obtenido en las sesiones y cierre de la terapia
FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que la usuaria pueda identificar aquellos aprendizajes de estas sesiones terapéuticas y su estado actual.</p>	<p style="text-align: center;">Reescribiendo la historia</p> <p>Se ha identificado una serie de dificultades que suelen surgir cuando el fin de la terapia está próximo y la manera de manejarlos:</p> <p style="padding-left: 40px;">A) La preocupación de la persona respecto a no estar “completamente curada”. El terapeuta puede utilizar en este caso varias estrategias</p> <p>A continuación mostrarle sus progresos al respecto.</p> <p style="padding-left: 20px;">B) La preocupación respecto a “volver a recaer y experimentar de nuevo el problema”</p> <p>El terapeuta puede explicar que las recaídas son frecuentes durante el tratamiento, que este raramente supone una mejoría lineal, y que las recaídas pueden ser aprovechadas para detectar pensamientos automáticos y significados relevantes.</p> <p>Explicar que habrá una sesión de evaluación y seguimiento.</p> <p>Compartir que se aprendió en estas sesiones.</p>	<p>Leahy (2003) Técnicas de procesamiento emocional.</p> <p>Terminación, Seguimiento y Prevención de Recaídas (Ruíz Sánchez & Cano Sánchez).</p> <p>Problemas relacionados con la Terminación de la Terapia Beck (1976)</p>		<p>80 minutos</p>

SESIÓN 13 TÍTULO: DUELO

TEMA: FECHA:

OBJETIVOS

ACTIVIDAD

**DESARROLLO
DE
ACTIVIDAD**

MATERIALES

TIEMPO

Que la usuaria pueda trabajar con las pérdidas emocionales que tuvo durante esta etapa, incluyendo la separación de su pareja.

Se trabajaron con técnicas de regulación emocional e intervención en crisis debido a algún miembro de la familia de la usuaria o conocido murió debido a COVID-19

80
minutos

Resultados estudio 2

Después de la intervención se efectuó la misma entrevista semiestructura, además de la guía de observación, todo ello para poder identificar la efectividad de la intervención. A continuación, se muestran los resultados de dicha evaluación referente al estudio 2. Al final se realizó una integración de los resultados para poder identificar las categorías donde hubo cambios, o dónde se mantuvieron los resultados en las mismas categorías del discurso de las usuarias.

Participante 1 FA01/20. Tiene ventas de catálogo desde casa o mediante redes sociales. Su ocupación más importante es la de ser ama de casa. Tiene una pareja y vive con él, la apoya económicamente.

Su ex pareja tiene una denuncia por pensión alimenticia, también puso una denuncia para guardia y custodia y tener ella la tutoría legal de sus hijos. Durante la intervención se trabajó con ella para que pudiera recuperar a sus hijos y llevara una buena relación con el padre de sus hijos mientras el juez de lo familiar daba una resolución. No se intentó suicidar ninguna vez durante el tratamiento, ni consumió medicamentos antidepresivos. Tuvo una buena adherencia a la intervención.

Algunas personas que creyeron en lo que su ex pareja les contó, le pidieron disculpas, entre ellas las profesoras de sus hijos. Firmo el divorcio con su ex pareja y él la contrademandando por tener el Síndrome de Munchausen. Se le dio la facilidad de contratar a una abogada que trabaje con perspectiva de género, con la cual se siente muy contenta de los resultados.

Participante 2 LZ02/20. Trabaja en el negocio familiar que es un restaurante, sin embargo, busca tener su propio negocio de venta de ropa y un negocio dedicado a la comida saludable de los niños. Está en trámites para estudiar su maestría el próximo año.

Durante esta intervención pudo divorciarse y llegar a un acuerdo para la pensión alimenticia de su hijo. Se le otorgo la guardia y custodia de su hijo. Pudo identificar a una

persona con la que estaba saliendo como agresora, y pudo emplear recursos para alejarse de esa persona.

Se pudo identificar también en la primera sesión que ella había tomado la decisión de abortar hace aproximadamente 4 años a un bebé, todo ello antes de que naciera su primer hijo, esto debido a las agresiones que vivía por parte de su pareja. Al acudir con un médico este certifica que había sido un aborto por consecuencia de una caída, sin embargo, el dolor y trauma que ella tenía se trabajaron mediante un proceso de duelo. Mencionaba tener restos del feto, y cosas con las cuales se había limpiado durante el aborto en una caja, sin embargo, evadía deshacerse de los restos.

Participante3 LS03/20. Durante esta intervención murió su hermano, un chico que vivía en condición de calle y que consumía sustancias psicoactivas. Se trabajó con ella el proceso de duelo y de crisis por la pérdida. Se logró que pusiera una denuncia de pensión alimenticia, y de guardia y custodia. También pudo divorciarse en este proceso. Conoció a una persona con la cual comenzó una relación de pareja.

Participante 04 BL04/20. Sigue con su pareja. Ya no trabaja como TSC. Al retirar la denuncia de intento de abuso de su hija por parte de su ex pareja, la acusaron de falsedad de declaraciones. Se logró que fuera a la cárcel debido a que se trataba de una menor de edad. Durante la primera sesión virtual ella se intentó suicidar con un arma, debido a la situación anterior descrita. Se realizó una intervención en crisis.

Participante 05 GP05/20. Trabaja haciendo limpieza. Comenzó una nueva relación de pareja sin agresiones. Puso una denuncia por pensión alimenticia en contra del padre de sus hijos. Continúa la denuncia por abuso sexual en contra de su hija. Interpuso una denuncia por violación, en contra de su ex pareja.

Categoría de Factores clínicos

En la figura 12 se pueden observar las subcategorías correspondientes a los Factores Clínicos, presentes en las participantes. A continuación, se describen algunos ejemplos.

Figura 12 Factores clínicos

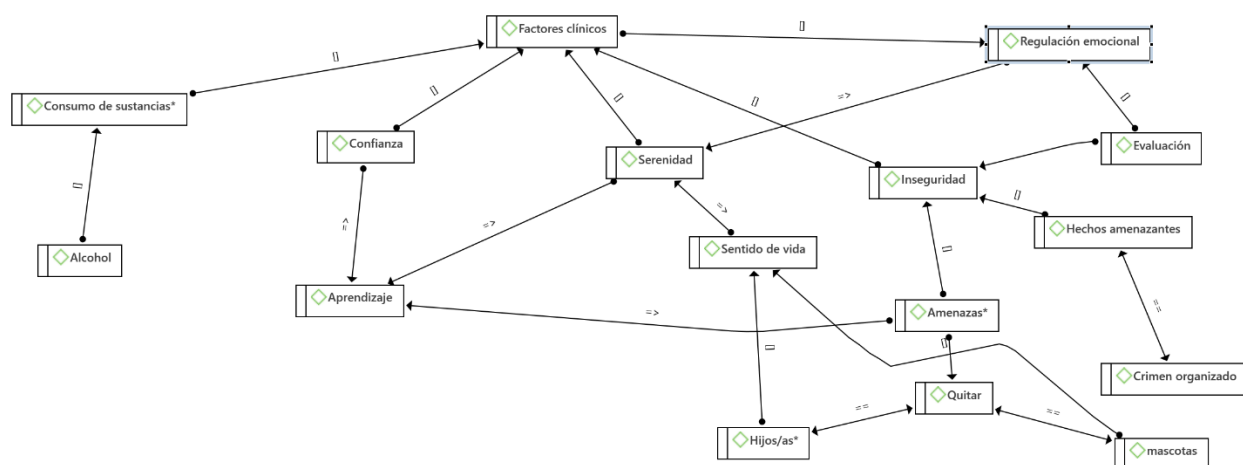


Figura 12 Factores clínicos, (símbolos de los códigos: \diamond contradice; => es causa de; [] es parte de; * } es una propiedad de; == está asociado con).

Consumo de sustancias

Las usuarias después de la intervención refieren que ya no consumen sustancias psicoactivas como drogas, pues han podido identificar que se relacionan con situaciones de riesgo, y ellas quieren alejarse de situaciones que son dañinas o que no pueden controlar. También porque el consumo las hace que estén en situaciones vulnerables, en las cuales pueden recaer con su ex pareja. Actualmente solo consumen alcohol, pero es un consumo ocasional.

Es necesario mencionar que identificaron que sus hijos mayores también estaban teniendo conductas relacionadas al consumo de sustancias. En los adolescentes se pudo hacer una

referencia con otras instituciones, para que los pudieran ayudar a modificar su consumo. Esto motivo a que ellas tuvieran excesos de consumos.

Una de las usuarias, LS03/20, perdió a su hermano, (y a pesar de no estar planeado en las sesiones de intervención se pudo hacer una sesión especial para hablar sobre su duelo). Él era consumidor de drogas psicoactivas, además de que vivía en condición de calle. Además de la situación de violencia que estaba viviendo, también tenía que vivir con agresiones de su hermano, la angustia de su madre y la frustración de haber intentado varias situaciones para poderlo ayudar y no conseguir resultados.

“Es muy triste, al final bien o mal era mi hermano. Lo amo y me siento mal porque estamos descansando... al menos ya no está la angustia de no saber dónde está” (sic, LS03/20).

Confianza

El aspecto de ellas cambio, de ser mujeres que antes no querían arreglarse, ahora han tenido cambios importantes de aspecto. Mencionan que hacen tick toks con sus hijos, y que tienen más interacción en redes sociales, recibiendo grandes halagos de las personas conocidas. El bajar de peso, hacer ejercicio y vestirse de diferente manera las ha ayudado a generar seguridad en relación a su autoconcepto.

Debido a que han tenido varias tomas de decisiones importantes en su vida y resultaron efectivas, comenzaron a realizar actividades más significativas con lo cual el aprendizaje cambio. Ahora pueden identificar que las conductas de los demás, no está bajo su control, pero las de ellas si, basándose en esta premisa pueden ellas tomar decisiones más efectivas.

Serenidad

El sentido de su vida se enfoca en sus hijos y mascotas principalmente. Aunque puedan existir problemas mencionan que ahora atienden uno por uno, y reflexionan acerca de cuál atender primero. Se sienten más tranquilas y seguras. Mencionan tener una serenidad y tranquilidad para poder comprender y actuar en situaciones de vida complicadas y de crisis.

Mencionan que han alcanzado un equilibrio físico, emocional y espiritual que las ha ayudado a aceptar, adaptarse y gestionar mejor los conflictos.

Los conflictos no se redujeron, pero ahora tienen las posibilidades de enfrentarlos de diferente manera, por ejemplo: “estoy más tranquila, hable con mi mamá nos pedimos persona, le di las gracias por recibirme en su casa, aunque me gustaría ser más independiente estoy muy feliz le pude comprar su sala a mi hijo” (sic, LS03/20).

Inseguridad

A pesar de que se ha trabajado en un plan de seguridad y se le han brindado recursos para cuando ellas estén en peligro, continúan las amenazas de sus parejas hacia ellas. Estas se describen desde las que son: porque ellas no inicien una relación con otra persona, hasta las que se relacionan con quitarles a sus hijos. Es necesario resaltar que durante la intervención ellas iniciaron un proceso legal en contra de sus parejas, y las que ya lo tenían continúan ratificando, lo cual provocó el enojo de sus parejas. Sin embargo, debido al aprendizaje y la seguridad que ahora tienen a pesar de que existen amenazas muchas de ellas son ignoradas por las mujeres.

Regulación Emocional

Mencionan ya no tener un desbordamiento emocional. Hubo un cambio, debido a que ahora saben que expresar las emociones no es algo malo, y que al contrario le ayuda a sanar. Sin embargo, debido al análisis y la correspondencia de sus emociones y los hechos, pueden expresar hablando y teniendo una comunicación más asertiva. Por ejemplo:

“A veces ya ni lloro, me digo hay que llorar y si me salen unas lágrimas, pero ya después se me olvida” (sic, LZ02/20).

Esta regulación emocional les ha servido incluso para relacionarse con sus hijos. Es necesario destacar que en esta intervención ellas en algunas ocasiones se pudieron identificar como agresoras por respuesta, y esto repercutía en la relación con sus hijos. Tanto ellas como los

niños y los adolescentes habían aprendido a relacionarse de una forma agresiva. Esta habilidad de regular sus emociones les sirve para mejorar sus interrelaciones.

Categoría Inconformismo con la situación de violencia post intervención

Creación de redes de Apoyo

Después de la intervención las mujeres en situación de violencia pueden identificar a mujeres y hombres que se convierten en redes de apoyo. Comprenden que no sólo tienen el apoyo de su familia, sino que también lo pueden encontrar con personas que no conocían como: asociaciones, instituciones etc. Esto se puede apreciar en la figura 13.

Figura 13 Inconformismo con la situación de violencia

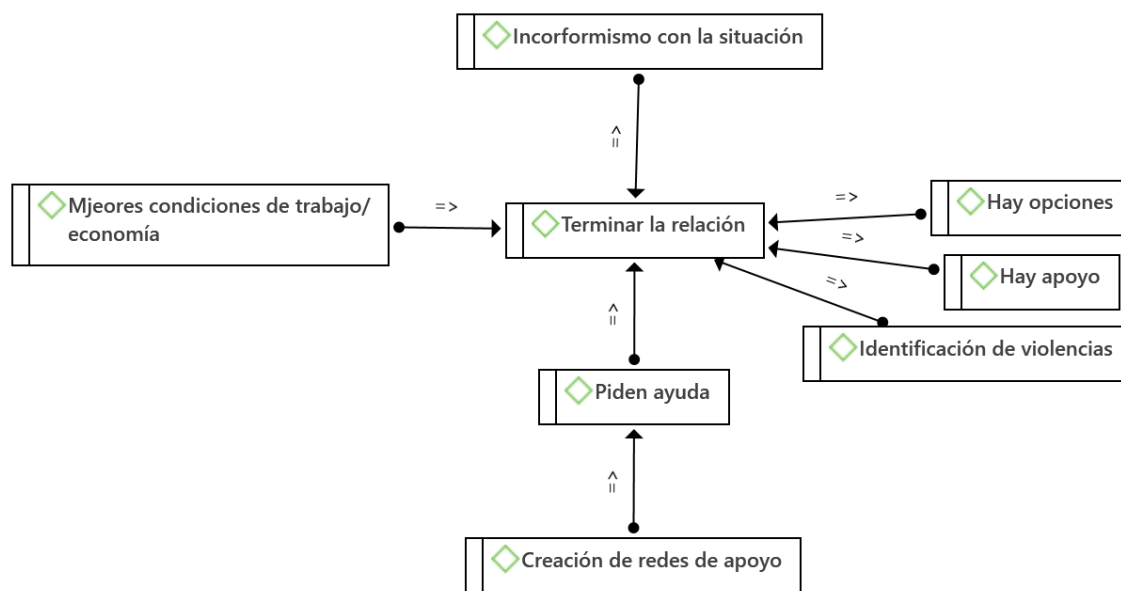


Figura 13 Inconformismo con la situación de violencia, (símbolos de los códigos: <◇> contradice; => es causa de; [] es parte de; * } es una propiedad de; == está asociado con).

Previo a la intervención, en el estudio 1 se nos presentó un problema con una de las usuarias, al mencionar que un psicólogo de una institución legal a la cual acudió a presentar su

denuncia por violencia familiar, le había cuestionado sobre sus prácticas de salir de la relación de violencia; mencionando que entendiera a su agresor porque estaba en duelo por haberla perdido.

Lo anterior fue un parteaguas para que se pudiera trabajar con personal de instancias correspondientes para poder sensibilizarlos en cuanto a gestión de género, y que tengan mejor trato evitando la revictimización de las mujeres que acuden a levantar su denuncia por situaciones de violencia. Esto se le comunicó a la encargada de la Instancia de la Mujer de Cuautla, para que pudiera generar estrategias institucionales y poder trabajar con ellos en cuestiones de género.

Identificación de violencias

Encontraron en terapia, que tenían varios recursos para poder salir de la situación de violencia. Primero identificándose como mujeres en situación de violencia y después proponiendo y generando recursos que las ayudaron a tomar decisiones al respecto. Por ejemplo, pudieron identificar que no solo en el hogar hay violencias, sino que también en el área de trabajo, en el área social y escolar.

Ahora pueden identificar micromachismos y saben que en el trato que pueden tener con las personas, no es algo efectivo que dejen pasar los actos de violencia. Saben identificar violencias que antes era imperceptibles para ellas por ejemplo la violencia sexual ya no la justifican diciendo que es parte de su rol de género. Ahora pueden poner límites a las personas que tienen agresiones, incluyendo personas cercanas a ellas.

Mejores condiciones de trabajo

Al ser también una de las violencias que los agresores ejercían, el control de su economía y el control sobre el trabajo, ellas mostraron preocupación por el futuro relacionados a estos

temas. A pesar de que la mayoría de las chicas tenía hasta estudios de preparatoria y sólo una de ellas tenía una licenciatura, no se sentían preparadas para tener un trabajo.

Todo lo anterior sumado a la situación actual económica en la cual se encuentra México, respecto a las consecuencias de la pandemia, donde las condiciones laborales han hecho que muchas pierdan sus trabajos o disminuyan sus ingresos. En la intervención se pudo trabajar con las opciones laborales que ellas tenían y las habilidades que desarrollaron en otros trabajos.

Una de ellas comenzó a hacer limpieza en las casas; otras dos más emprendieron un trabajo informal en cuanto a venta de artículos de belleza; una se enfocó en trabajar en el negocio familiar sobre la venta de comida; y la última pasó por varios trabajos, (trabajo sexual comercial, panadería, invernadero, fábrica de higos); sin embargo, al final decidió que ella no quería trabajar y se dedicó a hacer comida y lavar la ropa para su agresor, provocando que ella siguiera en contacto con él.

Terminación de la relación

Mencionan sentirse inconformes con los tratos que recibieron por parte de sus agresores. Esto hizo que pusieran límites, y que se deslindaran de cualquier relación amorosa que los uniera. Una de ellas puso un alto a agresiones sexuales como provocaciones para tener relaciones sexuales. Sin embargo, una de ellas BL04/20 continua en una relación de pareja con su agresor, esto menciona por temas económicos, ya que es quien la ayudado a dejar el bar donde ejerce un TSC, y ahora tiene un trabajo de ama de casa.

Categoría de Mujer en situación de violencia post intervención

Mediante la figura 14, se pueden observar los resultados de la categoría de mujer en situación de violencia. Es importante recalcar que solo una de las mujeres continua con su relación de pareja BL04/20; todas las demás han logrado separarse de ellos, sin embargo, aún mantienen una relación no afectiva por sus hijos o asuntos que quedaron pendientes después de la separación.

Figura 14 Mujer en situación de violencia

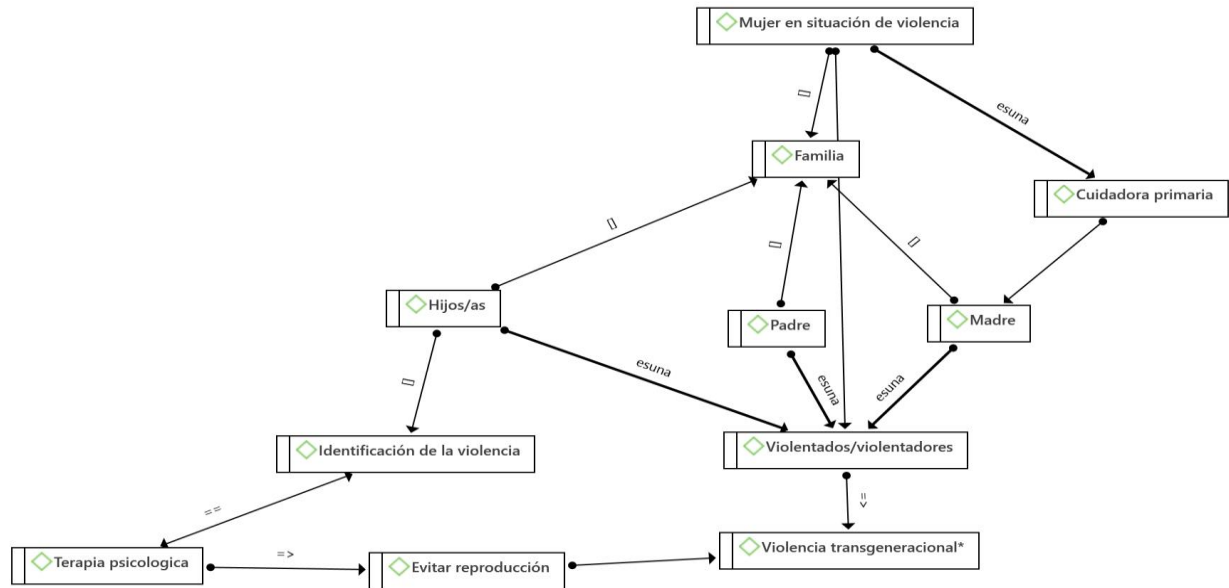


Figura 14 Mujer en situación de violencia, (símbolos de los códigos: \diamond contradice; \Rightarrow es causa de; $[]$ es parte de; ${}^* </math> es una propiedad de; $==$ está asociado con).$

Identificación de la Violencia

La mujer en situación de violencia aprende que la violencia es una forma de comunicarse, pero que en ocasiones no resulta efectiva. Puede aprender a desviar el enojo que tiene hacia el agresor, hacía si misma (provocándose en ocasiones algunas laceraciones físicas), o hacia otras personas que considera inferiores, replicando el ciclo de la violencia. En algunas ocasiones, por ejemplo, pueden provocar conflictos o generar violencia en contra de sus hijos. Al mismo tiempo, en esta intervención ellas se pudieron identificar como violentadores con sus hijos.

No solo se trabajaron las relaciones de violencia de pareja, sino también las que tienen relación con sus hijos, padres, madres, así como hermanos. No sólo pudieron identificarlas, sino también emprendieron acciones para modificar esos comportamientos, cuidando sus relaciones interpersonales, por ejemplo:

“y mi mamá se quedó con cara de y ahora esta no va a pelear, no me va a decir nada...me dio risa, porque esperaba a que peleara, pero yo estaba tranquila” (sic, LZ02/20).

Hijos

Las mujeres en situación de violencia mencionan que una de las categorías más importantes son los hijos; en ellos pudieron identificar que son personas violentadoras, es decir que los niños estaban generando violencia con sus pares u otros integrantes de la familia. Estos niños acudieron a terapia psicológica a temprana edad, esto como una necesidad peculiar para poder evitar la reproducción de la violencia transgeneracional. Algunos niños continúan con un proceso terapéutico. Uno de ellos no quiso, sin embargo, pidió separarse de madre y querer estar con sus tíos en otro estado para poder trabajar.

Familia

A pesar de que pudieron manifestar a lo largo de la intervención que los padres fueron ejemplo de muchas situaciones de violencia (física, sexual, económica y psicológica), y que aún continúan ejerciendo violencia hacia ellas, se convierten en cuidadoras primarias. Mencionan que muchos de los hermanos no pueden hacerse cargo de sus padres, es por ello que, aunque pueden identificar que los padres siguen ejerciendo violencia en contra de ellas, ellas mismas tienen que cuidarlos; sin embargo, a través del proceso de intervención se estuvo trabajando en resolución de conflictos, comunicación asertiva y tolerancia al malestar. A pesar de que ellas no puedan dejar a sus padres si pueden poner límites y exigir respeto.

Categoría Tipos de violencia de pareja

Son tres los tipos de violencia de parejas por los cuales están pasando las mujeres. A continuación, en la figura 15, se pueden identificar los tipos.

