

**Co-construcción de resiliencia como enfoque estratégico para la intervención sistémica con mujeres que han vivido experiencias de violencia de género por sus parejas.**

**Monografía para optar el título de especialista en familia**

**Consuelo Marín Calderón**

**Sandra Milena Fontecha Pabón**

**Directora**

**Universidad Pontificia Bolivariana  
Escuela de Ciencias Sociales  
Especialización en Familia  
Bucaramanga 2016**

## Tabla de contenido

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Resumen.....                    | 3  |
| Abstract.....                   | 4  |
| Introducción.....               | 5  |
| Objetivos.....                  | 8  |
| Referentes teóricos.....        | 9  |
| Metodología.....                | 26 |
| Resultados.....                 | 27 |
| Discusión.....                  | 29 |
| Conclusiones.....               | 31 |
| Referencias Bibliográficas..... | 32 |

## RESUMEN GENERAL DE TRABAJO DE GRADO

**TITULO:** Co-construcción de resiliencia como enfoque estratégico para la intervención sistémica con mujeres que han vivido experiencias de violencia de género por sus parejas.

**AUTOR(ES):** CONSUELO MARIN CALDERON

**FACULTAD:** Esp. en Familia

**DIRECTOR(A):** SANDRA MILENA FONTECHA PABON

### RESUMEN

Se describe un trabajo de revisión teórica, con el objetivo de identificar los recursos y herramientas que tienen las mujeres que han sufrido violencia de género por sus parejas y las estrategias que en la intervención sistémica posibilitan la co-construcción de contextos resilientes. Se encontró que la existencia de redes de apoyo, la espiritualidad, la búsqueda de información y la autoestima son recursos que contribuyen en la superación de la experiencia de violencia de género. De igual manera las intervenciones de tipo grupal y en pareja, las estrategias orientadas a promover la autonomía para hacerse cargo de su protección personal, la redefinición y ampliación de explicaciones de la violencia, el autoconocimiento, la validación de la experiencia de dolor y las técnicas como el familiograma, el uso de metáforas y cuentos, los documentos terapéuticos como cartas y certificados resultan ser convenientes para co-construir espacios resilientes con las mujeres.

### PALABRAS CLAVES:

Resiliencia, Violencia de género, Intervención sistémica, relación de pareja

V° B° DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO

**GENERAL SUMMARY OF WORK OF GRADE**

**TITLE:** Co-building resilience as a strategic approach for systemic intervention with women who have experienced gender violence by their partners.

**AUTHOR(S):** CONSUELO MARIN CALDERON

**FACULTY:** Esp. en Familia

**DIRECTOR:** SANDRA MILENA FONTECHA PABON

**ABSTRACT**

A work of theoretical review with the aim of identifying the resources and tools that women who have suffered gender violence by their partners and strategies that enable systemic intervention co-building resilient contexts is described. It was found that the existence of support networks, spirituality, seeking information and self-esteem are resources that contribute in overcoming the experience of gender violence. Similar interventions, group type and partner, strategies aimed at promoting the autonomy to take charge of their personal protection, redefinition and expansion of explanations of violence, self-knowledge, validating the pain experience and techniques as familiograma, using metaphors and stories, therapeutic documents such as letters and certificates prove to be suitable for co-building resilient spaces with women.

**KEYWORDS:**

Resilience, Gender Violence, systemic intervention, relationship

**V° B° DIRECTOR OF GRADUATE WORK**

## Introducción

La violencia contra las mujeres ha sido considerada un asunto de derechos humanos, sin embargo la violencia de los hombres ha empezado a verse como un problema de salud pública, que preocupa cada vez más a nivel internacional (Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses, 2014). Esta problemática compleja ha tratado de definirse, sin embargo su delimitación ha sido difícil por los dos componentes que la integran: pareja y violencia; el primero comprende a los hombres o mujeres adolescentes o mayores de edad, que mantienen o han mantenido relaciones íntimas durante un período de tiempo o hayan convivido (Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses, 2014).

En relación con el término violencia, ha sido fundamental para su delimitación que en el marco de la relación de pareja se haya identificado que la mujer suele ser la víctima y el hombre el agresor, lo que se considera una razón para incluir este fenómeno en la violencia de género (Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses, 2014). Al respecto la Organización de las Naciones Unidas (1994) declaró:

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 para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada. (p. 2).