Figura 15 Tipos de Violencia

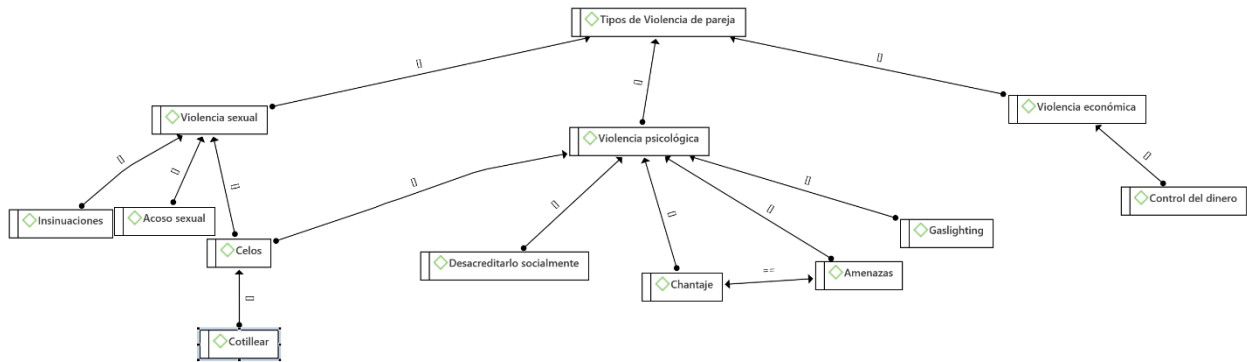


Figura 15 Tipos de Violencia, (símbolos de los códigos: <> contradice; => es causa de; [] es parte de; *} es una propiedad de; == está asociado con).

Violencia sexual

De la violencia sexual, se puede decir que, aunque ya no mantienen una relación de pareja, los ex, ocupan las visitas de los hijos, así como las veces que se tienen que estar comunicando por teléfono en relación a los hijos para aprovechar y hacer insinuaciones de índole sexual, o incluso para ejercer acoso sexual, ya que mencionan que las han querido tocar, aun cuando ellas no están de acuerdo. Han externado su descontento al respecto y han puesto límites.

Se han quitado la creencia de cumplir ciertos estereotipos de género, por ejemplo, el pensamiento de que por ser las esposas tienen que mantener relaciones sexuales aun y cuando ellas no quieren. Como ellas ya no son las parejas y no tienen intenciones de regresar con ellos, saben que deben de actuar en congruencia, y exigir que se les respete su decisión. Aún la participante que aun continua con su pareja, menciona que él ya no la obliga a tener relaciones sexuales.

Violencia psicológica

Existen celos por parte de las ex parejas, esto se relaciona a que las mujeres han mostrado intenciones de querer rehacer su vida con una nueva pareja. Tratan de cotillear con amigos

cercanos o familiares, buscando la más mínima información para poderla utilizar en contra de ellas y ejercer violencia psicológica, “ellas no tienen permitido rehacer su vida”. Por lo cual, han comenzado una campaña de desprestigio en contra de las mujeres, provocando que estas sean tachadas de malas madres, mujeres sin valores, ni principios por la sociedad incluyendo su propia familia.

Ellos utilizan la información que saben del pasado de las participantes, para desprestigiarlas. Incluso la han llegado a distorsionar para desacreditarlas socialmente. Algunas mujeres que estuvieron en situación de violencia optaron como una solución para salir de ella algunos intentos de suicidio. Actualmente estos actos están repercutiendo en las decisiones de los jueces para poder saber si son personas adecuadas emocionalmente para cuidar a sus hijos, no importando que haya habido un antecedente de violencia y que los intentos de suicidio sean causados por ellos.

Pese a que existen denuncias y demandas en contra de las ex parejas, persisten los chantajes, existe una manipulación de los niños al repartirles contantemente que sus madres son malas porque no tienen dinero para comprarle juguetes o que por sus malos tratos ellos se quedaron sin familia. Y sobre todo en relación a que ellas no deben de tener una pareja o rehacer su vida. Las amenazan con perder la custodia de los niños. Han reprimido algunas situaciones por no generar conflictos.

En cuanto al Gaslighting, las han hecho creer que toda la violencia que vivieron anteriormente en la relación fue producto de su imaginación y que no existió; incluso llegan a desvalorizarlas emocionalmente. Ocupan en algunas ocasiones los diagnósticos psicológicos que tenían previos para desacreditarlas y que no sean escuchadas o se desestime su testimonio. Tal y como se ve en el siguiente ejemplo que una participante relata:

“ Con la novedad de que pase de ser la demandante a la demandada, porque él me contestó la demanda pero ahora con sus argumentos...que soy una drogadicta , alcohólica , que maltrato a mis hijos , que mi nueva pareja también se droga , que es machista y que no es un buen ambiente para mi hija por ser mujer y la semana pasada metió que estaba en desacuerdo de

que me dieran la guarda y custodia temporal porque quiere que los niños sean llevados con él durante el proceso del juicio y que yo le de pensión”. (sic, FT01/20).

Violencia económica

Una de ellas BL04/20 no quiso realizar una demanda por pensión alimenticia al papá de sus hijos, sin embargo, sí habló con él para que el ingreso fuera mayor debido a los gastos de la Universidad. La participante GL05/20 menciona que se puso de acuerdo con el padre de sus hijos y que cada uno tendría a su cargo los gastos de uno de sus hijos.

Aunque existen demandas por pensión alimenticia y las ex parejas tienen la obligación de estar aportando económicamente una cantidad de dinero, todos cumplen con dar una cantidad, pero no la acordada. Aun se puede identificar que persiste la violencia relacionada a la parte económica ya que ellos quieren controlar el dinero, y no están de acuerdo con las cantidades que les ha puesto el juez de lo familiar. Por lo tanto, hay ocasiones en que no les depositan o les depositan lo mínimo o las quieren hacer firmar vales sin que exista dinero de por medio, para sus hijos.

Categoría Redes de apoyo

A continuación, en la figura 16, se pueden distinguir los tipos de redes de apoyo (primario y secundario) correspondientes al estudio 2.

Figura 16 Redes de Apoyo

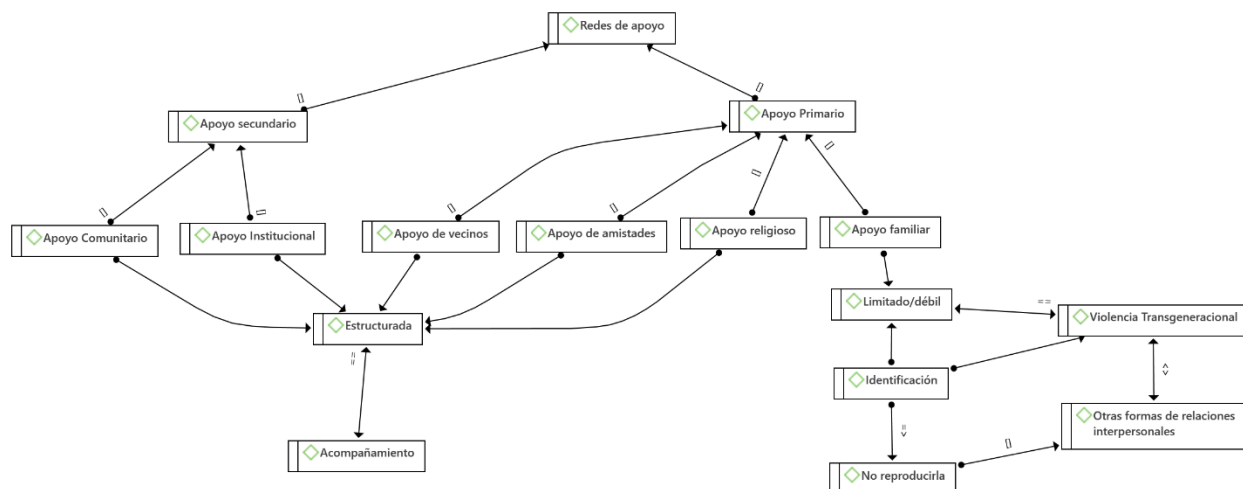


Figura 16 Redes de Apoyo, (símbolos de los códigos: <> contradice; => es causa de; [] es parte de; *} es una propiedad de; == está asociado con).

Apoyo primario

En cuanto al apoyo primario se puede identificar a los vecinos, amigos, el apoyo religioso como personas que apoyan a las mujeres. Ellas pueden recurrir a todas estas personas cuando necesitan apoyo, ayuda, o acompañamiento. Se consideran importantes y de apoyo en su vida y que les ayudan a identificar a otras que generan violencia. El círculo de apoyo de las mujeres se depuro; hubo personas que desaparecieron y que no apartaban nada a la vida de las participantes; pero también hubo personas que se incrementaron y ahora son efectivas.

En cuanto al apoyo familiar para estas mujeres se identifica como limitado o débil. A pesar de que pudieron encontrar algún miembro de su familia que las pueda apoyar y acompañar en esta situación por la cual están pasando, también ha repercutido que la violencia por la cual están pasando muchas veces es favorecida o enriquecida en su entorno familiar. Ellas están tratando de poner algunos límites para que la violencia no vuelva a ocurrir y están recurriendo a nuevas alternativas de comunicación que no sean agresivas, todo ello para evitar la violencia

transgeneracional. Aunque mencionan sentir dolor al separarse o poner límites a su familia, mencionan que es lo que tienen que hacer, al darse cuenta que no está bien sentirse mal con la forma en la cual las tratan.

Apoyo secundario

El apoyo institucional y Comunitario se integró como una categoría de redes de apoyo estructurado. Durante esta etapa de intervención, las psicólogas, las abogadas, la secretaria y la directora de la Instancia de la mujer marcaron un parteaguas para apoyar en todo momento a las participantes, lo cual hizo que en esta fase ellas pudieran sentir el apoyo institucional. En todo momento se les cuidó para que no volviera a ser revictimizada por parte de las instituciones y de su propia comunidad. Se presentó a personas clave de otras instituciones como fiscalía, asociaciones civiles para que ellas estuvieran protegidas en sus procesos legales, tal y como se percibe en el siguiente ejemplo de una de las participantes:

“me siento muy contenta con la abogada, ella es muy comprensiva y como tiene muchos contactos me siento segura, ella confía en mí y como tiene una historia similar con el papá de su hija, entonces creo que si nos comprendimos; por lo mientras está haciendo muchas cosas como la contestación y la veo trabajando y preocupada por mi” (sic, FT/01/20).

Categorías Optimismo

A continuación, se muestra la categoría de Optimismo, visible en la figura 17, en el estudio 1 era llamada Fatalismo, en los siguientes párrafos se describen las subcategorías.

Figura 17 Optimismo

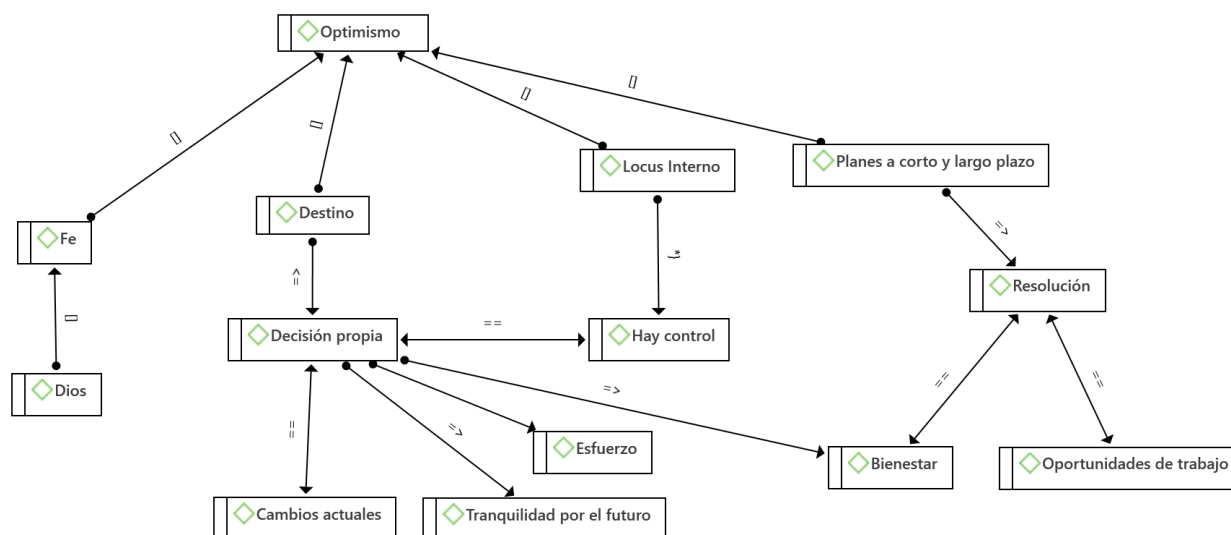


Figura 17 Optimismo, (símbolos de los códigos: \diamond contradice; $=>$ es causa de; $[]$ es parte de; $*$ es una propiedad de; $==$ está asociado con).

Fe

Creer en un Dios, independientemente de la religión que tengan, muestran una fe en Él.

Mencionan que cuando tengan la oportunidad, sin ponerse en riesgo debido a la contingencia por la cual estamos pasando, van a regresar a realizar actividades religiosas. Sin embargo, cuando se les cuestiona quien tiene la decisión de su destino, mencionan que es una decisión personal. Son ellas las que refieren tener un control de sus propias decisiones y eso hace que efectúen cambios actuales y que esos cambios siempre vayan encaminados a tener una tranquilidad ir el futuro.

Locus Interno

Aunque mencionan que tomar decisiones requiere un gran esfuerzo y muchas veces se sintieron mal al respecto, se sienten con entusiasmo y optimismo, al poder elegir desde la comida que van a realizar, hasta cosas más significativas que tengan que ver con la crianza de sus hijos. Lo anterior se puede notar, en que ellas tomaron la decisión de poder denunciar a sus ex parejas para que sus hijos no pierdan el derecho de poder recibir pensión alimenticia. A pesar de que esto les ha causado un malestar, y tienen que estar constantemente acudiendo a las audiencias a

presentar pruebas, ellas lo siguen haciendo convencidas de que es lo que deben de hacer, cuidar y velar por los derechos de sus hijos.

Las decisiones importantes de su vida, son tomadas por ellas, ya no existe otro que las vaya a tomar. Comprendieron que tienen la capacidad y la responsabilidad de tomar decisiones, ellas deciden como y cuando, donde quieren estar y con quienes. Como se ve en el siguiente ejemplo de una de las participantes:

“Apareció mi anterior ex pareja, me marcó el sábado pasado a media noche, me quería ver estaba afuera de mi casa y le dije que no, en otra ocasión creo que yo hubiera salido corriendo... es algo que me descontrola y pienso que lo mejor es mantenerme neutra, él no sabe lo que quiere, y por eso decidí no formar parte de eso, de ese círculo” (sic, LZ02/20).

Planes a corto plazo y largo plazo

Llevaron a cabo varios planes a corto plazo que se trabajaron en sesión. Algunas regresaron a estudiar en modalidad abierta; otras de ellas se encuentran en trabajos estables, donde se encuentran seguras y productivas. Dos de ellas buscaron la manera de no depender económicamente de sus parejas, y se dedican al comercio informal a vender productos de belleza.

La participante BL04/20, a pesar de los intentos que ha tenido respecto a algunas alternativas de trabajo y no encontrar uno que a ella le conviniera a pesar de que se le brindó la oportunidad de tener un trabajo acorde a sus características, ella decide que no le gusta trabajar para las personas al tener conflictos con la autoridad. Por lo tanto, ella entiende que la mejor opción que tiene es trabajar para su ex pareja, lo cual provoco que tiempo después regresaran.

Ella misma menciona un autosaboteo, y que no está bien regresar con él, sin embargo, a pesar de tener otras alternativas, es una situación cómoda y para ella es sencillo seguir con esa relación. Perpetuando la relación a pesar de conocer sus alternativas de cambio. Para las demás usuarias, las decisiones de encontrar un trabajo marcaron situaciones en relación a la parte económica, social y personal.

En el área de relaciones de pareja, pese a las amenazas recibidas por sus anteriores parejas, tres de ellas encontraron una pareja. A pesar de que no ven planes específicos con ellos, ellas mencionan sentirse tranquilas y seguras. Realizaron una evaluación de factores de riesgo y no se encontraron hasta la fecha factores de violencia, sin embargo, es una relación que apenas comienza y están conscientes que deben de tener precaución.

Destino

Crean en un destino, pero este puede ser modificable en el momento que ellas lo decidan. Crean el poder de sus decisiones y las repercusiones que estas tienen en su vida. Sin embargo, también están conscientes que, aunque también pueden interferir otras personas para ayudar a modificar su destino, estas decisiones solo serán aceptadas en pro de un beneficio personal.

Categoría de Control de la situación de violencia

A continuación, se muestra en la figura 18 que ayuda a visualizar como las participantes tienen una participación importante en las situaciones de violencia y como el poder y el control juegan un papel importante para que esta situación las pueda afectar.

Figura 18 Control de la situación de Violencia

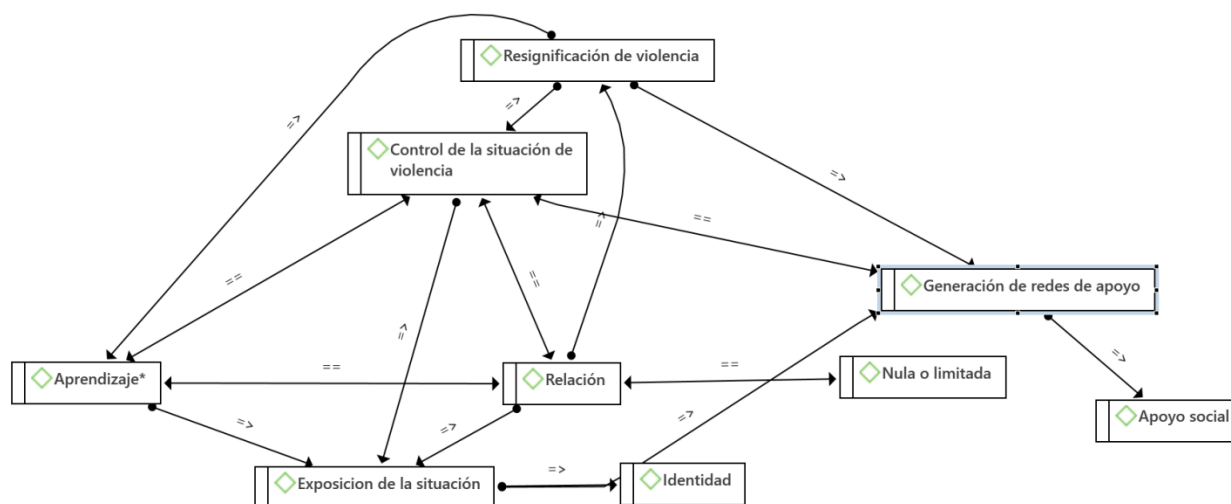


Figura 18 Control de la situación de Violencia, (símbolos de los códigos: <> contradice; => es causa de; [] es parte de; *}es una propiedad de; == está asociado con).

Control

Mencionan que el control de la situación de violencia ahora lo tienen ellas. No han desaparecido del todo estas violencias que sufren, ahora se ha modificado, ya que las participantes no tienen una relación directa con las ex parejas, sin embargo aún hay contacto por sus hijos. Se sienten fuertes y capaces de enfrentar la situación porque ahora tienen redes de apoyo que están con ellas acompañándolas. De igual forma mencionan que ha sido efectivo el apoyo social que tienen de sus vecinos amigos y algunos miembros de su familia.

Resignificación de la violencia

Han dado otro significado a sus relaciones. Hay un aprendizaje y pueden identificar situaciones y personas que no las hacen sentir cómodas. Ahora pueden hablar de lo doloroso que fue el proceso, e incluso pueden ayudar a otras mujeres que se encuentran en la misma situación siendo ellas parte de las redes de apoyo de otras personas, al contar y compartir las decisiones que tomaron, así como la solución de problemas y brindando retroalimentación de las cosas que hubieran hecho diferente en una situación similar.

Mencionan que ya han aprendido a identificar y tienen un olfato para personas violentas. La relación con sus agresores es nula o limitada ya han evitado a no caer en provocaciones y a saber que contestar o incluso no contestar. Aunque en cuatro casos no pueden tener una relación nula, esta se volvió limitada y solo se relacionan a temas que tengan que ver con la crianza de los niños.

Duelo

Aunque en el estudio 1 no se evaluaron situaciones de duelo, debido a los sucesos que ocurrieron en la intervención, de muertes cercanas y por las condiciones de pandemia y pérdidas,

se decidió realizar una sesión especial para aquellas que lo necesitaran. Varias sesiones se tuvieron que reparar o cambiar y aplicar técnicas en cuanto intervención en crisis, resignificación de la pérdida, regulación emocional, todas ellas encaminadas a vivir un duelo.

Las respuestas del estudio 1 y 2 fueron comparadas y analizadas, a continuación, se muestra una tabla 18, donde se pueden encontrar dicho análisis, así como las técnicas psicológicas implementadas para que existiera una transformación o dependiendo el caso, una similitud en cuanto a las categorías. Si bien en la mayoría de las categorías existe un cambio significativo y por lo tanto una transformación de creencias, aún permanecen algunas similitudes en relación al estudio 1 y al estudio 2.

Algunas conductas como las amenazas de quitar a sus hijos o a las mascotas, así como el acoso sexual que viven las participantes, el control de dinero, son conductas que ellas no pueden cambiar porque son responsabilidad de sus ex parejas, sin embargo, ellas han trabajado para que estas conductas no afecten su estabilidad emocional y física.

Su consumo de alcohol, aunque solo en una de ellas permanece de manera elevado, en las otras cuatro participantes permanece como un consumo ocasional y no se presenta en relación a conductas de riesgo. Han evitado el consumo de otras sustancias, y podido identificarlo en sus hijos adolescentes.

Permanecen siendo cuidadoras primarias de su familia, específicamente de su mamá, pese a identificarlas como agresoras; sin embargo han cambiado la forma de comunicación y han aprendido a relacionarse de otra forma, aprendieron a poner límites y a ser más asertivas, buscando la solución de problemas y un bienestar personal. En cuanto al apoyo estructurado de vecinos amistades y religiosos no ha cambiado nada, pero ha aumentado o se a potencializado la ayuda significativamente.