También el Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2014) define la violencia contra la mujer como “una constelación de actos abusivos y violentos de los hombres contra las mujeres, actuales parejas sentimentales o que lo han sido” (p.205). Este mismo organismo señala que la violencia va más allá de la agresión física, y se expresa en un patrón de comportamientos violentos y coercitivos que incluyen agresiones físicas o sexuales, maltrato psicológico, aislamiento o control de tipo social, acoso, intimidación, humillación, extorsiones o amenazas (Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses, 2014). Existe otra clase de violencia contra la mujer que ha sido poco visibilizada pero que se convierte en un factor determinante que puede llegar a mantener a la mujer bajo el poder de su agresión. En Colombia, mediante la ley 1257 de 2008, se reconoce la violencia económica contra la mujer, definiéndola como daño patrimonial, relacionada con la pérdida, transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores, derechos o económicos destinados a satisfacer las necesidades de la mujer.

Por otra parte, Velásquez (2003), amplía la definición de violencia de género introduciendo aspectos relacionados a su libertad, manifestando que esta “abarca todos los actos mediante los cuales se discrimina, ignora, somete, discrimina y subordina a las mujeres en los diferentes aspectos de su existencia... es todo ataque material y simbólico que afecta su libertad, dignidad, intimidad e integridad moral y/o física” (p. 29).

Sin que se pretenda tomar como la última palabra, en aras de esta revisión teórica, se adopta la definición que hace Corsi (2003), sobre la violencia de género, en la que manifiesta que “abarca todas las formas a través de las cuales se intenta mantener el sistema de jerarquías implantado por una cultura patriarcal” (p.18). Se trata, según el mismo autor, “de una violencia estructural que se dirige hacia las mujeres con el objeto de mantener o incrementar su subordinación al género masculino hegemónico” (Corsi, 2003, p. 18). Esta definición refiere a las formas de interacción que desde un sistema más amplio, la cultura, permean sistemas como la pareja, donde se reproducen en las pautas comunicativas formas de relación centradas en el ejercicio del poder hacia la mujer, manteniendo así la homeostasis del sistema.

De acuerdo con lo anterior, puede explicarse la perpetuación de esta problemática y su agudización en el tiempo, dado que los sistemas culturales tienden a mantener su equilibrio, hasta tanto no se dé un cambio que conlleve a nuevas formas de relación basadas en la equidad de género. La situación de violencia contra la mujer, en el panorama mundial puede dimensionarse a través de los datos estadísticos de la OMS (2016) que señala que aproximadamente una de cada tres mujeres, es decir el 35% de ellas en el mundo, han sido expuestas a violencia física y/o sexual por parte de su pareja o a violencia sexual por parte de terceros en algún momento de su historia de vida. Así mismo la OMS (2016) ha encontrado que la mayoría de las situaciones de violencia hacia la mujer provienen de su pareja. A nivel mundial cerca de un tercio, o sea el 30% de las mujeres manifiestan haber vivido una experiencia de violencia física y/o sexual de su compañero, así mismo, se estima que un 38% de los homicidios de mujeres, que ocurren en el mundo obedecen a violencia conyugal.

En Colombia, el Instituto Colombiano de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2014) reporta que realizó 75.939 peritajes sobre violencia intrafamiliar, donde el 64,33% corresponden a violencia contra la pareja, con una tasa de 125 casos por cada 100.000 habitantes, donde el principal agresor es el hombre. Así mismo se reporta que por cada hombre que denuncia ser víctima de violencia por su pareja, seis mujeres también lo hacen (Instituto de Medicina Legal y

Ciencias Forenses, 2014). También se señala que los departamentos con el mayor número de casos registrados fueron: Bogotá (10.144), Antioquia (5.992), Cundinamarca (4.779), Valle del Cauca (3.845) y Santander (2.626). Este mismo informe pone en evidencia que la vivienda sigue siendo el escenario de mayor riesgo para que se presente la violencia de pareja; también en términos de tiempo, se ha identificado que los días sábados, domingos y lunes, y los meses de mayo y junio suelen ser periodos de tiempo en que se presentan más casos de este tipo (Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses, 2014).

Ahora bien, la violencia de género también puede dimensionarse por las consecuencias nefastas cuando le significa la muerte, y cuando este no es el caso, tiene implicaciones directas sobre su salud. Walker (2012), destaca entre otros aspectos, el deterioro de la autoestima, de su iniciativa y de su capacidad de comprensión de lo que le está pasando. Estas mujeres pueden llegar a sentirse culpables y hasta responsables del maltrato al que han sido sometidas, también desconfían de los demás, de sí mismas y de sus capacidades, son embargadas por sentimientos de miedo, impotencia y vergüenza (Walker, 2012). Este conjunto de aspectos configuran lo que esta misma autora ha denominado “síndrome de la mujer maltratada” (Walker 2012).

Desde el Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2014) la violencia es visualizada como un fenómeno de complejidad que en sus diversas manifestaciones que conlleva daño, malestares y pérdidas personales de gravedad a la mujer. La gravedad de las consecuencias dependen también de la cronicidad en el tiempo, durante el cual la mujer fue expuesta al sometimiento del poder de su pareja, llevándola a experimentar miedo, inseguridad, sufrimiento, dolor y el sufrimiento físico o psicológico, en situaciones extremas se puede causar la incapacidad personal, social o su misma muerte (Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses, 2014).

Dadas las implicaciones de la violencia en la vida de la mujer, puede afirmarse que esta, interfiere en sus competencias en roles tan importantes como el profesional, ya que generalmente, el maltratador evitará la independencia económica de la mujer, que la podría poner fuera de su alcance. Corsi (2002), refiere el ausentismo laboral y/o disminución de la productividad, sobre todo cuando la violencia es de tipo físico, por consulta a médicos o procesos de denuncia. Otro rol por demás importante en el que la violencia contra la mujer interfiere es rol de ser madre, impactando de manera funesta en la vida de sus hijos y por ende en la sociedad. Casanueva (2009), refiere que las madres que han sufrido maltrato físico,

muestran una mayor tendencia al maltrato infantil. Como lo manifiesta Alcántara (2010), la literatura posee un considerable número de investigaciones que muestran que los hijos expuestos a los diferentes tipos de maltrato contra sus madres presentan una mayor incidencia en problemas de comportamiento, consumo de sustancias, agresividad, hostilidad, comportamiento desafiante e hiperactivo. De igual manera, manifiestan mayor incidencia en episodios o estados depresivos, ansiedad, baja autoestima, miedo, inhibición, distorsiones cognitivas, síntomas disociativos y retraimiento, en comparación con aquellos que no han sido expuestos a esta clase de situación (Alcántara, 2010).

La afectación de los hijos de las mujeres maltratadas bien pudiera desembocar en comportamientos antisociales. Como lo señala Rojas (2001 citado por Corsi, 2003) “los crímenes más diabólicos, siempre son realizados por víctimas o testigos de la violencia en sus primeros años” (p. 73). Por otro lado, Rey-Anacona (2008 citado por Alcántara et al, 2013) refiere que la exposición a estas pautas relacionales de los padres tiende a ser reproducidas por los hijos, en las relaciones afectivas de su edad adulta, prolongando las figuras machistas en los hombres y de sumisión en las mujeres. García (2016), manifiesta que la violencia de pareja es de transmisión transgeneracional.

La violencia de género en consecuencia, tiene un alto impacto a corto y a largo plazo en la sociedad, convirtiéndose por derecho propio, en un tema de salud pública que dicta un mandato perentorio de intervención social. Además, pese a los esfuerzos de los diferentes sectores de la sociedad, el fenómeno de la violencia de género por parte de las parejas, no solo ha ido en aumento sino que ha escalado en gravedad, pues muchas de ellas no han sobrevivido, por lo que se requiere encontrar más y mejores estrategias para abordar dicha problemática. Es por eso, que los enfoques de resiliencia y sistémicos pudieran ser una muy buena alternativa para intervenir en este fenómeno social. Tomando como referencia a Manciaux, y Lecomte (2003), se podría decir que la resiliencia en esencia tiene que ver con la capacidad del ser humano de no sólo resistir sino rehacerse frente a experiencias traumáticas de la vida. Por otra parte el enfoque sistémico, es un modo de ver el mundo, un punto de vista que trata de entender y abordar la realidad como un conjunto de sistemas que se auto organizan, se auto regulan y se retroalimentan. (Almazán, 2004).