Tema	Estudio 1	Técnicas	Estudio 2	Transformación	Similitud
Factores clínicos	Consumo de sustancias, alcohol. Drogas	Psicoeducación Anderson (1980)/ Toma de decisiones Nezu, Nezu, y McMurrán (2008)	Consumo de sustancias, alcohol ocasional	Se quitó el consumo de drogas.	Alcohol
	Miedo (ideas persecutorias/paralización)	Greenberg (2002) Razonamiento emocional / Reestructuración Cognitiva Ellis (1989)	Confianza	Ya no hay miedo, hay evaluación de la situación	----- -----
	Tristeza (Insatisfacción con su vida)	Greenberg (2002) Razonamiento emocional	Serenidad / Sentido de vida	Ya no hay sentimientos de tristezas	----- -----
	Seguridad, hechos amenazantes (quitar a los niños y mascotas)	Plan de Seguridad Personal (Claramunt, 1999)	Amenazas / quitar a los hijos y mascotas	-----	Amenazas
Situación de Violencia	Culpa/Vergüenza	Greenberg (2002) Razonamiento emocional/ Reestructuración Cognitiva Ellis (1989)	Aprendizaje	Ya no hay culpa, hay aprendizaje	----- -----
	Aislamiento social (ocultamiento del maltrato)	Rosenberg 1984. Costo beneficioso	Apoyo social/ generación de redes/ exposición de la situación	Se expuso la situación y hay apoyo social	----- -----
	Control del agresor/relación de poder	Rosenberg 1984. Costo beneficioso	Control de ellas mismas de sus decisiones	Se asume la responsabilidad	----- -----
	Perdida de la identidad	Reestructuración Cognitiva Ellis (1989)	Identidad	Hay identidad propia	----- -----
Mujeres en situación de violencia	Padres/madres violentadas/violentadores/ cuidadoras primarias	Comunicación violenta/ límites. Rosenberg 1984. Costo beneficioso	Evitar reproducción de violencia Transgeneracional	Identificación de violencia	Cuidadoras primarias de la madre
	Niños (Autolesiones)	Referencia a apoyo psicológico	Evitar reproducción de violencia	Identificación y transformación de la violencia	----- -----
	Preadolescentes (lesiones a los demás)	Referencia a apoyo psicológico	Evitar reproducción de violencia	Identificación y transformación de la violencia	----- -----
	Adolescentes (Consumo de sustancias/abuso sexual/violación)	Referencia a apoyo psicológico	Evitar reproducción de violencia	Identificación y transformación de la violencia	----- -----
Tipos de Violencia	Sexual (Violación, infidelidad, abuso sexual, actividad de riesgo)	Plan de Seguridad Personal (Claramunt, 1999)	Sexual (celos, insinuaciones, acoso sexual)	Ya no hay violaciones, infidelidad; se aumentaron los celos	Acoso sexual
	Psicológica (comunicación violenta, humillación, manipulación, chantaje, amenazas)	Comunicación asertiva, Rosenberg (1984).	Psicológica (desacreditación social, chantajes, amenazas, gaslighting)	Cambiaron las formas psicológicas de violencia.	Chantajes, amenazas
	Física (jalones/golpes)	Plan de Seguridad Personal (Claramunt, 1999)	-----	No existe la violencia física actualmente	----- -----
	Económica (control de dinero y no dejar trabajar)	Toma de decisiones Nezu, Nezu, y McMurrán (2008)	Económica (control de dinero)	Ya trabajan	Control de dinero

Redes de apoyo	Fragmentada (Apoyo Institucional, apoyo Comunitario)	Solución de problemas Oliver y Margolin (1990) Comunicación asertiva, Rosenberg (1984).	-----	Ya no hay redes fragmentadas	----- -----
	Limitada/ débil (Apoyo familiar)	Solución de problemas Oliver y Margolin (1990) Comunicación asertiva, Rosenberg (1984).	Limitada (Apoyo familiar, se identificó y evito reproducirse)		Apoyo familiar limitado
	Estructurada (Apoyo de amistades, religioso, vecinos)	Psicoeducación Anderson (1980)	Estructurada (Apoyo comunitario, institucional, vecinos, amistades, religiosos)	Se adhirieron redes comunitario e institucional a apoyo estructurado	Apoyo estructurado de vecinos, amistades, religioso
Fatalismo	Suerte (conductas negativas a una decisión propia/ conductas positivas a Dios)	Toma de decisiones Nezu, Nezu, y McMurrán (2008)	Decisión propia	Responsabilidad de decisiones	----- -----
	Control Divino el poder de las decisiones	Toma de decisiones Nezu, Nezu, y McMurrán (2008)	Fe en Dios, control de las decisiones propias	Control de decisiones propias	----- -----
	Destino controlado por Dios u otros/ incierto y preocupante	Planeación a corto y largo plazo, Hayes, Strosahl, Wilson (2015)	Resolución/ bienestar	Ellas tienen planes	----- -----
	Locus Interno (no hay control/ autosaboteo)	Toma de decisiones Nezu, Nezu, y McMurrán (2008)	Hay control de uno mismo	Control propio	----- -----
	Pesimismo (planes inciertos, falta de trabajo)	Toma de decisiones Nezu, Nezu, y McMurrán (2008)	Planes a corto y largo plazo/ oportunidad de trabajo	Ya hay trabajo y oportunidades	----- -----
Permanencia en la relación	No identificación de la violencia	Psicoeducación Anderson (1980)	Identifican la violencia	Identifican tipos de violencia	----- -----
	Conformismo de la situación	Leahy (2003) Técnicas de procesamiento emocional.	Inconformismo	Inconformismo que genera un cambio	----- -----
	No hay opciones/ No hay apoyo	Toma de decisiones Nezu, Nezu, y McMurrán (2008)	Hay opciones/ hay redes de apoyo	Ya hay opciones para salir de la situación	----- -----
	Disminución de la economía	Solución de problemas Oliver y Margolin (1990) Planeación a corto y largo plazo Hayes, Strosahl, Wilson (2015)	Oportunidades de trabajo	Son ellas las que aportan económicamente	----- -----

Tabla 18 Comparación entre el estudio 1 y 2

Expectativas de la intervención

Al principio de la sesión 1 se les pidió a las usuarias, que manifestaran las expectativas que tenían de la intervención psicológica que se estaba iniciando. La mayoría de las respuestas de estas usuarias fueron:

- “Sentirme mejor, y sentir menos dolor”
- “Tener una vida mejor”
- “Mejorar la autoestima”
- “Reconstruir su vida”
- “Aprender a tratar con sus ex parejas”

Se registraron estas respuestas para ser retomadas en la última sesión de la intervención y comparar las expectativas pre tratamiento y post tratamiento para ver si se alcanzaron tanto los objetivos como las expectativas. Las frases que mencionan en la última sesión, donde mencionan sentirse tranquilas y satisfechas con la intervención son:

“Me ayudaste mucho a sanar, mucho más rápido de lo que yo imaginaba. Pensé que no iba a poder y que tal vez no sería tan fuerte para hacer todo lo que hasta el momento llevo haciendo y gracias a ti fue que me ayudaste a entender que no era yo el problema, sólo me compadecía de los demás y justificaba las acciones de otros pensando que era mi responsabilidad pero sé que no es así y nunca fue así...Gracias Pao por todas esas terapias que hoy en mi vida valen oro jamás me había sentido así de cómoda en una sesión, tu persona, tu forma de ser, tu amabilidad, tu compromiso con tu trabajo logro mucho de verdad muchas gracias” FT01/20.

“¡No somos familia, pero tengo un lazo muy fuerte de agradecimiento, congeniar bien es parte importante y más con el psicólogo, que todo lo bueno que da, se le retribuya siempre! Muchas gracias...No al contrario gracias a ti, por apoyarme. Desde el principio siempre respondías el saludo y me sentí muy a gusto a diferencia de con el resto. Y como te dije te agradezco enormemente todo lo que pude lograr de tú mano” LZ02/20

“Estoy muy feliz, con todo lo que está pasando en mi vida...La quiero mucho doctora...Por usted, le doy las gracias porque me ha servido mucho platicar con usted” LS03/20

“Gracias por ayudarme y guiarme a tomar buenas decisiones y animarme a seguir adelante pese a las circunstancias” BL04/20

“Gracias por ese cariñito al corazón, lo recibo con gratitud, gracias por tu acompañamiento, por tu guía y por la esperanza de una vida diferente” GL05/20

Adherencia a la intervención

Las mujeres que participaron en la intervención, en general se adhirieron a esta; hubo una buena participación de ellas en la mayoría de las sesiones. En algunas semanas se tuvieron que suspender las sesiones debido a situaciones externas, como la muerte de un familiar, el que no tuvieran internet para poder llevar a cabo las intervenciones, el poder realizar un trámite legal, o alguna situación en referencia a sus hijos o sus padres, sobre todo situación médica.

Las mujeres de esta intervención avisaban por mensaje de texto o llamadas si iban a faltar a las sesiones. En las últimas sesiones a dos usuarias les costó trabajo el incorporarse después de una falta, una de ellas mencionó que no quería tener sesión terapéutica y la disculpará; otra usuaria mencionó que se había quedado dormida, pidió disculpas y pidió re agendar la cita. Ninguna mujer abandonó el tratamiento.

Cumplimiento de las tareas

En las sesiones de las intervenciones se llevó un registro de las tareas que se dejaron en cada sesión. Algunas mujeres llegaban a las sesiones con tareas incompletas, a ellas se les reforzaba para que las hicieran en la semana que no nos veíamos. Sin embargo, trabajábamos en la sesión y hacíamos algunas actividades.

Algunas tareas que tenían que ver más con reflexión o poner en práctica algunas técnicas vistas en sesión tenían mayor frecuencia de realización; al contrario, las tareas que se realizaban

en papel para que ellas pudieran escribir les costaba trabajo o evadían hacerlas. En las últimas intervenciones hubo una notaría evolución que quizás tenga que ver con que los ejercicios eran un poco más prácticos y enfocados a la modificación de comportamientos y enfrentar conflictos.

Frecuencia del cumplimiento de tareas

Tabla 15

Frecuencias del cumplimiento de tareas

Cumplimiento de las tareas	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15
Si las realizaron	5	4	5	5	4	3	2	4	5	5	5	5	5	5
No las realizaron	5	1	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0
Tareas incompletas	0	0	0	0	1	2	1	0	0	0	0	0	0	0
Tareas que costaron trabajo	0	1	0	0	1	2	3	1	0	0	0	0	0	0

Algunas situaciones de las mujeres que estaban en situación de violencia que les impide la realización de estas tareas son:

Las labores domésticas

Las actividades con sus hijos

Las actividades del trabajo

La evitación

Cabe resaltar que el % cumplieron con la mayoría de las tareas.

Efectividad de la intervención

Una referencia importante para entender la violencia que viven las mujeres en Cuautla, fue la de entender el concepto de violencia de género en contra de ellas, y entender que hacía referencia a

las desigualdades entre relaciones de poder entre los géneros, y que han causado daño tanto emocionalmente como físicamente.

Mantenimiento de los resultados del tratamiento.

Medidas postratamiento y seguimientos

En general se comprueba mejoras en las mujeres que se encuentran en una relación de violencia. Ya no hay síntomas como: miedo o tristeza, al menos no por la situación de violencia. Estas emociones se relacionan a que han perdido algún integrante de su familia o un conocido. A lo largo de las sesiones de seguimiento, se puede ver mejorías en el autoconcepto de las mujeres; muchas de ellas cambiaron las formas de vestir y su aspecto físico, ahora lucen más arregladas y son más extrovertidas, incluso las personas se lo hacen saber. También mencionan que se volvieron más asiduas a redes sociales y suben fotos con sus hijos o ellas solas, mencionan que eso no lo hacían antes.

En el seguimiento de tres meses se identifica que una de las participantes regresó con su pareja, pese a que tuvo oportunidades de cambio y pudo tener buenos trabajos, mencionó que la terapia le había ayudado mucho, pero que debido a condiciones de pandemia y la afectación económica social, prefería tener esa oportunidad de trabajar con él haciéndole la comida y limpiar su ropa, así no corría riesgos. Para el seguimiento de 3 a 6 meses, se identificó que la usuaria había dejado a la ex pareja, debido a que lo encontró engañándola con una conocida de ella, e incluso asistían al lugar donde ella trabajaba para burlarse. Ella pudo recibir un apoyo económico por parte de un programa gubernamental, sin embargo, este dinero que lo iba a ocupar para poner un negocio, lo ocupó para el tratamiento de Covid-19 de su madre.

De la misma manera, la sintomatología depresiva a partir de las medidas pos tratamiento y en todos los seguimientos se puede notar la ausencia de sintomatología. La autoestima de las mujeres se recuperó después del tratamiento, y con el paso del tiempo sigue mejorando. Las mujeres en situación de violencia pudieron encontrar una pareja que no es agresiva. Pudieron permanecer en un trabajo, siendo ellas el sustento de su hogar, a pesar de que aún puede existir

control económico por parte de sus ex parejas, se encuentran en un proceso ejerciendo el derecho por sus hijos.

Los restos de sangre así como simbólicos del bebé (como ropa, juguetes etc, cartas) del cual otra de las pacientes había experimentado un aborto debido a la violencia que ejercía su ex pareja y que fueron guardados durante algunos años, culminó en que por medio de un ritual de despedida pudieron ser enterrados en una fosa familiar. La usuaria menciona que recuerda a la pequeña con cariño, y que aprendió a perdonarse sobre la decisión que tomó.

CAPÍTULO VI
Discusión y Conclusiones

6.1 Discusión

Las mujeres de esta intervención se caracterizan por tener un rango de edad de entre 25 a 40 años, de un nivel económico medio a bajo, y un nivel cultural formativo bajo. Sólo una de ellas terminó su carrera universitaria, mientras que las demás se encuentran entre secundaria o preparatoria. Después de la intervención, el 80% de ellas se encuentran separadas o en trámites de separación. Se encontró consumo de alcohol y drogas a temprana edad <12 años de edad, lo cual concuerda con las investigaciones de Seedat y et al, (2011), donde identifican a mujeres en situación de violencia y su relación con un consumo de sustancias a temprana edad.

Las mujeres que participaron en esta intervención tenían antecedentes de haber sufrido agresiones de pareja anteriormente, esto se ve en los estudios de Alonso (2007). Las mujeres afectadas por violencia de pareja han vivido o presenciado violencia familiar, relacionada a lo propuesto por Alonso (2007), Fernández y García (2007). En este estudio se pudo identificar que las mujeres señalan haber estado en una situación de violencia psicológica sexual y física al mismo tiempo que vivieron una violencia económica y patrimonial, esto tal y como lo describe Alonso (2006), al describir las poliviencias que viven las mujeres en una relación de pareja.

En cuanto a la violencia física, se constató que los lugares más afectados por las lesiones físicas son la cara y el cuello. En muchas ocasiones, la violencia verbal de las mujeres, por ejemplo, gritos, improperios, etc. desencadena, por parte del maltratador, intentos para silenciar estas reacciones mediante golpes. Este tipo de sucesos se describen en INMLCF (Forero, 2009). Es común que el maltratador establezca contacto visual con la víctima, algunas mujeres pudieron describir como a sus ex parejas les gustaba ver el sufrimiento y las reacciones de temor, estas sensaciones hacían que el maltratador aprenda cómo hacer daño. Esto también hace que la víctima guarde el recuerdo de expresión de la cara del maltratador, favoreciendo el almacenamiento de memorias traumáticas.

La violencia física va acompañada de amenazas y otras formas de violencia psicológica. En ocasiones cuando cesa la violencia física y psicológica, pueden darse episodios de violencia

sexual. El maltratador exige tener relaciones sexuales sin importar los sentimientos de la víctima, ni su rechazo y por el contrario la mujer se siente obligada a aceptar la situación por miedo a desencadenar otro episodio de violencia. Durante el ciclo de violencia es naturalizado que exista una combinación de las formas de violencia; ellas señalan concurrencia de al menos dos formas de violencia, lo más frecuente es la concurrencia de las tres formas de violencia al mismo tiempo (física, psicológica y sexual).

Las conductas más comunes de violencia psicológica son: humillaciones, trato denigrante, intimidación y las amenazas, descritas en esta intervención. Las formas más frecuentes de violencia sexual son: relaciones sexuales sin consentimiento y humillaciones respecto a su capacidad sexual. Reconociendo que la VP se presenta en forma de espiral o escalada, es importante describir algunos factores de riesgo para la gravedad de la violencia acorde con las propuestas de Echeburúa et al (2009).

Mientras que los agresores son hombres adultos de entre 30 y 40 años, esto significa que son mayores que sus ex parejas y de un nivel educativo de primaria o sin estudio en un 80%. Perciben ingresos económicos más altos que sus ex parejas. Estas características concuerdan con estudios de (Echeburúa, 2009; Holt, 2003), donde se percibe a la mujer con un nivel educativo mayor en comparación a los hombres. Todos estos factores concuerdan con el nivel 4 de riesgo de maltratadores propuestas por Amor et al (2009).

Es importante hacer notar que los hijos de las usuarias durante las agresiones y violencia que las madres vivieron, presenciaron la mayoría de las situaciones, e incluso en varias ocasiones ellos pudieron intervenir, para que su padre dejará de ejercer violencia. Cabe mencionar que en todas las familias al menos uno de los hijos presenta comportamientos de agresiones y autolesiones. Tal y como se habla en los estudios descritos por Bowen, (1981), la violencia en contra de las mujeres puede ser transgeneracional.

En esta investigación, se pudo identificar que dos hijas de las usuarias en etapa de adolescencia, habían sufrido violencia sexual por algún miembro de la familia y que, en el

proceso de evaluación e intervención con estas chicas, se pudieron identificar como mujeres en situación de violencia por parte de sus parejas. Un hijo de una de las participantes que se encuentra en etapa de adolescencia, tuvo también, que ser referido a terapia psicológica, por su adicción a drogas y alcohol, pero también por problemas de agresividad, con su madre. En el seguimiento que se realizó a la participante, nos comentó que no quiso asistir a la terapia psicológica, sin embargo, lo llevaron a trabajar al lugar de origen de la madre y se encuentra vigilado por la familia materna, al mencionar no querer vivir con su madre.

Mientras que un hijo de una usuaria de 8 años tuvo que ser referido para recibir atención especializada a niños, debido a que mostraba conductas agresivas; en varias ocasiones agredía físicamente a su madre, de igual manera que tenía una afectación psicológica por la situación de violencia que vivió. Las otras dos usuarias, dos niños, de entre 3 y 4 años de edad, mostraban agresiones a sí mismos y a las demás personas, además de llantos profundos cuando se encontraban en visitas con sus papás. A ellas se les sugirió que los niños pudieran asistir a terapia psicológica.

A pesar de que la situación de violencia se haya presentado alrededor de 1 a 3 veces por semana, la tolerancia a permanecer en una relación de violencia de pareja fue alta. Lo anterior puede relacionarse con las dinámicas familiares mexicanas. Una de las principales causas por las cuales las mujeres dicen permanecer en estas relaciones violentas es por no querer desestructurar su familia.

Lo anterior se puede explicar desde la Teoría del aprendizaje social de Bandura (1973), donde una mujer que se involucró en situaciones de violencia familiar en la infancia y hasta la adolescencia, o presencio durante esta etapa situaciones violentas, tiene mayor riesgo de sufrir o ejercer violencia en otras etapas de su vida. Se habla entonces de una polivictima que tiene tendencia a replicar o permanecer en situaciones que le son familiares.

Con lo anterior no solo se corrobora con la literatura de aquellos aspectos transgeneracionales de violencia, sino que, enfatiza en que las relaciones familiares son modelos para el desarrollo de comportamientos agresivos y violentos. Con lo cual se comprueba que

sufrir o presenciar violencia parental, aumenta el riesgo de tener relaciones interpersonales violentas. (Gadoni-Costa, 2011; Lamoglia & Minayo, 2009; Marasca, Razera, Pereira, & Falcke, 2017).

Fue una constante que todas las mujeres que estuvieron en esta intervención, tienen el aprendizaje de un rol pasivo dentro de la relación de pareja. La mayoría de las mujeres presenciaron violencia en sus familias de origen y mencionaron que sus madres no salieron de esa relación violenta, o que sólo se pudieron salir de esa relación cuando sus padres murieron. Esto coincide con las propuestas de Alonso (2007) y Echeburúa y Corral, (1998), donde se habla de la violencia transgeneracional.

De acuerdo con el Modelo Bifásico de la Toma de Decisiones descrito por Choice y Lamke (1997), las mujeres tienen una disonancia cognitiva en el proceso de permanencia o salida una relación de violencia. Las mujeres deciden continuar o concluir su relación en función de la respuesta de estas preguntas: 1) ¿estaré mejor fuera de la relación?; y 2) ¿seré capaz de salir de ella con éxito? Según esta teoría, la respuesta de esta primera pregunta se basa en cuatro factores: a) el grado de satisfacción con la relación de pareja) la inversión realizada; c) la calidad de las alternativas disponibles; y d) la presión ambiental y familiar para continuar o concluir la relación. La respuesta a la segunda pregunta depende de los recursos psicológicos, apoyos comunitarios a nivel socioeconómico y jurídico. Si las respuestas son negativas, ellas permanecerán en la relación de pareja

Por ejemplo, la participante BL04/20, es una persona que tiene una historia de vida con bastantes comorbilidades como: depresión, ansiedad, TEPT, adicciones y rasgos de personalidad de TLP; además de tendencia suicida en varias ocasiones, incluso una de ellas, al inicio de la intervención. Lo anterior y las condiciones actuales de vida de ella, sumado a la débil red de apoyo que tiene por parte de su familia, hizo que retardara su proceso.

Al confrontar a la participante, mencionaba tener consciencia de lo que pasaba y a pesar de que sabía lo que debía hacer, ella no conocía otra vida, pese a los esfuerzos de la intervención aún había ideas fatalistas presentes. De acuerdo con la Teoría de la acción razonada o conducta

planificada (Ajzen, 1985; Fishbein y Ajzen, 1975; Pfouts, 1978), el proceso de dejar o permanecer en una relación de pareja implica una intención conductual, en función de la norma social y las expectativas de los resultados. Es decir, la valoración de costos y beneficios que se perciben en consecuencia de las posibles alternativas. Así es más probable que la mujer, decida permanecer en su relación de pareja si ante la ruptura teme sufrir más violencia, padecer problemas económicos o quedarse sin la custodia de sus hijos.

Todo lo anterior se comprueba cuando a la participante BL04/20, se le brindaron otras oportunidades de vida, por ejemplo: enlazarla a otra institución para que se le brindará apoyo económico; fue en ese momento cuando ella tomó la iniciativa de poder dejar a su pareja. En otras ocasiones, cuando él le fue infiel y ella se enteró, se enojaba, pero a los pocos días, menciona, regresaba con él. Esta vez menciona que es diferente, porque ya hay planes específicos que ella pretende conseguir.

Con los planes de poner un negocio, ella demostraba que había un proceso de toma de decisiones. Mientras que para las demás, fue necesario todo un proceso de visualización de estabilidad económica. Cuando ellas intentaron trabajar mientras estaban en la relación de violencia, los agresores ocupaban esa excusa para vigilarlas, presionarlas, quitarles su dinero o molestarlas con celos, hasta que ellas decidían renunciar, lo cual concuerda con los estudios de Akar et al (2010), Bargai et al (2007) y Carreño (2010), donde exponen estas mismas situaciones, ante una ruptura amorosa. Estas situaciones persistieron, aun cuando ya no eran pareja; sin embargo, se apoyaron de un plan de seguridad y de redes de apoyo para que ellas se sintieran seguras y pudieran ejercer una actividad laboral.

El apoyo social comunitario es importante para poder salir de una situación de pareja. Por ejemplo, las mujeres después de terminar su relación siguen sufriendo acosos, amenazas, agresiones y tener a alguien que las acompañe en esta etapa es muy gratificante; de igual manera el ayudar a la mujer a enfrentar estresores como la búsqueda de trabajo el cuidado de los niños son papel importante del apoyo social.

Las relaciones de pareja no solo afectan las relaciones familiares sino también las relaciones sociales de la mujer que se encuentra en situación de violencia. La mayoría de las mujeres a pesar de que tienen una familia o amigos mencionan sentirse solas. También han podido identificarlos como generados de violencia en contra de ellas o sus hijos. Así decidieron poner límites y basar su relación en valores como el respeto.

La relación con su familia no es muy buena, en la mayoría de los casos pudieron identificar que su madre es generadora de violencia, sin embargo, ellas siguen apoyándolas cuando se encuentran enfermas, o siendo sus cuidadoras primarias. Mientras que la relación con el padre es nula. Solo una de ellas menciona que ha tratado de hacer cosas para remediar la mala relación con su padre, pero no ha funcionado.

Hay algunos amigos o vecinos que las han motivado para pedir ayuda, siendo un soporte emocional para ellas. Aunque en algunas ocasiones los amigos que tenían en común con sus parejas han sido causantes de varios conflictos; esto debido a que sus ex parejas se han encargado de mencionar aspectos negativos de la vida de ellas, haciendo creer a los demás que la separación es culpa de las mujeres (gaslighting), y en la mayoría de las ocasiones han ejercido también una presión social para perpetuar estas ideas fatalistas.

Por un lado, estas personas les proporcionan apoyo moral y fuerza para tomar decisiones, y por otro lado, recursos económicos que muchas mujeres necesitan dada su situación de dependencia económica, pobreza y desamparo al que están expuestas. En cuanto al apoyo social autores como Beeble, et al (2009), Bell, et al (2008) y Briere y Scott (2006), mencionan que es de suma importancia para no perpetuar la relación y buscar la resignificación de las mujeres que se encuentran en la situación de violencia.

El apoyo institucional también se convirtió en un pilar fundamental para las participantes y que así pudieran buscar que los agresores resarcieran el daño y ejercieran las obligaciones de los padres de sus hijos. Existen asociaciones que fungieron un papel importante en la ayuda de estas mujeres; todo ello debido a las políticas claras, la posibilidad de incorporarse a un refugio,

y la posibilidad de tener atención integral o especializada tanto para las mujeres como para sus hijos.

En ésta misma dirección, este estudio constató que la mayoría de mujeres no cuentan con conocimientos básicos sobre la violencia de género, a pesar de que hay información escrita, campañas televisivas que sensibilicen a la población sobre el problema. Para ello lo más lógico es generar la habilidad de una identificación de las situaciones de violencia; lo que describe (Cohen, Stotland, & Wolfe, 1955, p. 291) como: “la necesidad de comprender y hacer comprensibles las experiencias del entorno”, y así buscar nuevos datos que resulten útiles para estructurar la situación en la que vive (la necesidad de estructura de la que hablan Neuberg & Newson, 1993; Cacioppo & Petty, 1982).

La naturalización del abuso sexual por ejemplo en la infancia ha hecho que a las usuarias les cueste trabajo identificar la violencia sexual y más la de pareja, entendiendo o haciendo referencia a que era un compromiso que ellas adquirían, implícito con la unión de pareja. La usuaria GL05/20 en algún momento mencionaba que de tantas veces que le llamaban “puta”, ella no sabía distinguir si era su gusto o era cumplir con el papel que su pareja le había asignado “Yo ya me comportaba como tal, porque pensé que eso le gustaba, pero ¿qué crees?, que me iba peor, porque me decía que de dónde lo había aprendido” (sic, GL05/20).

Algunos factores que forman parte para que se mantenga la situación de violencia pueden deberse a la situación de confinamiento por la cual se está pasando a nivel mundial OMS (2020), ya que puede afectar que las mujeres permanezcan en esa relación de violencia, por no tener las condiciones adecuadas en cuanto a vivienda, dinero y condiciones sanitarias etc.

La formación académica también forma parte del perfil sociodemográfico de las participantes de esta intervención, así como de los agresores. Por diversas causas se constata un nivel social cultural bajo de igual manera educativo con una vida laboral inestable, con periodos de desempleo y periodos de su estabilidad económica. Esto se describe en estudios de Riggs et al (2009); Schumacher et al (2001); Stith et al (2004).

El desempleo y las condiciones socioeconómicas, pueden funcionar como factor de estrés familiar pero no necesariamente conlleven a la violencia. Como parte de las acciones encaminadas a una recuperación, las mujeres que estuvieron en esta intervención buscaron trabajos cerca del hogar donde viven ellas o sus padres; encontrando trabajos esporádicos como: ventas de productos de catálogo, servicio doméstico, ventas por redes sociales. Con esta acción las mujeres mencionan que a pesar de que es derecho de sus hijos el recibir la pensión alimenticia, ya no se sienten presionadas si ellos son omisos, y no caen en provocaciones orientadas por la falta de recursos económicos, como ponerse en situaciones de riesgo, debido a las amenazas que ejercen los agresores.

En la fase de reconciliación, de acuerdo al ciclo de violencia, es común que sucedan promesas de cambio. Así como periodos breves donde hay un cambio, o que el agresor siga la vida como si no hubiera pasado nada. Existe también una situación que es necesario exponer; las mujeres de esta intervención mantenían relaciones sexuales como forma de reconciliación, lo cual las expone a una violencia sexual (Dutton & Golant, 1997; Echeburúa & Corral, 1998; Labrador et al, 2004; Walker et al, 2009).

Es importante mencionar que hubo una emoción específica, presente en ellas: miedo, ya que es una emoción que acompañó a las mujeres de esta intervención en cada fase de la violencia, incluida la recuperación. Sentir esta emoción hizo que las mujeres vivieran una manifestación de vulnerabilidad, al sentirse indefensas y al no poder controlar la violencia, tomando la decisión de permanecer junto a sus agresores, aumentando el trauma (Feeny et al, 2010; Foa et al, 2007; Foa et al, 2010).

La rumiación, los pensamientos y sentimientos de confusión se tuvieron que abordar para poder trabajar con el procesamiento cognitivo inadecuado de las víctimas de violencia. Evitando así, la cronicidad del miedo, para que ellas pudieran estabilizarse, reconocer la emoción y poder seguir sus vidas, tomando decisiones asertivas, que buscaran potenciar su bienestar, de acuerdo con Ehlers y Clark (2000), Ehlers et. al. (2005), Feeny et al, 2010, y Foa et al, (2007, 2010).

No sólo el miedo influyó para la permanencia en la relación, también surgió una etapa de conformismo. Cuando se les manifestaba el proceso emocional y/o jurídico que deberían de seguir, se mostraban fatalistas, incluso en algunas mujeres, el proceso de abandonar esta etapa y tomar acciones tardó hasta las últimas sesiones. Fue necesario brindarle a la mujer que está en situación de violencia, un ambiente seguro, lejos de estigmas y donde ella pueda tomar decisiones. El trabajo psicológico en esta intervención es el pilar para que ellas pudieran salir de esa situación de violencia. Este trabajo implicó un agente racional, complementada con varios factores como son la independencia y la autonomía.

Mientras que la racionalidad en una persona hace referencia a una condición estrictamente subjetiva e interna del sujeto, la independencia se mueve en un terreno dual interno y conductual. En la medida en que esta se refiere a la aptitud de un sujeto, para alejarse de condiciones, deseos preferencias de los demás, así como aceptar y escoger las suyas; será entendida entonces como la aptitud que tuvieron las mujeres para no dejar en manos de otras personas elecciones relevantes de su vida. Mientras que la autonomía es un proceso de socialización que debe de alcanzar la mujer en estas condiciones de violencia.

Una de las primeras fases del proceso de transformación de creencias fatalistas en relación a la situación de violencia de las mujeres, implica fortalecer recursos psicológicos de las víctimas, por ejemplo: la autoestima, el asertividad, las habilidades sociales y la toma de decisiones (Ben-Porat e Itzhaky, 2008). La toma de decisiones puede estar interferida por déficits de áreas en motivación, de cognición y afecto. Esto es descrito en la Teoría de la Indefensión Aprendida (Seligman, 1975; Walker, 1979, 1984), donde la mujer que sufre maltrato de forma impredecible e incontrolable durante un periodo prolongado de tiempo llega a un estado tal de indefensión y de déficit de estas áreas.

El que ellas decidieran un cambio implica asumir consecuencias desde la parte económica, hasta el área emocional. Este cambio se puede identificar, por ejemplo, en que ellas consiguieran un trabajo. Esto implicaba sacrificar una aparente estabilidad y generar un malestar para salir de un conformismo y así asumir responsabilidades y no delegarlas a otro.

La participante BL04/20 es un ejemplo de la tardada toma de decisiones, dejando la responsabilidad de estas decisiones en otro y de cómo el locus externo sigue presente. Aunque la participante se dio cuenta que tenía otras oportunidades para transformar aquellos pensamientos fatalistas, la decisión de ella fue permanecer en la relación y no cambiar su situación, continuando así con lo que ella considera como su destino. De acuerdo con el Modelo Transteórico del Cambio descrito por Prochaska y DiClemente, (1982) y adaptado por Brown (1997), podríamos identificarla en la transición de la etapa a la etapa 2.

A continuación, se retoman las etapas por las cuales pasa una mujer que pretende abandonar una relación de pareja para su descripción:

- 1) Precontemplación: la mujer tiende a minimizar o negar el problema y sus consecuencias.
- 2) Contemplación: hay una gran ambivalencia y disonancia cognitiva entre el afecto y el maltrato que sufre.
- 3) Preparación: disminuye la ambivalencia, se tiene más conciencia del problema y aumentan los deseos de cambio.
- 4) Acción: se realizan cambios, se toman decisiones, se emprenden acciones legales, etc.
- 5) Mantenimiento y terminación: las características de cada etapa pueden ayudar a comprender mejor las circunstancias en las que se encuentra cada víctima y las decisiones que suelen tomar en cada momento.

Es pertinente traer a colación la definición de locus de control de Rotter (1966) para entender la decisión de la participante de permanecer con las ideas fatalistas, por ejemplo, si las consecuencias deseadas o buscadas por la ruptura de pareja son impredecibles, guiadas por el azar o la suerte se habla de un control externo; si, por el contrario, la mujer percibe que las consecuencias son contingentes con su conducta y derivan de sus rasgos de personalidad hablamos de un control interno. Era necesario que ellas entendieran que a pesar de que la violencia es un acontecimiento social, la decisión de permanecer en ella es individual.

A pesar de que el fatalismo se ha visto descrito en algunos otros escenarios como: comunidades latinas, en países después de la COVID-19, y en condiciones de crisis económicas, aun son escasos los estudios que relacionan el fatalismo y las relaciones violentas de pareja. A continuación, se explican las diferencias de Fatalismo y de otras teorías que abordan temas de violencia de género.

El Modelo de Indefensión Aprendida por Seliman (1975), aunque se crea para explicar la depresión, tiene su adaptación en la ambigüedad emocional que lleva el tener episodios agresivos y de arrepentimiento, haciendo que la mujer se sienta indefensa y actué en consecuencia con miedo y tristeza. Este modelo basado en un condicionamiento, limita la interacción con el ambiente (entendido como lo social), posicionando a la mujer como el centro de los problemas y la solución. Aunque la intervención para el modelo de fatalismo que se propone aquí puede retomar algunas soluciones descritas en esta teoría, también es importante no olvidarse de la parte social, y de la interacción de los mismos con la víctima.

En el Síndrome de Estocolmo Doméstico propuesto por Montero (2001), se encarga de explicar el vínculo entre la víctima y su agresor, de esta manera comprende un proceso similar al que vive una víctima en un secuestro, donde se terminan aceptando las razones de la violencia, así como los periodos de arrepentimiento. Este síndrome queda limitado en cuando a los recursos necesarios para poder salir de la violencia, como el apoyo social y la toma de decisiones, así como la posible identificación de las violencias, ya que en este síndrome la naturalización de las mismas puede hacer que la violencia sea cíclica.

Cuando se habla por ejemplo de la Persuasión Coercitiva descrita por Escudero (2005), donde mediante tácticas de manipulación emocional el agresor encuentra en el aislamiento el control de la mujer, y sobre todo la activación del miedo, la culpa y la ansiedad llevando a una situación en ella de aislamiento social, qué favorece el mantenimiento de la violencia. Esta teoría se ve limitada al centrarse en los factores que ejerce el hombre y no lo que pasa con la víctima.

De acuerdo al modelo predictivo de la violencia doméstica descrita por Stith y Farley (1993), una de las condiciones para que se desarrolle una violencia de pareja es haber sido testigo de violencia marital durante la infancia y seis variables endógenas: alto nivel de estrés e insatisfacción en la relación de pareja; actitud de aceptación o no de la violencia de pareja; nivel de igualdad en la pareja; actitud de aceptación o no de la violencia; nivel de igualdad del rol sexual en el alcoholismo y nivel de autoestima. Una combinación de todo esto predice un comportamiento agresivo en el hombre. Aunque este modelo tiene un componente social al mencionar las condiciones de violencia transgeneracional, se limita en cuanto a las condiciones internas de las mujeres para lidiar con las variables endógenas.

De acuerdo al modelo de los mecanismos psicológicos de la violencia en el hogar propuesto por Echeburúa y Fernández Montalvo (1998), la violencia se explica a través de los mecanismos psicológicos siguientes: se crea una violencia expresiva que se genera a través de la ira y la falta de control de los impulsos, así como de expresiones; y dos la violencia instrumental que surge mediante un intenso sentimiento de insatisfacción sin sentimiento de culpa. Este modelo se queda limitado en comparación al modelo fatalista sobre los recursos internos de las participantes.

Uno de los motivos también de permanencia en la relación de violencia, es la dependencia emocional, esto se puede describir en el Modelo de Castigo Paradójico, (Long y McNamara, 1989), donde menciona que la conducta de las mujeres puede estar limitada en función de un patrón cíclico de interacción. En ella se describen cinco fases: creación de la tensión, descarga de la tensión por parte del maltratador, escape de la víctima, arrepentimiento del agresor y, finalmente, “reconciliación”, muy similar al descrito en el ciclo de la violencia de Walker (1979, 1984). Es necesario retomar las conductas cíclicas de la violencia, sin embargo, también se ve limitada en cuanto a las creencias que fomentan la propia decisión de permanencia en una relación violenta.

El relacionar el ciclo de violencia de violencia desde la teoría de fatalismo implica otorgar un peso social importante. Ya que, estas creencias como lo hemos visto a lo largo de líneas

anteriores tienen una responsabilidad en la aparición y perpetuabilidad de la relación violenta. Sin olvidar algunos aspectos que son importantes mencionar sobre el fatalismo como:

- a) La impotencia (powerlessness: la propia acción no puede cambiar el destino fatal), es la probabilidad esperada por el sujeto de que su propia conducta sea incapaz de producir los resultados deseados. En otras palabras, hacer que las cosas sucedan (Bandura, 1997), tener control sobre los acontecimientos sociopolíticos, Seeman (1959, p. 785);
- b) La falta de sentido (meaninglessness), es el reverso de la necesidad de claridad cognitiva, y hace referencia a la falta de comprensión de los acontecimientos en los que está implicado el propio sujeto. Esto es a la incapacidad para predecir los resultados (Seeman, 1959, p. 786);
- c) El extrañamiento cultural, alude al rechazo de valores socialmente compartidos y altamente considerados en una determinada sociedad (Seeman, 1975, p. 111);
- d) El aislamiento social, definido en términos de exclusión, de rechazo o de falta de apoyo social (Seeman, 1975). Es un rasgo especialmente distintivo, como ya se ha visto en líneas anteriores y, finalmente
- e) El autoextrañamiento, sigue fielmente los pasos de Fromm (Seeman, 1959) para adentrarse posteriormente por consideraciones relacionadas con la autoestima y la pérdida de identidad (Seeman, 1975).

Todas estas dimensiones de la alienación tienen sus correlatos en el ámbito del bienestar y de la salud (Seeman, 1991; Barrio et al., 1989; Keyes, 2005), y éste es un dato que no debe pasar desapercibido teniendo en cuenta el compromiso de la Psicología con el bienestar y la posibilidad de que el fatalismo sea un elemento a tener muy en cuenta cuando volvemos la mirada en la violencia de género.

Por ello, la pasividad y conformismo descritas en estas participantes, descritas en el primer estudio a consecuencia de la incontrolabilidad, tiene una amplia variedad de perturbaciones conductuales, cognitivas y emocionales, afectando el bienestar y salud mental, así como física de las participantes. Las personas pueden volverse pasivas frente a situaciones que generan un

trauma y no son capaces de resolver problemas discriminativos sencillos, esto lo describe (Seligman, 1981), en estudios de gatos y perros, donde estos se vuelven menos competitivos, ante una amenaza.

Una mujer con estas creencias fatalistas no se siente como el centro de su mundo, como la creadora de sus propios actos (Fromm, 1956), para ella existen Otros o el propio agresor; se encuentra presa de las presiones sociales, atada a una relación de poder y sumisión. Se siente acorralada a una voluntad de Dioses omnipotentes, como un “algo” empobrecido que depende de los otros y de no sus propias capacidades, generando así una situación conformista. En relación a la dependencia y el aislamiento, estas mujeres en el estudio se alejan de rasgos personales como el optimismo, el locus de control interno, confianza en los otros y reciprocidad, y se muestran, por el contrario, como predictoras de baja autorrevelación (self-disclosure), baja participación democrática, y una mayor exposición a los riesgos ambientales, así como conformistas ante las adversidades Goodwin et al. (2002).

Este conformismo se puede entender como una estrategia de adaptación a un modelo social como es el fatalismo, debido a estilos, sentimientos, normas y la represión social. Todo ello implica la conformación de una estructura mental. Por ello es que se busca que estas mujeres por consecuencia de esta intervención generen la habilidad de poder controlar las decisiones de uno mismo, esto implicaría, por consiguiente: conocimiento, poder, actividad, confianza en sí mismo y e consecuencia emprender acciones. Es la capacidad para hacer que las cosas sucedan y lo hagan en una determinada dirección (Bandura, 1997). Y este momento generaría una libertad y dominio de su entorno como se vio al finalizar la intervención, y en los resultados del estudio 2.

De acuerdo con Brehm, (1966), esta libertad se alcanza cuando se acepta que se puede cambiar el curso de un determinado acontecimiento. Cuando se tiene la sensación de que se hace lo que uno quiere, de que no se tiene que hacer lo que no se desea, y de que se es el dueño de nuestras propias acciones. Y ellas lo mencionan en el estudio 2 en la categoría de Optimismo, cuando se han modificado las creencias fatalistas a creencias de control que de acuerdo con

Bandura (1997, p.3) estas se definen como: “Las capacidades que uno dispone para organizar y ejecutar las acciones requeridas para producir determinados resultados”.

En las primeras seis sesiones la percepción de peligro y amenaza era muy recurrente. Para las últimas sesiones fue disminuyendo esta percepción debido a las sesiones de intervención realizadas. Por ejemplo, el desarrollo de algunas técnicas de regulación emocional, que les ayudaron a calmar el miedo, así como a mejora la comunicación asertiva y por ende comenzar a tomar decisiones. También fue pertinente el aprendizaje de generar habilidades que les permitió trabajar con la efectividad de la resolución de conflictos (Echeburúa et al 2009).

Las primeras sesiones pusieron en evidencia problemas de autoconcepto, y autoeficacia en las participantes. Para la evaluación del estudio 2, ellas mostraron que el autoconcepto mejoró, y se mostraron con mayor número de resultados positivos en su vida, teniendo una buena relación con las demás personas. La descripción de las sesiones y a su vez el análisis de los resultados de los estudios de la intervención pre y post, sugieren evidencias de que la intervención alcanzó sus objetivos en un 80% de las participantes. En una de ellas, al hacer la evaluación del estudio 2 se pudo identificar que no se alcanzaron los objetivos (BL04/20), como se describió al inicio de esta discusión; sin embargo, en el seguimiento que se realizó 3 meses después, se pudo constatar que ella pudo seguir trabajando con la transformación de las creencias fatalistas, y en consecuencia dejar a su pareja, que ejercía violencia en contra de ella.

Una mujer víctima de violencia de género muy probable, si no recibe una adecuada intervención vuelva a concurrir con una nueva relación donde la pueden maltratar. Durante la intervención se pudo comprobar que esto ocurrió ya que por lo menos 3 usuarias pudieron identificar algunas conductas agresivas en personas que estaban conociendo en términos de pareja, después de su agresor. Fue importante trabajar con factores proximales de riesgo para que ellas no tuvieran nuevas relaciones de pareja violentas (Alonso, 2007).

De acuerdo con Oshana (2006), la autonomía en estas mujeres se alcanzó debido a la capacidad de tomar decisiones, puntualmente autónomas, pero también al sentido de llevar una

vida guiada por valores y creencias propias, una vida gobernada por una misma. No sólo fue necesario enfocarse en las capacidades psicológicas sino también tener en cuenta el tipo de entorno social y de relaciones en él se desenvuelven.

Es entonces, cuando las mujeres de esta intervención tomaron decisiones como: colocar una denuncia, buscar un trabajo, decidir la escuela de sus hijos, decidir tener una nueva pareja, decidir que personas la rodeaban y de quienes se tendría que alejar, decidir incluso sobre que ropa usar y su apariencia física. Fue entonces cuando se pudo constatar que ellas pudieron pasar de ser vulnerables por sentirse solas o desoladas, por permanecer en un destino que no les gustaba, a encontrarse y actuar como mujeres autónomas, con una historia y una vida propias, capaz de cambiar, cuando ellas así lo decidan.

En el discurso de mujeres sobrevivientes a una situación de violencia se puede identificar que ellas, pudieron influir en el medio que las rodea, emprendiendo una transformación de sus creencias y una construcción de su historia, pese a las condiciones sociales. Una vez que el fatalismo se trabaja a nivel cognitivo tal y como lo describe Martín- Baró (1998), la usuaria puede interferir que la realidad no está dada y se puede modificar en cualquier momento, siempre y cuando, como se vio a lo largo de esta intervención, las mujeres se conviertan en actores sociales de su propia realidad, reconociéndose como personas con capacidad de acción y habilidades interpersonales (Douglas y Zimermman, 1993).

Por último, es necesario hablar de que, para esta intervención, la relación con el terapeuta fue muy importante. En la primera sesión una paciente comenzó diciendo que ella ya había acudido a otras sesiones psicológicas, sin embargo, manifestó que sólo asistía a 3 sesiones y después dejaba de acudir. Esto es parte del autosabotaje que las mujeres experimentan, al exponer su vida, pero también al tener que encontrar recursos suficientes para poder salir de una relación de pareja tormentosa y que quizás de primer momento genera demasiado miedo.

Al finalizar las sesiones de la intervención se le hizo referencia a la primera sesión y ella se sorprendió de su adherencia al tratamiento. La relación terapéutica que se mantuvo, fue de

cordialidad respeto, pero sobre todo de mucha comprensión. Es necesario que la formación del psicólogo para trabajar con estas mujeres sea mediante la perspectiva de género. Pero también brindarle las facilidades para que ellas puedan desarrollar este proceso. Entiendo así que esta intervención fue lineal.

Las decisiones de las mujeres maltratadas, por ejemplo, separarse del agresor, seguir conviviendo con él o abandonarlo y a los pocos meses reanudar la relación, no deben ser objeto de victimización secundaria, y menos aún por los profesionales que tienen contacto con ellas desde diferentes ámbitos. Más que juzgar la decisión tomada por la mujer, conviene tener una visión más amplia y comprensiva, tomando en consideración las circunstancias de las víctimas (riesgos, necesidades, temores, otras vivencias emocionales, fase del ciclo en la que se encuentran, etc.).

De hecho, un componente básico del fortalecimiento de la víctima es que ella sea capaz de tomar sus propias decisiones, acompañada de un personal de salud mental que constantemente la esté retroalimentando. Salir de una relación violenta es un proceso de cambio dinámico que, en determinados casos, requiere múltiples intentos antes de conseguirlo definitivamente. Entender este proceso cíclico, hace que el profesional emplee las herramientas necesarias y tenga la flexibilidad de adaptarse a las mismas circunstancias por las cuales está transitando la mujer que está en proceso de salir de una relación de pareja (Dutton, Weinfurt y Cook, 2003).

6.2 Conclusiones

Hoy día, pese a las manifestaciones sociales, las investigaciones, las leyes y acuerdos que enfatizan el cuidar a las mujeres para que vivan una vida libre de violencia, aún hay gran parte de la sociedad que le resulta invisible la violencia en contra de ellas, incluso para ellas mismas, resulta algo impensable. Esto se debe en gran medida a que muchos comportamientos son graduales, y a veces difíciles de detectar por la persona que la está padeciendo; también resulta complicado identificar aquellos aspectos que ya están naturalizados y no se perciben como peligrosos a pesar de su etiología.

Una explicación para que estos aspectos se lleven a cabo es que los comportamientos y pensamientos que han estado naturalizados y que conllevan a un daño a las mujeres, tienen relación como lo hemos visto a lo largo de estos capítulos, en relaciones de género, basadas en poder y en desigualdades, pero también en la responsabilidad de mantener los vínculos. A lo largo de la intervención se pudo identificar que una técnica para la recuperación emocional de las mujeres que están en esta situación, es la visibilización de la violencia; mediante ella, pueden detectar los riesgos y el daño al que son sometidas. La autonomía y la independencia fueron factores importantes para que las mujeres pudieran decidir romper el fatalismo y el ciclo de violencia por el cual estaban oprimidas. Mediante el trabajo psicoeducativo que se llevó a cabo, las mujeres pudieron entender el origen de la violencia, aliviar la culpa, enfrentar el miedo y comenzar a transitar el recorrido de la reparación.

Este trabajo que se realizó, fue una herramienta de prevención y de intervención necesaria para abordar la violencia que sufren las mujeres por parte de sus parejas y, asimismo, prevenir la violencia transgeneracional que se estaba iniciando en sus hijos y demás miembros de la familia. De igual manera, se pudo prevenir por lo menos 5 feminicidios, que ya estaban en carpetas de investigación por intentos; y a su vez esta intervención repercutió en la vida de los hijos de esas mujeres, que seguramente de ahora en adelante estarán educados para no efectuar violencias, y para no aceptarlas como algo natural o un destino que se deba seguir. La naturalización del abuso sexual, y maltrato familiar en la infancia ha hecho que a las usuarias les cueste trabajo identificar la violencia sexual y más la de pareja, entendiéndola o haciendo referencia a que era un compromiso que ellas tenían.

Las usuarias de esta intervención, tenían una red familiar y de apoyo social desestructurada, nula o limitada. Se enfrentaron a situaciones de riesgo como consumo de sustancias psicoactivas, el inicio de relaciones sexuales a temprana edad, y las situaciones de violencia de pareja y familiar; de igual manera la vulnerabilidad emocional y física se presentaron como consecuencia de las situaciones de violencia ejercidas por sus parejas. A partir de estas observaciones fue pertinente la intervención psicológica centrada en soluciones

cognitivas y conductuales (como técnicas de autocuidado) en las cuales se reportó una mejora que incluso permaneció con el paso del tiempo, brindándoles a ellas y a sus hijos una estabilidad y seguridad emocional y física.

Este programa de tratamiento, fue integrador ya que combinó estrategias enfocadas en soluciones de la TCC y la TGS. Los cambios se pudieron identificar desde las primeras sesiones, sin embargo, cada una de ellas tuvo que ser flexible de acuerdo al proceso, las situaciones que se manifestaron, las características, cualidades y los recursos con los cuales cuenta cada mujer. Las habilidades y motivación de las usuarias ayudaron a la eficacia del proceso terapéutico. Esta intervención que a su vez generó como producto un manual es eficaz para trabajar con mujeres en situación de violencia extrema de pareja.

Es indispensable que las mujeres en situación de violencia tengan una terapia gradual y flexible. En esta investigación se concluyó que cada mujer tiene su propio proceso y que hubiera sido un error marcar los tiempos de resultados de una forma generalizada, porque esto sólo las hubiera presionado y hubiera sido una forma de sabotear su adherencia al proceso terapéutico. Cada mujer lleva consigo una historia y borrarla o eliminarla sería despersonalizarla, es por ello que uno de los objetivos de esta intervención fue el que ellas identificaran, modificaran y aceptaran sus propias decisiones, y como estas influyen en la historia de su vida; así comprendieron que el destino puede ser modificable para ellas.

Por último, se espera que este trabajo haya podido aportar en su entendimiento y abordaje a las mujeres que están en una situación de violencia, la oportunidad de generar nuevas alternativas para vivir una vida sin violencia en sus relaciones de pareja y familiares. El camino sobre las investigaciones de violencia y género es confuso y difícil debido a la etiología, la complejidad y la naturaleza, pero es muy enriquecedor y satisfactorio y con ello se genera una gran contribución no solo a la psicología sino a aquella comunidad de mujeres en situación de violencia.

6.3 Líneas futuras de investigación

Para futuras investigaciones se recomienda utilizar el formato grupal, si bien, la terapia individual tuvo un buen resultado en mujeres que están en una situación de violencia, el fomentar las redes de apoyo en mujeres que cuentan con redes débiles, facilitará el apoyo social, reforzará los avances y motivará el cambio y mejorará la afectividad de otras mujeres que se encuentran en las mismas condiciones.

Se recomienda se puedan ajustar algunos ejercicios de componente cognitivo, de acuerdo a las necesidades detectadas en las mujeres que están en situación de violencia, en general hubo buena comprensión de las técnicas utilizadas pero las técnicas se deben de ajustar a los objetivos, expectativas y diagnóstico de las entrevistas.

Se sugiere continuar con el seguimiento de las mujeres en situación de violencia que fueron atendidas en la intervención pues los verdaderos cambios pueden llegar a manifestarse a largo plazo; al igual que el mantenimiento de cambios y las recaídas que se puedan llegar a suscitar.

Es importante que como parte de la atención y recuperación de mujeres que están en situación de violencia se pueda contemplar a los hijos o familiares directos que hayan vivido o que hayan sido testigos de las agresiones para que para complementar la intervención claro siempre y cuando las posibilidades de que se lleven a cabo las intervenciones con ellos sean viables.

Se sugiere también la posibilidad que después de la intervención las mujeres que así lo deseen puedan llevar a cabo sesiones de reforzamiento, esto como prevención para futuras recaídas y como un compromiso ético y clínico de la intervención.

Es muy importante que los profesionales que están trabajando con mujeres en situación de violencia sean instruidos en cuestiones de género y tengan la sensibilidad para poder llevar a cabo las intervenciones y así generar buenas prácticas que permita orientar y acompañar a las

mujeres. De igual manera se reconoce que el trabajo en redes es importante por lo cual, se recomienda que se pueda desarrollar una comunicación efectiva con grupos, asociaciones, instituciones y demás personas que tengan relación con el trabajo de género.

Para la parte psicológica es importante que se cuenten con manuales y guías dirigidas a terapeutas o profesionales encargados de trabajar con personas en situación de violencia para transferir y externalizar el conocimiento a fin de contribuir con las buenas prácticas de la profesión en temas tan delicados como lo es el género y la violencia; de igual forma en trabajar con temas como lo es el fatalismo, poco trabajado en las líneas de investigación comunitaria, ya que es un aporte y reto para los profesionales, realizar investigaciones con temas sociales y transculturales.

Ojala que en algún tiempo próximo las nuevas investigaciones que se realicen sobre estas líneas como: género y fatalismo, enfatizen su trabajo en analizar cómo construir la paz, en lugar de trabajar con la violencia como lo menciona el Dr. Gómez Tagle López (2021). Claro, será complicado pero sin duda alguna serán los nuevos retos a los cuales nos tendremos que enfrentar desde la Psicología.

Referencias

- Agoff, C., Rajsbaum, A., & Herrera, C. (2006). Perspectivas de las mujeres maltratadas sobre la violencia de pareja en México. *Salud Pública de México*, 48, 307–314. <https://doi.org/10.1590/S0036-36342006000800011>
- Alarcón, R. (1988). *Psicología, pobreza y subdesarrollo*. Lima: Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología.
- Alberdi, I. & Mata, N. (2002). La violencia doméstica. Informe sobre los malos tratos a mujeres en España. *La Caixa*, 320-324.
- Alonso, J. y Castellanos J. (2006). Por un enfoque integral de la violencia familiar. *Intervención Psicosocial*, 15 (3), 253-274.
- Amon, J. J., & Wurth, M. (2020). A virtual roundtable on COVID-19 and human rights with human rights watch researchers. *Health and Human Rights*, 22(1), 399.
- Amorós, E. F. (2011). *CONSENTIMIENTO A LA REPRODUCCION ASISTIDA. Crisis de pareja y disposición de embriones*. Atelier Libros.
- Archer, J., & Lloyd, B. (2002). *Sex and gender*. Cambridge University Press.
- Arellano, O. L., & Saint Martin, F. P. (2006). Salud y sociedad. Aportaciones del pensamiento latinoamericano. *Medicina Social*, 1(3), 82-102.
- Asociación Médica Mundia, (2019). Declaración de Helsinki de la AMM-Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos.
- Balon, S. (2017). Dirección Administrativa de la Instancia de la Mujer Cuautla. Transparencia Morelos.
- Bandura, A. (1997). The anatomy of stages of change. *American journal of health promotion: AJHP*, 12(1), 8.

- Bank, W. (2018). *Women, Business and the law 2018*. Washington: International Bank for reconstruction and development.
- Barreiro, A. & Zubieta, E. (2010). Parsimonia cognitiva y legitimación de las injusticias sociales : la creencia en el mundo justo y el fatalismo latinoamericano . *Anuario de Investigaciones*, 7, 219–226.
- Barrientos, J., & Cárdenas, M. (2013). Homofobia y calidad de vida de gay y lesbianas: una mirada psicosocial. *Psyche (Santiago)*, 22(1), 3-14.
- Beauvoir, S. (1981). El segundo sexo (1949). *Buenos Aires: Siglo XX*.
- Beck, U. (1998): La sociedad del riesgo, Paidós Ibérica, S.A., Barcelona.**
- Benhabib, S. (1999). Sexual difference and collective identities: The new global constellation. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 24(2), 335-361.**
- Bonino, L. (1995). Desvelando los micromachismos en la vida conyugal. En J. Corsi (Eds.), Violencia masculina en la pareja. Una aproximación al diagnóstico y a los modelos de intervención (pp. 191-208). Buenos Aires: Paidós.**
- Bonino, L. (1999). Las microviolencias y efectos: claves para su detección. *Revista argentina de clínica psicológica*, 8, 221-233.**
- Bowen, M. (1981). De la familia al individuo. Paidós. Barcelona**
- Brito, J.L. (2016). 2016, el año más violento para las mujeres de Morelos pese a alerta de género. Proceso. recuperado de: <https://www.proceso.com.mx/463998/2016-ano-violento-las-mujeres-morelos-pese-a-alerta-genero>**

- Cáceres, J. (2009). La violencia en el seno de las relaciones íntimas, analizadas por un psicólogo clínico. *Pensamiento Psicológico*, 6 (13), 13-26
- Campos, B. (2016). El feticidio e infanticidio femeninos. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridicial Sciences*, 1-15. doi:ISSN: 1578-6730
- Cantera, L.M. (2007). *Casais e violência: Um enfoque além do gênero*. Porto Alegre, Brasil. Paideia Riberirao Preto .
- Carpenter, M. (2020). The OHCHR background note on human rights violations against intersex people. *Sexual and reproductive health matters*, 28(1), 1731298.
- Castañeda Abascal, I. E. (2007). Reflexiones teóricas sobre las diferencias en salud atribuibles al género. *Revista cubana de salud pública*, 33(2), 0-0
- Cava , M. J., Buelga, S., Musitu, G., & Murgui, S. (2010). Violencia escolar entre adolescentes y sus implicaciones en el ajuste psicosocial: un estudio longitudinal.
- Cerva-Cerna, D. (2014). Participación política y violencia de género en México. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 59(222), 117-140.
- Chesnais, J. C. (1981). *Histoire de la violence en Occident de 1800 à nos jours*. Paris: Robert Laffont.
- CIDHM (2015). Alerta de Género para ocho municipios de Morelos. *El Universal*. <https://www.eluniversal.com.mx/articulo/estados/2015/08/10/alerta-de-genero-para-ocho-municipios-de-morelos>.
- CIDHM (2019). *La Geografía del Femicidio en el estado de Morelo*. 1-42
- Cirilo, L. (2005), “Virtualidades pedagógicas del feminismo para la izquierda”, en *Revista Internacional de Filosofía Política (UNED-Madrid/UAM-México)*, nº 25, 2005

- Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2018). Respeto a las Diferentes Masculinidades. México. Sitio web:**
https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/Ninez_familia/Material/rip-respeto-dif-masculinidades.pdf.
- C. J. D. P. E. ESTADO DE MORELOS. (2015). Decreto por el que se expide el Programa Estatal de Acción ante el Cambio Climático de Morelos—PEACCMOR.**
- Collado, S. & Villanueva L. A. (2005). Violencia familiar: una aproximación desde la ginecología y obstetricia. *Ginecología y Obstetricia de México*, 73(05), 250-260.**
- CONAVIM (2016). ¿A qué nos referimos cuando hablamos de “sexo” y “género”?.**
- CONAVIM (2018). ¿Qué es la perspectiva de género y por qué es necesario implementarla? Gobierno de Mexico**
- Corsi, J. (1999). ¿Cómo se puede prevenir la violencia en la pareja? *Manual de Violencia Familiar. Madrid: Siglo XXI de España Editores*, 177-188.**
- Declaración de Beijing para la Acción (1995). IV Conferencia mundial sobre las mujeres. *Beijing, China*.**
- Domenach, J.M. (1980). “La violence”, en *La violence et ses causes*, París, UNESCO, 1980.**
- Durand Ponte, V. M. (1978). Crisis y movimiento obrero en Brasil. *Las huelgas metalúrgicas de, 1980*.**
- Dutton, M. A. (1992). Assessment and treatment of post-traumatic stress disorder among battered women.**
- Echeburúa, E. y De Corral, P. (2009). El homicidio en la relación de pareja; un análisis psicológico. *Eguzkilo*. (23)139-150**

**ENDIREH. (2016). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares*.
CD MEXICO: INEGI. Obtenido de
<https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2003/default.html>**

**Esparza, O. A. & J. S. Wiebe (2010) “Development and Measurement Invariance of a
Multidimensional Fatalism Measure in English and Spanish”. *Universidad
Autónoma de Ciudad Juárez*.**

**Esparza, O., Quiñones, J. y Carrillo, I. (2010). Propiedades psicométricas de la Escala
Multidimensional de Fatalismo y su relación con comportamientos de la salud.
Colección Reportes Técnicos de Investigación de la Universidad Autónoma de
Ciudad Juárez.**

Expósito, F. (2011). Violencia de género. *Mente y Cerebro*. 48, 20-25.

**Ezpeleta-Ascaso, L., (2005). Género y psicopatología, en L. Ezpeleta: Factores de riesgo en
psicopatología del desarrollo, Barcelona. Mason. 79-111**

**Feki, S. H. (2017). *Understanding Masculinities: Results from the International Men and
Gender Equality Survey (IMAGES) – Middle East and North Africa*. Cairo &
Washington: UN Women and Promundo-US. ISBN 978-1-63214-082-1**

**Feki, S, B. y Barker, G., Eds. (2017) *Understanding Masculinities: Results from the
International Men and Gender Equality Survey . Middle East and North Africa*.
Cairo and Washington, D.C.: UN Women and Promundo-US.**

**Fernández-Llebrez, F. (2005). Masculinidades y violencia de género. Por qué algunos
hombres maltratan a sus parejas (mujeres).**

- Ferrer, V. & Bosch, E. (2005). Introduciendo la perspectiva de género en la investigación psicológica sobre violencia de género. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 21(1), 1-10.
- Figuroa-Perea, J. G. (1998). Algunos elementos para interpretar la presencia de los varones en los procesos de salud reproductiva. *Cadernos de Saúde Pública*, 14, S87-S96.
- Flynn, F. J. (2005). Identity orientations and forms of social exchange in organizations. *Academy of Management Review*, 30(4), 737-750.
- Freire, P. (1970). Cultural action and conscientization. *Harvard Educational Review*, 40(3), 452-477.
- Fromm, E., y Maccoby, M. (1973). Sociopsicoanálisis del campesino mexicano. México: F.C.E.
- Garaigordobil, M., y Oñederra, J. A. (2010). La violencia entre iguales. *Revisión teórica y estrategias de intervención. Madrid: Pirámide.*
- García, M. (2007). ABC de género en la administración pública. *Instituto Nacional de las Mujeres/Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, México, 7-9.*
- García, C. y Canchola (2019). *El universal*. Obtenido de <https://www.eluniversal.com.mx/nacion/politica/feminicidios-tienen-el-sello-del-crimen-organizado-maria-salguero>
- Garzón, A. (2011). La violencia como recurso y su impacto en el Sistema de Creencias Sociales Postmodernas, 2(2), 49–64.
- González, Mosquera, Knipe, Leeds y Santend (2015). Escala de Autocuidado EAC-II. <https://es.scribd.com/document/352518220/EAC-Para-Validacio-n>

Gomez Tagle, E. (2007). Violencia y femicidio en ciudad Juarez. Trabajo Social : Escuela Nacional De Trabajo Social-Unam . México. 17, 26-38

Gómez Tagle L, E. (2021). ¿Cómo construir la paz en México?. Flores Editor

Gottman, J. M. y Levenson, R. W. (1999). How stable is marital interaction over time? Family Process, 38(2),159-165.

Hardy, E., & Jiménez, A. L. (2001). Masculinidad y género. *Revista cubana de salud pública*, 27(2), 77-88.

**Haworth, A. (2012). The day I saw 248 girls suffering genital mutilation. *The Guardian*.
Obtenido de <https://www.theguardian.com/society/2012/nov/18/female-genital-mutilation-circumcision-indonesia>**

Heise, L. (1994). *Violence Against Women: The Hidden Health Burden*. Washington, D.C: Banco Mundial .

Herek, G. (2004). Beyond “homophobia”: Thinking about sexual prejudice and stigma in the twenty-first century. *Sexuality Research & Social Policy*, 1(2), 6-24.

Herek, G. (2007). Confronting sexual stigma and prejudice: theory and practice. *Journal of Social Issues*, 63, 905-925.

INEGI, (2017). Estadísticas a propósito del día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer. 1-23.

IMJUVE, (2016). https://www.imjuventud.gob.mx/pagina.php?pag_id=751.

Jacobson, N.S. y Gottman, J.M. (2001). Hombres que agreden a sus mujeres. Poniendo fin a las relaciones abusivas. Barcelona: Paidós.

- Johnson, M. P. (1995). Patriarchal terrorism and common couple violence: Two forms of violence against women. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 283-294.**
- Johnson, M. E. (2008). Redefining harm, reimagining remedies, and reclaiming domestic violence law. *UC Davis L. Rev.*, 42, 1107.**
- Kaufman, M. (1995). Los hombres, el feminismo y las experiencias contradictorias del poder entre los hombres. *Género e identidad. Ensayos sobre lo femenino y lo masculino*, 123-146.**
- Kelly, J.B. y Johnson, M.P. (2008). Differentiation among types of intimate partner violence: Research update and implications for interventions. *Family Court Review*, 46(3), 476-499.**
- Kurz, D. (1997). Violence against women or family violence? Current debates and future directions. *Gender Violence. Interdisciplinary Perspectives*, 443–453.**
- Lagarde, M. (1990). Identidad femenina. *Secretaría Nacional de Equidad y Género*, 25-32.**
- Lamas, M. (1986) “La antropología feminista y la categoría de género”, Nueva Antropología, vol. VIII, n° 30, México.**
- Lamas, M. (2000). Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. *Cuicuilco*, 7(18).
doi:ISSN: 1405-7778**
- Lamas, M. (2012). El enfoque de género en las políticas públicas.**
- Leyes y Códigos de México (1987). Reglamento de la Ley General de Salud en materia de investigación para la salud (14 ed. rev.) México: Porrúa**

LGAVLV (2018) Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia
Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión Secretaría General Secretaría de
servicios parlamentarios última reforma DOF: 13-04-2018 1 de 38 Ley General de
Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia nueva ley publicada en el
Diario Oficial de la Federación el 1 de febrero de 2007 texto vigente última reforma
publicada DOF: 13-04-2018.

Lewis, O. (1961). Antropología de la pobreza. Cinco familias. México: F.C.E

Lewis, O., Lewis, R. M., & Rigdon, S. M. (1977). Four women. University of Illinois
Press.Llopis, J. C. (2005). Uso de drogas y Violencia de Género en mujeres adictas
en europa. Claves para su comprensión e intervención. *Salud y Drogas* , 2:1-22.

Lewis, O., Lewis, R. M., & Rigdon, S. M. (1978). *Living the revolution: An oral history of*
***contemporary Cuba*. University of Illinois Press.**

Lewis, A, y Sarantakos, S. (2001). Domestic violence and the male victim. *Nuance*, 3, 1-15.

Llopis, J. J., Castillo, A., Rebollida, M., & Stocco, P. (2005). Uso de drogas y violencia de
género en mujeres adictas en Europa. Claves para su comprensión e intervención.
***Salud y drogas*, 5(2), 137-157.**

Lorente, Á. L. (2006). Cultura docente y organización escolar en los institutos de
secundaria. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 10(2),
13-13.

Lorente-Acosta, M. (2020). Violencia de género en tiempos de pandemia y
confinamiento. *Revista Española de Medicina Legal*, 46(3), 139-145.

Lundy, M., & Grossman, S. (2001). Clinical research and practice with battered women:
What we know, what we need to know. *Trauma, Violence, & Abuse*, 2(2), 120-141.

- Nava-Navarro, V., Onofre-Rodríguez, D., & Báez-Hernández, F. (2017).** Autoestima, violencia de pareja y conducta sexual en mujeres indígenas. *Enfermería universitaria, 14*(3), 162-169.
- Macía, O., Mensalvas, J., & Torralba, R. (2008).** Roles de género y estereotipos. *Fundación Esplai. En el sitio de internet: <http://perspectivagenerotelecentro.wordpress.com/manual-trabajo-congrupos-mixtos-en-el-tc/roles-de-genero-y-estereotipos>.*
- Mancinas, S. y Zuñiga, J. (2009).** Violencia conyugal y productividad en mujeres del Municipio de Durango, Durango. *Revista trabajo Social. (77)* 39-44.
- Marie-France, H. (1998).** Le harcèlement moral: la violence perverse au quotidien. *Syros, Paris.*
- Marqués, L. (2016).** *Violencia contra las mujeres en el lugar del trabajo, denúnciela, combátela, deténgala.* São Paulo: Publicación de la Internacional de Servicios Públicos - ISP Brasil.
- Martín-Baró, I. (1972).** Presupuestos psicosociales de una caracteriología para nuestros países. *Estudios Centroamericanos, 27,* 763-786.
- Martín-Baró, I. (1987).** *El latino Indolente. Carácter ideológico del fatalismo latinoamericano.* En M. Montero (Coord). *Psicología Política Latinoamericana.* Caracas, Venezuela: Pirapo. 135-1661.
- Martín-Baró, I. (1989).** Sistema, grupo y poder. *Psicología social desde Centroamérica II.* San Salvador: UCA Editores
- Martín-Baró, I. (1998).** *Psicología de la liberación.* Madrid: Trotta.

- Martínez-Pacheco, A. (2016). La violencia. Conceptualización y elementos para su estudio. Política y cultura (46), 7-31. <http://www.scielo.org.mx/pdf/polcul/n46/0188-7742-polcul-46-00007.pdf>**
- Matud, M., Rodríguez, C., Marrero, R., Carballeira, M. (2002). Psicología del Género: implicaciones en la vida cotidiana. Madrid: Biblioteca nueva, S.L.**
- Medina-Mora Icaza, Ma. Elena, & Borges-Guimaraes, Guilherme, & Lara, Carmen, & Ramos-Lira, Luciana, & Zambrano, Actuario, Joaquín, & Fleiz-Bautista, Clara (2005). Prevalencia de sucesos violentos y de trastorno por estrés postraumático en la población mexicana. Salud Pública de México, 47(1). ISSN: 0036-3634.**
- Migallón, P. y Gálvez, B. (1999). *Los grupos de mujeres, metodología y contenido para el trabajo grupal de la autoestima*, Madrid, España: Instituto de la Mujer.**
- Miramontes, Mina & Mañas, I. (2018). Vinculación afectiva al agresor en la mujer joven víctima de violencia de género tras la separación, 27(1), 1–12.**
- Mlambo-Ngcuka, P. (2020). Violence against women and girls: the shadow pandemic. UN Women, 6**
- Moctezuma, D., Narro, J., & Orozco, L. (2014). La mujer en México: inequidad, pobreza y violencia. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 59(220), 117-146.**
- Moctezuma Navarro, D., Narro Robles, J., & Orozco Hernández, L. (2014). Women in Mexico: Inequality, poverty and violence. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 59(220), 117-146.**
- Molina, B. (2014). La paridad de género: eje de la reforma político-electoral en México. *Revista Mexicana de Estudios Electorales*, (14), 31-74.**
- Montero, M. y. (2009). Psychology of liberation: Theory and applications. Springer.**

Montesinos (2005). Masculinidades emergentes, UAM-Iztapalapa y Miguel Ángel Porrúa, México.

Moral-De La Rubia, J. M. y Valle De La O, A. (2011a). Validación de la Escala Mexicana de Homofobia EHF-6. Psicología Iberoamericana, 19(1),80-88.

Morales-Reyes, A. C., Alonso-Castillo, M. M., & López-García, K. S. (2011). Violencia de género y autoestima de las mujeres de la Ciudad de Puebla. *Revista de Sanidad Militar*, 65(2), 48-52.

Moreno, C., Sepúlveda, L., & Restrepo, L. (2012). Discrimination and gender violence at universidad de caldas. *Hacia La Promoción de La Salud*, 17(1), 59–76.

Olweus, D. & Inger, E. (1998). The Importance of Sex-Stimulus Object: Age Trends and Sex Differences in Empathic Responsiveness Social Development, vol. 7, núm. 3, pp. 370-388.

OMS. (2013). *Estimaciones mundiales y regionales de la violencia contra la mujer: prevalencia y efectos de la violencia conyugal y de la violencia sexual*. Suiza : OMS.

OMS. (31 de 01 de 2018). OMS. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/female-genital-mutilation>

OMS/OPS, junio 1998 Violencia contra la mujer Un tema de salud prioritario

**ONU, (1993). Declaración sobre la eliminación de la violencia contra las mujeres (Res. A.G.48/104) 85ª sesión plenaria
Nueva York, Estados Unidos, Naciones Unidas.**

ONU, (2017). *Violencia Femicida en México*. México: ONU.

OPS, Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud. (2003). Informe Mundial Sobre la Violencia y la Salud. Washington D.C., Estados Unidos de América.

OPS, (2012). *Violence Against Women in Latin America and the Caribbean: A comparative analysis of population-based data from 12 countries.* Washington, D.C: Organización Panamericana de la Salud. doi:ISBN 978-92-75-11718-7

OPS y OMS. (2013). Comprender y abordar la violencia contra las mujeres. *Organización Mundial de la Salud,* 1-8.

Ortiz, L. y Granados, J.A. (2003). Violencia hacia bisexuales, lesbianas y homosexuales de la Ciudad de México. *Revista Mexicana de Sociología,* 65 (2), 265-303.

Otegui, R. (1999). La construcción social de las masculinidades. *Política y sociedad,* 32, 151.

Palermo, P. (2003). *Protocolo para prevenir, reprimir y sancionar la trata de personas, especialmente mujeres y niños.* Ciudad de México : Diario Oficial de la Federación.

Pence, E. y Paymar, M. (1993). Education groups for men who batter. The Duluth Model. Nueva York: Springer Pub. Company.

Pérez López, P. J. (2011). Historia y Destino: el fatalismo como identidad nacional lusa. *Diacronie. Studi di Storia Contemporanea,* (8, 4).

Pérez, M y Livacic, P. (2002). Desafíos para la psicología latinoamericana. *Papeles del psicólogo,* 83, 21- 26.

Plazaola-Castaño, J., & Ruíz, I. (2004). Violencia contra la mujer en la pareja y consecuencias en la salud física y psíquica. *Medicina clínica,* 122(12), 461-467.

- Raine, A., & Sanmartín, J. (2000). *Violencia y psicopatía (Vol. 4)*. Grupo Planeta (GBS).
- Real Academia de La Lengua Española, vigésima segunda edición, 2001. *Editorial Espasa Calpe, SA Madrid*.
- Red Nacional de Refugios, A.C, (2020). *Las dos pandemias violencia contra las mujeres en México en el contexto de COVID-19*.
- Reed, E., Raj, A., Miller, E., & Silverman, J. G. (2010). Losing the “gender” in gender-based violence: The missteps of research on dating and intimate partner violence. *Violence Against Women, 16*(3), 348-354
- Reich, W., & Diliguenski, G. (1974). *Que es la conciencia de clase?*. Roca.
- Resolución, N. 008430.(04 de Octubre de 1993). *Ministerio de Salud. Colombia*.
- Rico, N. (1996). *Violencia de género: un problema de derechos humanos. Unidad Mujer y Desarrollo de la CEPAL*.
- Risman, B. (2004). Gender as a social structure: Theory wrestling with activism. *Gender & society, 18*(4), 429-450.
- Rivero, D. (2013). *Metodología de la Investigación*.
- Roca, N. y Masip, J. (2011). *Intervención grupal en violencia sexista, experiencia, investigación y evaluación*. Barcelona, España: Herder.
- Rocha-Sanchez, T. E., & Diaz-Loving, R. (2005). Culture and gender: An ideological gap between males and females. *ANALES DE PSICOLOGIA, 21*(1), 42-49
- Rubin, G. (1975). The Traffic in Women: Notes on the. *Political Economy'' of Sex*, en Rayna Reiter (Comp.), *Toward an Anthropology of Women*, Monthly Review Press, Nueva York. 27-62.

- Saldívar-Garduño, A. (2001). La categoría género: un marco para estudiar las condiciones de mujeres y hombres en el ámbito educativo. Ponencia Acta de Investigación Psicológica 2147 presentada en el seminario “La perspectiva de género”, organizado por el Programa Universitario de Estudios de la Mujer de la Escuela Nacional de Trabajo Social de la UNAM. Ciudad Universitaria, 7 de septiembre.**
- Saldívar-Garduño, A. (2005). El conflicto desde una perspectiva de género: elementos para el análisis de la dinámica de las relaciones entre mujeres y hombres Iztapalapa, Revista de Ciencias Sociales y Humanidades, núm. 59, julio-diciembre, 2005, pp. 53-68. Iztapalapa, Revista de Ciencias Sociales y Humanidades, (59), 53-68.**
- Saldívar-Garduño, A., Aguilar Martínez, D., & Díaz Pérez, M. J. (1995). Evaluación de características asociadas a lo femenino y a lo masculino. Inédito. In *VII Congreso Mexicano de Psicología*.**
- Sanmartín, J. (2004). La mente de los violentos, Barcelona, Ariel.**
- Sanmartín, J. (2006). Qué es esa cosa llamada violencia?. *Diario de Campo*, México, INAH. 11-29.**
- Sanmartín, J. (2007). ¿Qué es violencia? Una aproximación al concepto y a la clasificación de la violencia. *Revista de Filosofía*. 42.9-21**
- Sans, M., & Sellarés, J. (2010). Detección de la violencia de género en atención primaria. *Revista Española de Medicina Legal*, 36(3), 104-109.**
- Sanz, F. (2004). Introducción. Del mal trato al buen trato. *Ruiz-Jarabo, Consuelo y Blanco-Prieto, Pilar: La violencia contra las mujeres. Prevención y Detección. Díaz de Santos, Madrid (1-14)*.**
- Scott, J. (1990). El género: una categoría útil para el análisis histórico. Alfons el Magnanim. Institución valenciana de estudios e investigación**

Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública de México (SESNSP) (2016) Recuperado de <http://www.secretariadoejecutivo.gob.mx/incidencia-delictiva/incidencia-delictiva-datos-abiertos.php>, recuperado el 20 de noviembre de 2017.

Seidler, V. J. (2002). Transformando masculinidades: el trabajo, la familia y la cultura. In *Congreso Internacional: los hombres ante el nuevo orden social* (p. 19).

SEGOB, INMUJERES & ONU mujeres, (2016). La Violencia Femicida en México, aproximaciones y tendencias 1985-2014.

Seligman, M. & Aguilar, L. (1981). *Indefensión: en la depresión, el desarrollo y la muerte*. Debate.

SEP (2019). Orientaciones para la prevención, detección y actuación en casos de abuso sexual infantil, acoso escolar y maltrato en las escuelas de educación básica. SEP. 1-94

Serret, E. (2011). Hacia una redefinición de las identidades de género. *GénEros, Revista de investigación y divulgación sobre los estudios de género*, 18(9), 71-97.

SESNSP (2020). “Incidencia Delictiva del Fuero Común.”.

Sociedad Mexicana de Psicología. (2007). Código ético del psicólogo. México D.F.: Trillas

Solé, C., & Rubio, S. P. (2004). Nuevas expresiones de la maternidad: las madres con carreras profesionales; exitosas?. *RES. Revista Española de Sociología*, (4), 67-92.

Spotlight. (2019). *Spotlight*. Obtenido de <http://spotlightinitiative.org/es>

Straus, M. y Gelles, R. (1990) ‘The National Family Violence Surveys. En: *Physical Violence in American Families* Straus & Gelles. Transaction Publishers, USA.

Ted-Gurr, (1969). *Violencia en América*, Nueva York, Signet books.

Torres Falcón, M. (2001). *La violencia en casa. Paidós croma.*

Trujano, P., Martínez, A.. y Camacho, S. (2010). *Varones víctimas de violencia doméstica: un estudio exploratorio acerca de su percepción y aceptación. Revista Diversitas - Perspectivas en Psicología*, 6 (2), 339-354.

Turinetto, A. y Vicente, P.. 2008. *Hombres mmaltratadores: Tratamiento psicológico de agresores*. Madrid, España: Grupo 5 Acción y Gestión Social

United Nations Office of Drugs and Crime. 2018. *Global Study on Homicide 2018*. Vienna: UNODC.

UNICEF. (2016). *UNICEF'S DATA WORK ON FGM/C*. Obtenido de https://www.unicef.org/media/files/FGMC_2016_brochure_final_UNICEF_SPREAD.pdf

UNICEF. (2017). *A Familiar Face: Violence in the lives of children and adolescents*. New York: UNICEF.

UNWOMEN, P. &. (2016). *Understanding Masculinities Results from the International men and gender* . Libano: Promundo UNWOMEN.

UNWOMEN, (2020). *Violence Against Women and Girls: the Shadow Pandemic*. Retrieved May 3, 2020, from United Nations: <https://www.unwomen.org/en/news/stories/2020/4/statement-ed-phumzile-violence-against-women-during-pandemic>.

Uribe, M. (1999). *El autocuidado y su papel en la promoción de la salud. Revista de Investigación y Educucación en Enfermería*, XVII(2).

U.S. News & World Report (2019). Best Countries for Women Ranking. Washington: Forbes

Vaccaro, S. (2016). El pretendido síndrome de alienación parental: Otra forma de Violencia de Género. En Consejería de Igualdad y Políticas Sociales (presidencia), VII Congreso para el Estudio de la Violencia contra las Mujeres: Otras formas de Violencia de Género. Junta de Andalucía: Sevilla.

Valdez-santiago, R., Antrop, M., Híjar-medina, M. C., Snyder, V. N. S. De, Rivera-rivera, L., C, M., Rojas,

Valdez-Medina, J. Díaz-Loving y Pérez B.(2005) Los hombres y las mujeres en México: dos mundos distantes y complementarios. *México: UAEM.*

Velázquez, W. (2010). Género: Roles de género en la sociedad. *Gobierno de Chile. Presentación disponible en el sitio de internet: <http://www.slideshare.net/bufoland/gnero-roles-de-gnero-en-la-sociedad>.*

Verges, N., & Zuluaga, C. (2011). *Factores psicosociales en hombres internos por feminicidios en el Nuevo Modelo de Gestión Penitenciaria en República Dominicana. Santo Domingo: UNFPA.*

Verona, J. A. G., Macías, J. A., Pastor, J. F., de Paz, F., Barbosa, M., Maniega, M. A., ... & Boget, T. (2003). Diferencias sexuales en el sistema nervioso humano. Una revisión desde el punto de vista psiconeurobiológico. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(2), 351-361.

Walker, L. E. (1979). *The battered woman.*

Walker, LEA (1994). *Mujeres maltratadas y terapia para sobrevivientes: una guía práctica para el psicoterapeuta. Asociacion Americana de Psicología. <https://doi.org/10.1037/10153-000>*

Walker, L. (2000). *Abused women and survivor therapy: A practical guide for the psychotherapist*. Washington, Estados Unidos: American Psychological Association.

Walker, L. (2009). Cross-cultural and cross-national issues in domestic violence. *Leonore, W. The Battered Women Syndrome*.(3rd. Ed) New York, NY. US: Springer publishing Company, 275-310.

Walker, L. E. (2012). *El Síndrome de la Mujer Maltratada*.España. Desclee De Brouwer.

Wieviorka, M. (2006). Violence today. *Ciência & Saúde Coletiva*, 11(2), 261-267.

Willers, S. (2016). Migración y violencia: las experiencias de mujeres migrantes centroamericanas en tránsito por México. *Sociológica (México)*, 31(89), 163-195.

Zucker, K. (2002). Gender Identity Disorder, en M. Rutter y E. Taylor (eds.): *Child and Adolescent Psychiatry*, Oxford, Blackwell. 4:737-753

Anexo



CONSENTIMIENTO INFORMADO

EVALUACIÓN E INTERVENCIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO EN CUAUTLA, MORELOS

- **Investigadores:** RESPONSABLE DEL PROYECTO Dr. Gabriel Dorantes Argandar
Psic. Luz Elena Paola Dirzo Bahena

La invitamos a usted a formar parte en un estudio de investigación en la Instancia de la Mujer de Cuautla Morelos. Este estudio podría darnos conocimiento valioso para ayudar a otras personas en el futuro.

Esta hoja de consentimiento puede tener términos psicológicos con los que usted no esté familiarizado, por favor siéntase libre de preguntar todo aquello que no entienda claramente.

- **Características del estudio**

Este estudio se ha diseñado para evaluar una intervención terapéutica grupal en mujeres que vivieron en una situación de violencia de pareja OBJETIVOS ESPECIFICOS. El estudio requiere que aparte del tratamiento habitual que usted recibe en esta institución con su terapeuta, se someta a una evaluación e intervención comunitaria denominada: “. A continuación le describimos este procedimiento.

La evaluación se realiza generalmente en una sesión de una hora aproximadamente. En ella usted deberá responder algunas preguntas en una entrevista. La intervención consta de 12 sesiones semanales de 2 horas cada una. Este tipo de intervenciones son de riesgo mínimo, la mayoría de las personas no muestran ningún tipo de reacción

adversa, sin embargo para algunos pacientes pueden resultar muy cansadas. Si en algún momento durante el estudio usted se siente fatigada, por favor infórmelo a la psicóloga.

- **Costo del estudio**

Las sesiones de evaluación e intervención, no tienen costo alguno para usted.

- **Beneficios**

- 1.- Usted podrá discutir con los responsables del estudio sobre los hallazgos de la evaluación que se le realice.
- 2.- Si usted y su terapeuta tratante así lo desean, se podrá anexar a su expediente clínico una integración de los resultados de la evaluación e intervención.
- 3.- Indirectamente usted ayudará a otros pacientes al contribuir en el descubrimiento de métodos innovadores para el tratamiento de mujeres que han sufrido violencia de género.

- **Confidencialidad**

Toda la información clínica será manejada por medio de códigos que hacen imposible su identificación por nombre completo. La información que incluya su nombre, dirección u otros datos personales solo será registrada en el expediente clínico el cual solo será consultado por los investigadores involucrados en el estudio o el personal asignado a su tratamiento por el instituto. Si los resultados de esta investigación fueran presentados en congresos o reuniones psicológicas y científicas, su identidad no será revelada.

- **Participación Voluntaria / Suspensión de la Participación**

Su participación en este estudio es voluntaria. Usted puede rehusarse a participar o suspender su participación en el estudio en cualquier momento. Debe tomar en cuenta que, si los médicos, abogados consideran que continuar en el estudio no es la mejor alternativa para su tratamiento será retirado del estudio en ese momento. Se le informará acerca de cualquier hallazgo significativo que surja durante el curso de esta investigación que pueda estar relacionado con su deseo de seguir formando parte del estudio. En caso de que usted no dese participar en este estudio, no se le negará el cuidado psicológico ni la atención que requiera en la instancia de la mujer.

He leído la hoja de información y entiendo de qué se trata el estudio. Los efectos adversos que pueden presentarse en la evaluación me han sido explicados. He hablado directamente con la psicóloga a cargo del estudio y ha contestado todas mis preguntas en términos que he podido entender. Entiendo que puedo hacer cualquier pregunta en cualquier etapa del estudio.

Basado sobre esta información, autorizo voluntariamente mi participación en este estudio.

Entiendo que puedo suspender mi participación en el estudio en cualquier momento sin que esto tenga consecuencias en mi cuidado médico, psicológico o legal. Mi identidad no será revelada en ninguna referencia del estudio o sus resultados. Recibí una copia de la hoja de información sobre este estudio.

- **A quien contactar**

Si usted tiene necesidad de informaciones complementarias no dude en comunicarse al correo:

gdorantesa@uaem.mx

Nombre completo	Firma	Fecha
------------------------	--------------	--------------

Paciente

Investigador

Testigo 1

Testigo 2



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL
ESTADO DE MORELOS



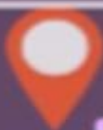
INSTANCIA DE LA
MUJER

había una vez
...y ahora ya **NO**

LaViolenciaNoEsUnCuento



Apoyo psicológico grupal para
mujeres que han vivido en
situaciones de violencia
de pareja



Informes:

Calle: Acueducto #746 Col. Manantiales Cuautla, Morelos.



tel. 30 1 7278



Instancia de la mujer Cuautla

Ficha 1: Identificación de Personas Violentas

¡Lo vas a lograr!



NOMBRE:

FECHA:

De acuerdo a lo visto en sesión, llena cada columna con lo que se te indique.

Persona	Esfera a la que pertenece	Cercanía (0-10)	Tipo de Violencia	¿Es importante mantener la relación?(SI/NO)	Estrategia de solución
---------	---------------------------	-----------------	-------------------	---	------------------------

ejemplo

Guadalupe	Familia	9	Física	si	Limites y Dialogo

FICHA 2: IDENTIFICANDO REDES DE APOYO

Nombre: _____

Fecha: _____

Coloca el nombre de las personas o instituciones a las cuales podrías recurrir en momentos difíciles



**¡ERES MUY
VALIENTE!**



NOMBRE:

FECHA:

FICHA 3: VALIDACIÓN

ESCRIBE UNA AUTOINVALIDACIÓN

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-

ESCRIBE UNA VALIDACIÓN

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-

DESCRIBE UNA SITUACIÓN EN LA QUE TE HAYAS SENTIDO INVALIDADO LA SEMANA PASADA (NO OLVIDES DESCRIBIR POR QUIÉN Y CUÁLES FUERON LAS EMOCIONES QUE SENTISTE.

COMPROMISO

- Dejar de hacer juicios a mi persona
- Recordarme que estoy haciendo mi mejor esfuerzo
- Ser compasiva con mi persona
- Tener prácticas de autocuidado
- Identificar cuando alguien me ha invalidado
- Identificar cuando yo invalido a las demás personas

Ficha 4: Violencias por Acción y Omisión

Nombre _____ Fecha _____

¡Tú puedes!

Haz una lista de violencias por acción de acuerdo a lo visto en las sesiones pasadas.



<p>Situaciones interrelacionales</p>	<p>¿CORRESPONDE?</p>	<p>Violencia por Acción</p> <p>No relacionarme con los demás por miedo a represalias o evitar conflicto</p> <p>Tener varios trabajos y sentirse culpable por descuidar a los niños</p> <p>Fomentar la violencia en los hijos</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>
<p>Situaciones de Cuidado personal</p>	<p>¿Corresponde?</p>	<p>Violencia por Acción</p> <p>Dormir poco, tener insomnio.</p> <p>Comer mal. Malpasarse a guardar la comida para los demás</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>
<p>Situaciones emocionales y conductuales</p>	<p>¿Corresponde?</p>	<p>Violencia por Acción</p> <p>Asumir responsabilidades que no me corresponden</p> <p>Hacer el trabajo del hogar por los demás cuando estos ya tienen edad para hacerlo</p> <p>Aislarme</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>
<p>Situaciones de riesgo</p>	<p>¿Corresponde?</p>	<p>Violencia por Acción</p> <p>Fumar o beber en grandes cantidades o constante</p> <p>Intentar interrumpir un embarazo</p> <p>Automedicarme</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>
<p>Otras situaciones</p>	<p>¿Corresponde?</p>	<p>Violencia por Acción</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>

Ficha 4: Violencias por Acción y Omisión

Nombre _____ Fecha _____

¡Tú puedes!



Haz una lista de violencias por omisión de acuerdo a lo visto en las sesiones pasadas.

<p>Situaciones interrelacionales</p>	<p>¿CORRESPONDE?</p>	<p>Violencia por Omisión</p> <p>Dejar de ir a reuniones familiares</p> <p>Dejar de ir a reuniones con amigos/as</p> <p>Interrumpir las cosas que me gustan por atender a los demás</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>
<p>Situaciones de Cuidado personal</p>	<p>¿Corresponde?</p>	<p>Violencia por Omisión</p> <p>Dejar el arreglo personal</p> <p>Dejar de usar ropa que me gusta</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>
<p>Situaciones actividades</p>	<p>¿Corresponde?</p>	<p>Violencia por Omisión</p> <p>Dejar de estudiar</p> <p>Dejar de trabajar</p> <p>Dejar de hacer ejercicio o deporte</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>
<p>Otras situaciones</p>	<p>¿Corresponde?</p>	<p>Violencia por Omisión</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>
<p>Otras situaciones</p>	<p>¿Corresponde?</p>	<p>Violencia por Omisión</p>	<p>¿Puedo hacer algo para evitar esta situación?</p>

FICHA 5: SOLUCIÓN DE PROBLEMAS POR PASOS

Nombre: _____

Fecha: _____

Piensa en un evento o problema. Sigue estos pasos para poder encontrar una solución

¿Hay alguna emoción detrás de ella?

¿Cuál emoción es?

Intensidad (0-10) antes:

Después de realizar este ejercicio:

1.- ¿Cuál es el problema, qué lo hace un problema? Describe el evento

2.- Verifica los hechos (describir que fue lo que los demás hicieron y que fue lo que yo hice)

3 ¿Cuál es una meta realista a corto tiempo para solucionar el problema?

4 Lluvia de ideas para encontrar soluciones (enlista soluciones y estrategias)

5Cuál es la idea más viable

¡YA CASI!



Elaboró: Psic. Luz Elena Paola Dirzo Bahena

6. Describe los Pros y los Contras, elige si es viable la solución

PROS	Solución 1	Solución 2
CONTRAS	Solución 1	Solución 2

7. Vamos a elegir la solución que desea probar

Describe:

¿Qué sucedió?

Calificación 0-10



GLOSARIO

CONCEPTOS	DEFINICIÓN
Acoso Sexual	Es una forma de violencia en la que, si bien no existe la subordinación, hay un ejercicio abusivo de poder que conlleva a un estado indefenso y de riesgo para la víctima, independientemente de que se realice en uno o varios eventos. Existe un ambiente de intimidación y hostigamiento para la persona que lo recibe. (Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida libre de Violencia, 2007).
Acoso por razón de sexo	La situación en que se produce un comportamiento relacionado con el sexo de una persona, con el propósito o el efecto de atentar contra la dignidad de la persona y crear un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante u ofensivo (art. 3.7 Ley 12/07).
Agresión sexual	Atentado contra la libertad sexual de otra persona, sin que medie consentimiento, empleando violencia e intimidación.
Autoestima	Valoración interna que un ser humano realiza de sí mismo. Tiene una significación psicológica acerca de cómo se observa desde su propia perspectiva humana.
Derecho de las mujeres	Son parte inalienable, integrante e indivisible de los derechos humanos universales contenidos en la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW); la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer (Belém do Pará); así como otros órganos jurídicos que se encargan de velar por la justicia (LGAMVLV, 2007: 50).
Derecho sexual	Derecho que tienen las mujeres y los varones a recibir la información, la educación, el apoyo y los servicios que necesitan a fin de tomar decisiones responsables, presentes y futuras, acerca de su sexualidad. (CONAVIM).
Discriminación directa	Se considera discriminación directa por razón de sexo la situación en que se encuentra una persona que sea, haya sido o pudiera ser tratada, en atención a su sexo, de manera menos favorable que otra en situación comparable (artículo 3.1 Ley 12/2007).
Discriminación indirecta	Se considera discriminación indirecta por razón de sexo la situación en que una disposición, criterio o práctica aparentemente neutros, pone a personas de un sexo en desventaja particular con respecto a personas del otro, salvo que dicha disposición, criterio o práctica, puedan justificarse objetivamente en atención a una finalidad legítima y que los medios para alcanzar dicha finalidad sean necesarios y adecuados (art.3.2 Ley 12/07).
Discriminación por razón de sexo	Se considera discriminación por razón de sexo, el condicionamiento de un derecho o de una expectativa de derecho a la aceptación de una situación constitutiva de acoso sexual o de acoso por razón de sexo (artículo 3.4 Ley 12/2007).
Estereotipo	Los estereotipos son “convicciones prefabricadas acerca de clases de individuos, grupos u objetos; opiniones hechas, usos establecidos o expectativas”, (Muñiz,1989).
Equidad de género	
Estereotipo por cuestión de género	Son imágenes mentales muy simplificadas que se establecen “en función de la dicotomía sexual que refleja las creencias populares sobre los rasgos físicos, las actividades y los roles que caracterizan a hombres y mujeres (Aguirre, 1994).

Feminicidio	Es una herramienta crítica que concibe varios factores de estudio y análisis en torno a los asesinatos de mujeres, en los que están presentes los motivos, los victimarios, los actos violentos, los cambios estructurales en cada sociedad en particular, la tolerancia por parte del Estado, otras instituciones hegemónicas (Radford, 1990: 1, en Monárrez, 2005) y grupos de poder, que lo disimulan y alientan en detrimento de las libertades y derechos fundamentales de las mujeres
Género	Relación sociocultural que involucra vínculos de poder que, a su vez, atraviesa y articula otros como los de clase, etnia, edad u orientación sexual, conformando así subjetividades y un orden 63 Glosario de términos sobre la violencia contra las mujeres social de alta complejidad. (CONAVIM,)
Igualdad	Supone que todas las personas son iguales ante la ley, sin atender a sus diferencias de sexo, color o condición social (CONAVIM,) Según este principio "Nadie puede ser tratado por debajo de los derechos que rigen para todos". INCORPORAR TÉRMINO JURIDICO
Igualdad de Trato	Supone la ausencia de toda discriminación, directa o indirecta, por razón de sexo, en los ámbitos económico, 6 político, social, laboral, cultural y educativo, en particular, en lo que se refi ere al empleo, a la formación profesional y a las condiciones de trabajo (artículo 4.1 Ley 12/2007).
Machismo	
Masculinidad	
Perspectiva de género	Análisis de la realidad surgido desde el pensamiento feminista para interpretar las relaciones de poder que existen entre mujeres y hombres. Explica la vida social, económica y política desde una posición que hace visible el mundo femenino, su realidad y sus aportaciones, comparando sus derechos con los de los masculinos. Pone de manifiesto que el origen y la perpetuación de la desigualdad no responde a situaciones naturales o biológicas sino a la construcción social transmitida a través de la socialización diferenciada de género. Eliminar las causas de la opresión de género como la desigualdad, la injusticia y la jerarquización de las personas basadas en el género. Promueve la igualdad entre los géneros a través de la equidad, el adelanto y bienestar de las mujeres (ley de acceso)
Sexo	Condición orgánica, biológicamente identificable, que diferencia a los seres animados en hembras y machos.
Victimización	El impacto psicológico y emocional de cada tipo y modalidad de la violencia contra las mujeres (ley de acceso)
Victimización primaria	Es la que sufre la víctima de un delito que le acarrea unas consecuencias físicas, psicológicas, económicas y otras relacionadas con su entorno social.
Victimización secundaria	La relación y experiencia personal de la víctima con el sistema policial y judicial o las Instituciones que la atienden, que puede llegar a no ser positivo

Manual Para el trabajo con Mujeres en Situación de Violencia

SESIÓN 1 TÍTULO: Desesperanza creativa: Conviviendo con el dolor

TEMA: Visibilización de una víctima, desesperanza. Reconocimiento de emociones

FECHA:

OBJETIVOS	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	TÉCNICAS PSICOLÓGICAS	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias puedan reconocerse como mujeres en situación de violencia analizando las emociones y conductas propias y de los agresores; asimismo puedan trabajar en reconocer la importancia de generar prácticas de autocuidado. Se trabajará el encuadre.</p>	<p><i>En esta sesión buscamos enfatizar que las conductas violentas son responsabilidad del agresor y no de las conductas de la mujer en situación de violencia, por ello se le pedirá a la Usuaria que haga una autoevaluación positiva, esto servirá para trabajar en la sesión de “Autoconcepto”</i></p> <p>Problematizar.</p> <p><i>-Psicóloga: ¡Hola!, me da mucho gusto que podamos trabajar juntas, como te dije en el proceso diagnostico este será un espacio en el cual podrás decir lo que tú quieras sin que te sientas juzgada o señalada. Es necesario que acordemos todo lo relacionado con las sesiones que vamos a realizar, horarios, y algunas tareas que te pediré que realices así como la forma en la cual me podrás compartir tus resultados de las tareas por un medio virtual.</i></p> <p>-----</p> <p>VENTILACION EMOCIONAL</p> <p><i>Cuando utilizamos el razonamiento emocional tendemos a la generalización y es fácil que pensemos que si una vez nos sentimos mal (tristes, enfadados, asustados....) ante una situación o persona, eso continuará siendo así con otros muchos estímulos parecidos o semejantes ante nosotros. Por ejemplo, si nos sentimos solos podemos llegar a pensar que nos lo merecemos, que no somos dignos de ser queridos, o que tenemos</i></p>	<p>Psicoeducación Anderson (1980)</p> <p>Greenberg (2002) Razonamiento emocional</p>	<p>-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>80 minutos</p>

algún defecto que aleja a las personas. Como si tuviéramos encima una maldición que no nos permitiera vivir y sentir la realidad desde otro lugar. Lo mismo ocurre en casos de violencia donde por el miedo la persona se cree insegura, sin posibilidades etc.

También es bastante común que si razonamos emocionalmente juzguemos la conducta o el estado emocional de los demás en base a cómo nos sentimos nosotros.

-Me gustaría que habláramos sobre lo que consideras que es violencia y poder llegar a una definición de igual forma poder conocer tipos de violencia y las manifestaciones en sus diversos escenarios. Te voy a compartir algunas imágenes y tú me vas a ir diciendo si de acuerdo a tu percepción eso es violencia o no lo es.

- Psicóloga: ¡Muy bien hiciste un buen trabajo!, de las imágenes que vimos ¿Hay alguna con la cual te sientas identificada?*
- Noto que al ver tal imagen te pusiste a llorar o te afecto*
- ¿A lo largo de tu vida has visto manifestaciones de violencia parecidas a las de las imágenes?*
- ¿Por qué lo hacían?*
- ¿Qué sentías?*
- ¿Te has sentido culpable o te han hecho sentir culpable?*
- Háblame de cómo estas situaciones de violencia han modificado tu vida*
- ¿Qué impedimentos para lidiar con estos problemas puedes identificar?*
- ¿Cómo te gustaría que fuera tu vida?*

Esperar a que la usuaria haga una reflexión y proponer una reflexión acerca de lo que vio, preguntar acerca de las emociones que las imágenes de violencia le provocan.

Es necesario enfatizar en que ella no es responsable de las conductas violentas de las demás personas pero que si es responsable de sus propias conductas, incluso la de permanencia en una relación que no otorga ninguna ganancia o en la cual no se siente cómoda. Se le mostrará a la usuaria que los intentos de control (pensamientos, sentimientos, sensaciones, emociones y situaciones), le han llevado a aumentar su sufrimiento y no son la solución, sólo potencian el problema: por ejemplo “La familia feliz”, que permanece junta pese a no llevarse bien. “El amor romántico” que estamos acostumbrados a continuar para siempre y soportar todo.

Se le propone que abandone lo que no ha funcionado (seguir en una relación cíclica de violencia y evitar violencia por respuesta) y que busque alternativas nuevas como todo lo que ofrece estas sesiones terapéuticas, (¿Por qué crees que es importante trabajar emocionalmente?), donde busque bienestar para ella y su entorno lo cual llevará a reducir fundamentalmente el sufrimiento, le dará alternativas de solución para evitar estar en un conformismo.

-Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora, te voy a estar compartiendo algunas fichas de trabajo que vamos a estar realizando en cada sesión, en algunas ocasiones te indicaré si hay algunas actividades que se quedarán de tarea, le podrás sacar una foto o incluso imprimirla si está en tus posibilidades; si no está en tus posibilidades solo te pido que en una hoja puedas escribir tus

respuestas. Te voy a mandar una pequeña encuesta para que me ayudes a contestar en cada sesión ok?, sólo tienes que darle clic al siguiente enlace:

*Por ultimo me gustaría preguntarte ¿Qué esperas de este proceso terapéutico?
Muy bien hoy hiciste un buen trabajo, ¿te parece si te veo la próxima semana?, Cuídate mucho.*

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 2 TÍTULO: Desestructurando

TEMA: Identificación en situaciones de Violencia

FECHA:

OBJETIVOS	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	TÉCNICAS PSICOLÓGICAS	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias reconozcan otras personas o situaciones de violencia en su vida. Buscando estrategias para modificar la situación de violencia.</p>	<p><i>Psicóloga: Hola me da mucho gusto verte hoy, ¿Cómo te ha ido en estos días que no nos hemos visto?</i></p> <p><i>-Bueno, hoy vamos a trabajar con una ficha que te voy a compartir, te voy a proyectar una imagen. Como te das cuenta hay varias columnas. Te voy a pedir que pienses en personas que en algún momento de tu vida han realizado algunos actos de violencia, recordando que en la sesión pasada vimos lo que significaba violencia y los tipos de violencia. En la primer columna vamos a escribir el nombre de esa persona y el tipo de relación contigo, si es tu (mamá, papá, hermano, compañeros de trabajo, jefe, compañeros de escuela, si la relación es cercana o distante, y vamos a escribir si vale la pena resolver o proponer una solución al problema que tienen, incluso es necesario que note, que alejarse de las personas, poner límites también es na solución etc.)</i></p> <p><i>Dar un tiempo para que la usuaria pueda trabajar con la ficha 1</i></p> <p><i>Muy bien, lo hiciste correctamente ahora me gustaría conocer un poco más de esas relaciones, me puedes compartir por favor. En este ejercicio es necesario hacer énfasis en las relaciones que valen la pena, las relaciones que pese a los actos de violencia se puede buscar soluciones, y las relaciones que uno tiene que abandonar para ponerse a salvo. Es necesario también hablar sobre la escalera de la violencia (la violencia que surge como respuesta de Padre a esposa, de esposa a hijos, de hijos a pares o animales), para hacer énfasis en romper estos patrones de conducta, que como son lo único que conocemos entonces es común que nos relaciones de esa forma.</i></p> <p><i>Algunas preguntas que ayudarán a la usuaria a evaluar los tipos de relación que tiene.</i></p>	<p>Mayeutica de Socrates</p>	<p>-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>80 minutos</p>

*¿Es una persona que quiero en mi vida?
¿Vale la pena? Costo/Beneficio
¿Qué es ser buena madre?
¿Qué es ser buen padre?
¿Cómo han sido mis padres conmigo?
¿Cómo soy yo con mis hijos?
¿Hay alguna relación entre lo que hacen mis padres conmigo y lo que yo hago con mis hijos?
¿Qué puedo hacer para modificar esas conductas?*

“La diferencia con las demás personas de mi vida que han realizado algún tipo de violencia o que han sufrido violencia como yo es que yo hoy día tomo la decisión de poder cambiar y romper ese patrón.”

Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora ¿ok? Recuerda que tienes que entrar al link que te voy a compartir para que me ayudes a realizar algunas preguntas.

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 3 TÍTULO: “Al final sólo quedan los que tienen que quedar”

TEMA: Autocuidado, Seguridad

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	TÉCNICAS PSICOLÓGICAS	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias tengan técnicas de autocuidado donde puedan generar actividades que procuren su seguridad y mantengan una buena calidad de vida.</p>	<p><i>Es necesario que en esta sesión las usuarias puedan identificar las diferentes áreas de su vida en las que se necesita jerarquizar para la recuperación de la seguridad y proteger su vida, su seguridad emocional y la de los demás miembros de su familia (hijos e hijas).</i></p> <p>-Psicóloga: Hola, me da mucho gusto saludarte!, ¿Cómo te ha ido en estos días que no nos hemos visto?.</p> <p>Sé que la situación por la cual estás pasando es complicada y en estos momentos nos encontramos en una etapa en la cual, la otra persona (hacer referencia al agresor) te juzgará o incluso comenzará a hacer cosas para desprestigiarte o hacerte daño. En esta sesión quiero que hagamos un plan de seguridad no sólo para ponerte a salvo físicamente sino también para protegerte emocionalmente y que entiendas por qué actuar de esa forma y porque es necesario que tú busques alternativas y situaciones que procuren tu seguridad;</p> <p>Es necesario que la usuaria pueda entender que cuando el agresor ya no tiene el control sobre de ella lo tendrá sobre los hijos (poner tipo de violencia y uno de los últimos recursos que tiene es sobre el desprestigio de la otra persona Poner tipo de violencia y que es muy común que en esta etapa de desprestigio involucre también a familia y amigos que conocen sólo la versión de él.</p> <p>Seguridad física</p>	<p>Plan de Seguridad Personal (Claramunt, 1999)</p>	<p>-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>60 minutos</p>

Es necesario orientar a la usuaria para crear una estrategia ordenada y sistemática a la cual ella pueda acudir en caso de una emergencia. Que la usuaria logre identificar:

- a) Identificar cuál es la fuente del peligro y sus señales de inminencia.
- b) Buscar un lugar seguro donde se sienta protegida de otras personas o de usted misma. Este lugar puede ser una casa refugio, la casa de un amiga o familiar o dentro de la suya, un espacio donde se sienta bien y si es el caso, en privacidad.
- c) Tener a mano una lista de teléfonos para pedir ayuda cuando se sienta en crisis o perciba que su vida está en peligro. Si no tiene teléfono, busque la forma de enviar una señal a un (a) vecino (a) o de avisar a la policía.
- d) Tener a mano documentos, medicinas u otros objetos que eventualmente se puedan necesitar en un momento de emergencia.
- e) Si tiene hijos o hijas o personas que dependen de la usuaria, identificar si la fuente de peligro puede extenderse hacia ellos y buscar alternativas para su seguridad.
- f) Construir una red de apoyo. ¿Preguntar si cuenta con una persona cercana que la pueda auxiliar en un caso extremo?, en caso de que la usuaria no lo tenga brindarle los números de seguridad, hospitales y refugios.
- g) Fomentar que la usuaria comparta sus necesidades para enfrentar el peligro con otras personas, lo cual puede implicar la identificación de personas en quien confíe libremente como una amiga o amigo, familiares, un terapeuta o una terapeuta o un programa de ayuda en situaciones de crisis.
- h) Poder tener un poco de dinero guardado que le ayude a moverse a cualquier sitio.
- i) No salir sola con los niños siempre ir acompañada.

Seguridad emocional

- a) *Identificar a las personas agresoras o que la vienen juzgando; revalorar el tipo de relación que se tiene (cercana, lejana) y si es una persona importante para buscar estrategias de solución.*
- b) *Quitarle la importancia a pensamientos equivocados que otras personas tienen acerca de la situación ya que no tienen la suficiente información para emitir un juicio real.*
- c) *Identificar los chantajes que el realiza. Revalorar las cosas reales que puede o no hacer.*
- d) *Evitar ponerle atención a las amenazas y reforzar que se pongan de acuerdo en las cosas necesarias para los niños.*
- e) *Si no se pueden de acuerdo en muchas cosas, replantearse si se pondrán poner de acuerdo en la educación de los hijos.*
- f) *Limitar las actividades en “familia”, si algún miembro no se siente seguro, pero también para no darle un mensaje equivocado de que aún siguen siendo familia.*

Trabajar con la ficha “Tejiendo Redes”, es importante que la usuaria pueda identificar a aquellas personas que la podrán ayudar para poder llevar a cabo este plan de seguridad.

Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora ¿ok? Recuerda que tienes que entrar al link que te voy a compartir para que me ayudes a realizar algunas preguntas.

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 4 TÍTULO: Del maltrato al buen Trato

TEMA: Reconstrucción de creencias / Amor romántico

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	TÉCNICAS PSICOLÓGICAS	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias puedan reconocer y modificar sus propias creencias que llevan a costumbres y tradiciones socio culturales que se relacionan con los roles de género preestablecidos y que provocan conductas sexistas encaminadas a la generación de violencia.</p>	<p>· Detectar y transformar sus creencias sobre la identidad femenina, estereotipos y mandatos · Detectar y transformar sus fantasías y guiones amorosos insanos y desiguales. · Analizar expectativas amorosas, mitos, falsas creencias y fantasías erotizadas.</p> <p>-Psicóloga: Hola, me da mucho gusto saludarte!, ¿Cómo te ha ido en estos días que no nos hemos visto?.</p> <p>Hablar de amor es hablar de un sentimiento que consideramos universal y que, sin embargo, está sujeto a aprendizajes culturales y condicionamientos sociales. Mitificado por canciones, películas, novelas, etc. la mujer tradicionalmente ha entendido el amor como una entrega total, haciendo del amante lo fundamental de su existencia, adaptándose a él, perdonándole y justificándole, sacrificándose ‘por amor’.</p> <p>La educación amorosa se convierte en una clave importante, ya que en nuestra sociedad actual construimos la relación de pareja en base al ideal de amor romántico. El asumir este modelo de amor romántico y los mitos que de él se derivan aumenta la vulnerabilidad a la violencia de género en la pareja, en tanto el amor es lo que da sentido a la vida y romper la pareja supone un fracaso (Bosch, Ferrer, García, Ramis, Mas, Navarro, Torrens, 2007).</p> <p>Según este ideal, para las mujeres, tradicionalmente y desde el modelo de identidad adquirido, el amor se convierte en uno de los objetivos fundamentales de la vida. Formar una pareja, casarse, crear una familia y tener hijos suponen objetivos vitales. Belén Nogueiras (2005) advierte que</p>	<p>Reestructuración Cognitiva Ellis (1989)</p>	<p>- Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>60 minutos</p>

el sentimiento de estar incompletas si no se tiene pareja conlleva una serie de exigencias personales, como la renuncia a los propios intereses y la entrega total por amor. De acuerdo con ella, las mujeres educadas para hacer del amor el centro de sus vidas buscarán un príncipe azul que las salve, las proteja y cubra sus necesidades. Pero será responsabilidad de ellas el cuidado y el mantenimiento de las relaciones, lo que genera sentimientos de culpa cuando se producen conflictos o fracasos de la relación.

Y estos mitos, fantasías y creencias también permiten que el ciclo de la violencia tenga poder, dado que la intermitencia, acompañada del arrepentimiento, hace que la mujer justifique las agresiones, creyendo en la capacidad de que “mi amor lo cambiará”, aferrándose al perdón para no perder su proyecto afectivo vital. Así, da nuevas oportunidades y genera de nuevo falsas expectativas basadas en que ‘el amor todo lo puede’.

Se proponen diferentes mitos/ creencias que será necesario clarificar con las usuarias, al principio se le dará algunos ejemplos de consecuencias y se le pedirá que nos ayude a completar las siguientes gráficas.

Creencias y Consecuencias de acuerdo al genero

Identidad Femenina	Consecuencia		Identidad Masculina	Consecuencia
Dócil, dulce, cariñosa, recatada, obediente, guapa		Estereotipo	Impetuoso, Valiente, Seguro, Activo, Dominante Vigoroso	
Esposa, Madre, Cuidadora,		Rol	Proveedor Proteger Autoridad	

	Cuidar, complacer, afectuosa								
	Privado		Espacio	Publico					
	Vivir para otros, resignación, dependencia, Dar y entregar, Estar disponible Ser amorosa		Amor	Independencia Posesividad, Recibir, Exigencia, Conquista El amor no es el eje central					
	Negada, no nos pertenece		Cuerpo y Sexualidad	Con derecho sobre su cuerpo y el de los demás					
	El valor en la resignación, entrega y afectividad emotividad		Creencias y Valores	Fuerza Autoridad Dominación Agresividad racionalidad					
	No debe de sentir deseo sexual Debe ser callada		Mandatos	No puede ser tierno, No debe llorar, no debe de ser impotente					

Debe de ser obediente

No debe mostrar debilidad

Creencias y Consecuencias del amor romántico

Creencia	Consecuencia
amor a primera vista	No conocer a las personas
Sacrificio por el otro (pruebas de amor)	Hacer cosas que no van con nuestros valores
Nos vamos a fusionar (adaptar a sus gustos)/ser uno mismo	Olvido de la propia vida
Media naranja	No poder vivir sin el otro por sentirse incompleto
El amor cortes	Acostumbrarnos a que sólo la conquista debe de ser por parte del hombre
Te amaré por siempre	
No podré encontrar a alguien como tú	
Te quiero pese a todo	
Con mi amor puedes cambiar	
Te quiero más que a mi vida	
Celos como prueba de amor	
El NO de la mujer en la conquista	
si no haces esto es que no me amas...	
Alma gemela	
Príncipe azul	

Principe Rana	
El amor lo puede todo	

Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora ¿ok? Recuerda que tienes que entrar al link que te voy a compartir para que me ayudes a realizar algunas preguntas.

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 5 TÍTULO: Pensamientos innecesarios

TEMA: Reestructuración cognitiva FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias puedan reconocer y modificar aquellas ideas irracionales que malestar y modificarlas a racionales.</p>	<p><i>Se trabajará con ideas Irracionales que causen malestar para sustituirlas por ideas racionales o pensamientos un poco más adaptativos.</i></p> <p>-Psicóloga: Hola, me da mucho gusto saludarte!, ¿Cómo te ha ido en estos días que no nos hemos visto?.</p> <p><i>Es necesario que como parte del ejercicio se le pueda explicar a la usuaria lo que son ideas irracionales para ello se pueden poner frases o ejemplos, "pensamientos que nos hacen sentir mal" o "pensamientos que conducen a emociones negativas". Y explicar porque la importancia de poderlas identificar por aseveraciones que nos causen bienestar, que nos lleven a un aprendizaje o que nos conduzcan a emociones menos destructivas.</i></p> <p><i>Para ello se le pedirá a la usuaria que pueda hacer una lista de aquellas ideas irracionales, identificar la emoción que está detrás y poder encontrar pensamientos mejor adaptativos.</i></p> <p><i>A continuación se presenta una lista de ideas irracionales para ayudar a la usuaria en caso de que no encuentre algún ejemplo. Se puede proyectar la siguiente tabla.</i></p> <p>1.- Escribir el escenario (lugar, persona y suceso) en el cual se presenta la emoción desadaptativa.</p> <p>2.- Conducir a que la persona identifique los pensamientos o imágenes mentales asociados al evento.</p>	<p>Reestructuración Cognitiva Ellis (1989)</p>	<p>- Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>60 minutos</p>

3.- Identificar si se trata de posibles distorsiones cognitivas (Evalúe objetividad, evidencia u otras explicaciones alternativas de la situación).

4.- Con base en el punto previo, elabora un nuevo pensamiento y una reacción útil

<i>Ideas irracionales</i>	<i>Emoción</i>	<i>Ideas racionales</i>
“No hay ningún futuro para mí”.	<i>Tristeza, soledad</i>	“Ahora me siento triste y sin ánimos, pero yo soy buena para esto... y podré encontrar un buen trabajo”
“Nunca voy a mejorar”.		
“No hay nada ni nadie que pueda ayudarme”		
“Ya me rendí”		
“Ya no tengo esperanzas”		
“No volveré a ser feliz”		
<i>Soy responsable de hacer funcionar la relación</i>		
Análisis del costo beneficio. Consiste en que el paciente se cuestione ¿Qué efecto tiene el hecho de que yo me crea este pensamiento? E identifique las ventajas y desventajas de mantener un estado emocional desagradable, un pensamiento irracional o una conducta que no le conducirá al objetivo y a partir de este análisis motívelo al cambio ¿Qué debería hacer ahora?		

Muy bien hiciste un buen trabajo yo sé que es complicado poder distinguir aquellos pensamientos negativos que en nuestra vida son naturales, sin embargo sé que de ahora tendrás más sensibilidad para poder identificar estas ideas y poderlas cambiar a ideas más racionales.

Te voy a pedir que en esta semana puedas pensar en otras ideas que nos hicieron falta para poder comentarlas brevemente la siguiente semana. Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora ¿ok? Recuerda que tienes que entrar al link que te voy a compartir para que me ayudes a realizar algunas preguntas.

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 6 TÍTULO: Ser para y de Otros

TEMA: Autoestima, Autoconcepto

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias puedan trabajar con la creación de un autoconcepto racional y mejorar su autoestima y al mismo tiempo su autoconfianza.</p>	<p>Coria (2011) dice que las mujeres educadas como seres para atender a otros, a menudo terminan creyendo que las posibilidades de ser amadas y valoradas dependen de su disposición a aceptar como verdad que la opinión de los demás es la única que cuenta y es la verdaderamente aceptada. Terminan así, en ocasiones, confundiendo la dependencia para la que han sido programadas con amor incondicional hacia el/los otros. Y en muchas ocasiones el autoconcepto o la autoestima se ven reflejados en lo que socialmente se nos ha impuesto y no verdaderamente en lo que nosotros queremos.</p> <p>Generalmente los adultos nos enfocamos mucho en cuidar a las personas que están a nuestro alrededor, principalmente a aquellas que dependen de nosotros como son las hijas e hijos, adultos mayores entre otros; sin embargo, nos olvidamos de cuidarnos a nosotros mismos, siendo ésta una acción que no deberíamos dejar pasar por alto. Autocuidado, es la práctica de actividades que debemos realizar en favor de sí mismos para mantener la vida, la salud y el bienestar individual. Al aumentar la capacidad de autocuidado aumentamos el auto estimación. Por otra parte, autocuidado también, son todas aquellas tareas y hábitos que incluimos en nuestra rutina para dedicar a nosotros mismos, y mejorar nuestra salud física y mental, y que hemos descubierto nos son efectivas.</p> <p>- Me da mucho gusto verte en esta semana, ¿Cómo te ha ido en estos días?</p> <p>▶ Revisión de la sesión anterior: Como vimos en la sesión anterior hay algunas creencias que se nos ha impuesto y nosotros hemos naturalizado y que a veces influyen para poder terminar una relación o para perpetuar las condiciones de violencia, me gustaría que profundizáramos un poco acerca de lo que tú eres, tus gustos y lo que quieres hacer, es</p>	<p>Rosenberg 1984. Costo beneficioso</p>	<p>-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p align="center">80 minutos</p>

importante que tratemos de hablar desde tus gustos aunque sé que costará trabajo diferenciar de impuestos sociales.

-Vamos a reflexionar sobre estas preguntas que te haré y espero me puedas ayudar a contestarlas, sé que quizás algunas resulten complicadas, sin embargo te pido que lo puedas intentar.

¿Quién soy?

¿Qué me gusta hacer?

¿Qué soy capaz de lograr?

Trabajar con la técnica de FAST

FAIR
 APOLOGIES
 STICK TO VALUES
 THRUHNFUL

JUSTO
 DISCULPAS
 APEGARSE A LOS
 VALORES
 HONESTO

JUSTO	Se justo CONTIGO y las otras personas (evaluar los hechos) NO culpas(nos lleva a permanecer en el sufrimiento), Si responsabilidades (Nos lleva al aprendizaje)
DISCULPAS	No disculparse por estar vivo o hacer una petición No disculparse por tener una opinión o no estar de acuerdo. No aparentar vergüenza cuando no hay razón (agacharse) No invalidar lo válido.
APEGARSE A LOS VALORES	Apegarse a tus propios Valores No traicionar tus valores

	Actuar con congruencia cuando algo es correcto o valioso
HONESTO	No mientas No actúes como si fueras indefensa cuando no lo eres No inventes excusas No exageres (evaluar los hechos) Pide ayuda No somos víctimas, somos personas en una determina situación

Trabajar con la ficha xxxx “Validación”

- Hay algunas ocasiones en las que incluso ejercemos violencia a nosotras mismas, te voy a pedir que puedas trabajar con la siguiente ficha y en la semana puedas reflexionar sobre algunas de las cosas que hacemos o que dejamos de hacer y puedas seleccionar las que más corresponden con tu estado actual.
- Te voy a pedir que en estos días que no nos veremos puedas pensar en otros tipos de violencia por omisión o acción que hemos y que si puedes pongas en práctica la técnica de FAST.

*Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora ¿ok?
 Recuerda que tienes que entrar al link que te voy a compartir para que me ayudes a realizar algunas preguntas.*

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 7 TÍTULO: Aprendiendo a elegir

TEMA: Toma de decisiones FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que las usuarias aprendan a mejorar toma de decisiones, con énfasis en la generación y/o fortalecimiento de redes de apoyo</p>	<p>- Me da mucho gusto verte en esta semana, ¿Cómo te ha ido en estos días?</p> <p align="center">Toma de decisiones</p> <p>Vamos a pedir a la usuaria que piense en un problema y haga una lista de posibles soluciones. Una vez que se ha generado una lista de opciones alternativas, se le enseña al individuo a evaluar el potencial de cada solución para cumplir las metas definidas. Entrenar en esta habilidad ayuda que las personas utilicen los siguientes criterios para realizar un análisis de costo-beneficio basado en la utilidad de cada solución alternativa: la probabilidad de que la solución cumplirá el objetivo definido, la probabilidad de que la persona responsable de resolver el problema puede realmente llevar a cabo el plan de solución Óptimamente, consecuencias personales y sociales, y efectos a corto y largo plazo.</p> <p>Verificación de la solución</p> <p>Esta última tarea de resolución racional de problemas implica monitorear y evaluar las consecuencias del resultado real después de llevar a cabo un plan de solución. Además, se anima a las usuarias a</p> <p>Practicar la realización de la solución como medio de aumentando la probabilidad de que se lleve en su forma óptima.</p>	<p>Nezu, Nezu, y McMurrán (2008)</p>	<p>-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo</p>	<p>80 minutos</p>

	<p>A veces, puede ser aconsejable que el consejero de incluya capacitación en varias otras habilidades si es relevante (por ejemplo, habilidades de comunicación, habilidades de asertividad, habilidades interpersonales Habilidades). Una vez que el plan está en marcha, el paciente está animada a monitorear los resultados reales. Utilizando esta información permite a las personas evaluar los resultados comparando el resultado real con sus expectativas o predicciones sobre el salir.</p> <p>Dependiendo de los resultados, los individuos luego son guiados para solucionar problemas donde en el proceso de resolución de problemas que necesitan extender un esfuerzo adicional hacia si el problema no se resuelve adecuadamente o para participar en autoreforzo si se resuelve el problema.</p>			
--	---	--	--	--

TERMÓMETRO PARA TOMAR UNA DECISIÓN

Elaboración propia



Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora ¿ok? Recuerda que tienes que entrar al link que te voy a compartir para que me ayudes a realizar algunas preguntas.

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 8 TÍTULO: Aprendiendo a solucionar

TEMA: Afrontamiento y Solución de problemas
FECHA:

OBJETIVOS

ACTIVIDAD

**DESARROLLO
DE
ACTIVIDAD**

MATERIALES

TIEMPO

Que las usuarias aprendan a mejorar algunos estilos de afrontamiento, de solución de problemas, con énfasis en la generación y/o fortalecimiento de redes de apoyo.

Re atribución.
En lugar de que la persona se culpe a si misma o a otras personas por el problema, favorezca una visión panorámica de la problemática enfatizando en los diferentes factores que pudieron haber contribuido para ello y de esta manera pueda enfocarse en resolver lo que está a su alcance en esta situación y evitar gastar su energía culpándose a sí mismo o a los demás.

- Me da mucho gusto verte en esta semana, ¿Cómo te ha ido en estos días?

Relajar al paciente con Mindfulness pedirle que utilice su imaginación

Metáfora del modo atardecer “Imagina que te encuentras sentado(a) en una playa sobre la arena, sientes por un momento los granos de arena en tus pies descalzos y después la fresca brisa del mar mientras observas al horizonte del océano un hermoso atardecer. De pronto tu mente te pide que resuelvas dicho amanecer y entonces eso

Oliver y Margolin (1990)

-Computadora o celular
-Internet
-Fichas de trabajo
-Bolígrafo

80 minutos

interrumpe tu tranquilidad y comienzas a elaborar soluciones como que el sol vaya más rápido o más lento. Sin embargo, te das cuenta de que el atardecer no es para resolverse, sino simplemente para disfrutarlo y tener contacto con el momento presente, en una palabra, para experimentarlo, es decir, son las experiencias como el disfrutar una actividad con nuestros seres queridos, leer de forma atenta o escuchar música, esos son los atardeceres que pueden hacer su vida valiosa ahora”.

Conduce al usuario a que reflexione sobre las ocasiones en las que pretende resolver los atardeceres de su vida, sin darse cuenta de que algunas experiencias no se resuelven, sino que se experimentan, es decir, se viven, se aceptan.

- ✓ *Paso 1 Averigüe y describa la situación problemática*
- ✓ *Paso 2 Verificación de Hechos (si los hechos están correctos y se ha identificado una situación problemática continuar, si los hechos no están localizados regresar al paso 1)*
- ✓ *Paso 3: Identifique su meta (elegir algo sencillo, ¿qué necesita ser cambiado?)*
- ✓ *Paso 4: lluvia de ideas (puedes pedir sugerencias a las personas que confíen; no critiques estas ideas aún)*

- ✓ Paso 5: Elija una solución que se relacione con su meta y pueda ser viable (evaluamos pros y contras)
- ✓ (Termómetro de tomar una decisión)
- ✓ Paso 6: PONGA EN MARCHA LA SOLUCIÓN DEL PROBLEMA (¿Hay algo que nos detiene?, regresar al paso 5).
- ✓ Paso 7 Evalué los resultados (en caso de que los resultados no hayan sido favorables, regresar al paso 5).

*Trabajamos con la ficha **de solución de problemas**.*

Reflexionar sobre esto de que descubren múltiples soluciones mutuamente aceptables a un problema que antes parecía irresoluble.

Trabajar con un autoregistro.

Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora ¿ok? Recuerda que tienes que entrar al link que te voy a compartir para que me ayudes a realizar algunas preguntas.

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 9 TÍTULO:

TEMA: Reforzamiento FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
Que las usuarias puedan trabajar en toma de decisiones y soluciones de problemas	Reforzar aquellas conductas que sigan causando un malestar en el autoregistro y que falte aún trabajar en las habilidades. Enfatizar en conductas de miedo, con la técnica de validaciones de hechos, si sus emociones corresponden a los hechos y verificarlos.	Evaluación de todas las conductas de riesgo y de las emociones de la usuaria. Trabajar con técnicas de afrontamiento mediante la enfatización de la toma de decisiones.	-Computadora o celular -Internet -Fichas de trabajo -Bolígrafo	80 minutos

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 10 TÍTULO: Aprendiendo a Comunicar de una forma NO violenta

TEMA: Comunicación Asertiva

FECHA:

OBJETIVOS

ACTIVIDAD

DESARROLLO DE ACTIVIDAD

MATERIALES

TIEMPO

Que las usuarias reconozcan sus gustos, habilidades y lo que pueden aportar a las relaciones que tienen. Al mismo tiempo se le brindará a la usuaria técnicas de comunicación asertiva

- Me da mucho gusto verte en esta semana, ¿Cómo te ha ido en estos días?

Lista de los tipos de comunicaciones para que la usuaria pueda ver la diferencia entre los tipos de comunicación

<i>Comunicación Pasiva</i>	<i>Comunicación agresiva</i>	<i>Comunicación Asertiva</i>
<i>Evita hablar. Se pliega a lo que dicen los demás. No defiende sus puntos de vista.</i>	<i>Juega al yo gano - tú ganas. Ofende. Se impone por la fuerza. Juega al yo gano - tú pierdes. No escucha sugerencias</i>	<i>Habla con efectividad y propiedad. Expone sus ideas en forma lógica y sin contradicciones.</i>

Asertividad Positiva Consiste en expresar auténtico afecto y aprecio por otras personas. Supone que uno se mantiene atento a lo bueno y valioso que hay en los demás y se está dispuesto a

Marshall Rosenberg 1984.

80 minutos

reconocer generosamente eso bueno y valioso y a comunicarlo de manera verbal o no-verbal

Utilizar la técnica de DEARMAN

En este sistema para mantener relaciones positivas con los demás es importante centrar la comunicación en los pensamientos, necesidades y demandas de las personas, y evitando prejuzgar al interlocutor con lenguajes evaluativos. Todo ello evitando hacerlo desde la culpa, el miedo, la provocación o las amenazas de una forma más compasiva.

Pautas de comunicación no violenta

Evitar lenguaje estático (bueno/malo, normal/anormal, correcto/incorrecto).

Uso de un lenguaje más dinámico que pueda dar origen a cambiar la situación de partida.

No hacer comparaciones.

Evitar palabras que dicten sentencia: «debe», «debería» o «tiene que» u otras que sentencien y exageren como: «nunca», «como siempre», «alguna vez», «siempre que», «a menudo», «habitualmente», «con frecuencia» o «rara vez».

Evitar emitir prejuicios, como decir que se es deshonesto, vago, arrogante, etc

Ser amable en el discurso, firme y claro.

La psicología compara el modelo de la comunicación no violenta de Rosenberg (o empática) con la comunicación asertiva. Las características de comunicarse de forma asertiva son las que siguen:

Conducta general: el sujeto actúa con naturalidad y espontaneidad, escuchando de forma atenta.
Conducta verbal: la persona asertiva habla objetivamente, expresa justo lo que quiere desde la postura de su «Yo», habla cuando tiene que decir algo y habla bien de sí mismo si es necesario hacerlo.
Voz: firme, relajada y bien modulada.
Mirada: existe contacto visual, mirada franca y ojos expresivos.
Postura: relajada y tranquila.
Manos: movimientos relajados

Describir
Expresar
Aparentar seguridad
Reforzar
Mindfulness
Asertividad
Negociar

Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora ¿ok? Recuerda que tienes que entrar al link que te voy a compartir para que me ayudes a realizar algunas preguntas.

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 11 TÍTULO: Pronto es Pronto

TEMA: Potencialización de la Autonomía

FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Desarrollo de un plan de vida que busque potencializar la autonomía y toma de decisiones de las usuarias.</p>	<p>- Me da mucho gusto verte en esta semana, ¿Cómo te ha ido en estos días? Te voy a pedir que en esta sesión podamos trabajar con los planes que no has podido realizar pero te gustaría que pasaran, también por los planes que quedaron inconclusos debido a la situación por la cual estas pasando.</p> <p style="text-align: center;"><i>Planeación de Metas a corto y largo plazo</i> ACT <i>Valorar es responder</i></p> <p>- clarificar fines y direcciones en la vida en términos de sus acciones - alterar las relaciones entre sentir-pensar-actuar que alejan de lo que quiere en su vida -establecer relaciones entre los valores que la usuaria indica y los recorridos que elija para caminar hacia ellos Objetivos a conseguir: Que la usuaria contacte con sus valores Que el cliente contacte con las vías que los han comprometido Revisar la desesperanza creativa. Una vida valiosa puede emerger de la desesperanza Identificar las áreas de la vida que al cliente le gustaría fomentar Posibles barreras: Pensamientos y emociones relacionadas con el fracaso (pasado y futuro) Afirmaciones del cliente de “nada me importa” Sentimiento de desesperanza</p>	<p>Hayes, Strosahl, Wilson (2015)</p>		<p>80 minutos</p>

Intervenciones centrales: Ejercicios experienciales, ejercicios para casa, exposición, metáforas y paradojas. Para: Contacto con los valores evitados.

¿Cuáles son sus miedos? Dolor y exposición Moverse hacia los valores Frenar el autocastigo rumiativo de fracasos anteriores Exposición para generar flexibilidad respecto al contenido psicológico evitado Clarificar valores.

El método de la semántica. Este método es útil para modificar expresiones como: “debería” “tengo que” “debo de” Explique al paciente la rigidez de estos términos y cómo se somete a una exigencia irracional y promueva reemplazarlos por “sería conveniente” “sería favorable” o “sería mejor si...”

<i>Plazo</i>	<i>Qué quiero hacer</i>	<i>Qué me detiene (puede ser una emoción/actividad)</i>	<i>Quién me detiene</i>	<i>Solución</i>
<i>Corto</i>				
<i>Largo</i>				

Es necesario que la usuaria pueda reflexionar en si es un autosabotaje o si hay personas que le impiden llegar a su meta. También será necesario que la usuaria pueda descifrar la emoción que hay detrás.

Me dio mucho gusto verte esta semana te veré la siguiente semana a la misma hora ¿ok? Recuerda que tienes que entrar al link que te voy a compartir para que me ayudes a realizar algunas preguntas.

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.

SESIÓN 12 TÍTULO: De víctima a Superviviente

TEMA: Aprendizaje obtenido en las sesiones y cierre de la terapia
FECHA:

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	DESARROLLO DE ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO
<p>Que la usuaria pueda identificar aquellos aprendizajes de estas sesiones terapéuticas y su estado actual.</p>	<p style="text-align: center;">Reescribiendo la historia</p> <p>En el momento en que experimentó un trauma o hecho estresante, puede haber visto a la otra persona como superior o como más fuerte. En la columna izquierda, escriba una descripción detallada de lo que ocurrió: qué aspecto tenía la otra persona, como se la oía, que decía, hacía, etc. En la columna derecha reescriba la historia entera. Esta vez usted es más fuerte y la otra persona es débil y está asustada. Usted es más grande, la otra persona más pequeña. Usted tiene un vozarrón, la otra persona está callada. Usted es activo, agresivo y hostil y la otra persona tiene miedo de usted. Reescriba esta historia de un modo tal que lo convierta a usted en el más fuerte y dominante. Escriba entonces sus pensamientos y sentimientos en relación a la realización de este ejercicio.</p> <p>- Me da mucho gusto verte en esta semana, ¿Cómo te ha ido en estos días? Te voy a pedir que hagamos el siguiente ejercicio, piensa por favor en escribir tu historia de este lado brevemente; después escribe en esta historia lo que los demás te gustaría que conocieran de tu historia la diferencia es que ahora tienes habilidades, eres más fuerte, cuentas con personas que te pueden ayudar, ya no eres ni te sientes débil, tienes más oportunidades.</p>	<p>Leahy (2003) Técnicas de procesamiento emocional.</p> <p>Terminación, Seguimiento y Prevención de Recaídas (Ruíz Sánchez & Cano Sánchez).</p> <p>Problemas relacionados con la Terminación de la Terapia Beck (1976)</p>		<p style="text-align: center;">80 minutos</p>

Víctima

Superviviente

Se ha identificado una serie de dificultades que suelen surgir cuando el fin de la terapia está próximo y la manera de manejarlos:

- C) La preocupación de la persona respecto a no estar “completamente curada”. El terapeuta puede utilizar en este caso varias estrategias: –
Explicar que la salud mental no es un constructo dicotómico sino un continuo integrado de varios puntos. Después demuestra con los datos de la evolución de la usuaria cómo éste ha avanzado dentro de ese continuo.
– **Mostrar a la usuaria que el objetivo de la terapia es aprender a resolver más eficazmente los problemas y no curarle, ni reestructurar la personalidad, ni evitar todos los problemas vitales posibles.**

A continuación mostrarle sus progresos al respecto.

- D) La preocupación respecto a “volver a recaer y experimentar de nuevo el problema”. El terapeuta aquí también puede utilizar alguna de las

siguientes estrategias: – Devolver a la usuaria que ello es posible, **pero que puede ser una oportunidad para aplicar lo aprendido.** –

El terapeuta puede explicar que las recaídas son frecuentes durante el tratamiento, que este raramente supone una mejoría lineal, y que las recaídas pueden ser aprovechadas para detectar pensamientos automáticos y significados relevantes.

**Explicar que habrá una sesión de evaluación y seguimiento.
Compartir que se aprendió en estas sesiones.**

EVALUACIÓN: Se le brindará a la usuaria una encuesta por cada sesión para que puedan responder algunas preguntas para evaluar el contenido, el abordaje de la psicóloga de cada sesión.