A la realidad planteada sobre la violencia de género contra la mujer en manos de su pareja, al impacto negativo sobre su salud y la de sus hijos y a los altos costos sociales, se une el

interés personal académico por encontrar una conexión entre el enfoque sistémico y la resiliencia (con lo que se identifica plenamente), para que sean los vectores que orienten el quehacer profesional como Especialista en Familia. Es así, como se origina y valida la pregunta: ¿Cuáles son las características y recursos de las mujeres, que les permiten superar experiencias de violencia de género por sus parejas y las estrategias de intervención sistémica que favorecen la co-construcción de contextos resilientes?

### **Objetivos**

Objetivo General:

-Identificar los recursos y herramientas que tienen las mujeres para superar experiencias de violencia por parte de sus parejas, así como las estrategias que en la intervención sistémica posibilitan la co-construcción de contextos resilientes.

Objetivos específicos:

-Identificar las características y recursos que utilizan las mujeres para superar la violencia de género ejercida por sus parejas.

-Describir las estrategias y técnicas que orientarían la intervención de los profesionales con las mujeres que viven situaciones de violencia de género.

### **Referente teórico**

Desde el modelo sistémico interaccional, autores como Perrone y Nannini (1995), refieren que la violencia no es un fenómeno de tipo individual sino la manifestación de un fenómeno interaccional, ya que ésta, es el resultado de un proceso de comunicación específico entre dos o más personas. Además, agregan que todos los que hacen parte de una interacción, son responsables relacionamente. Estas premisas han generado contradictores sobre todo de aquellos que persisten en victimizar a la mujer, con sus consecuentes implicaciones, sin embargo, Perrone y Nannini, (1995), refieren que debe darse por sentado, que “todo individuo adulto, con capacidad suficiente para vivir de modo autónomo es el garante de su propia seguridad. Sino asume esta responsabilidad estimula los aspectos incontrolados y violentos de la otra persona, con lo que organiza y alimenta una interacción de carácter violento” (p. 39).

Por su parte, Montaña (2007), afirma que la violencia se construye siguiendo un patrón circular que pasa a formar parte del repertorio de patrones de interacción de la pareja. Aquel por su conducta dominante y aquella por su conducta de sumisión. Visto así, desde la mirada sistémica la mujer no es asumida a la manera tradicional de “víctima”, sino más bien como parte activa y vinculante con la problemática, además sugiere que la violencia emerge en un continuo de patrones de comunicación donde participan ambos miembros de la relación.

Por su parte, Corsi (2003) ofrece una comprensión ecológica de la violencia contra la mujer desde el modelo de Bronfenbrenner, dilucidando los factores que explican por qué algunas mujeres conviven con el agresor, no sin antes dejar por sentado, que ninguna mujer que sufre violencia a manos de su pareja, la aceptan de manera impávida. Todas ellas, llevan a cabo una serie de conductas ya sean activas o pasivas con el objetivo de ejercer algún control que las alivie de las situaciones violentas (Corsi, 2003). En este sentido, este autor coincide con lo propuesto por Perrone y Nannini (1995) y Montaña (2007), acerca de la participación relacional de la mujer en el surgimiento de la pauta violenta, pero esto también lleva a considerar que la mujer no es un ser humano desempoderado, de alguna manera toma decisiones que la ubican en el terreno de la autonomía, aunque esto parezca paradójico.

De otra parte, los factores influyentes en la permanencia, abandono o modificación de la relación, según Corsi (2003), pueden ser de carácter interno o externo a la mujer y la interacción entre estos es constante. Los del tipo externo son todos los elementos provenientes de su entorno, que la obligan ya sea por medio de castigos o recompensas a que permanezca en una relación de maltrato (Corsi, 2003). En el nivel más amplio del modelo ecológico, en el macrosistema, cada cultura -que descansa sobre la estructura por la que está conformada y sobre los principios inherentes a los sistemas, de estabilidad y permanencia-, establece los roles y lo que se espera de los mismos (Corsi, 2003). En las culturas patriarcales estos roles están determinados por el factor biológico del sexo, lo que se incorpora a la personalidad de quién le corresponda en función de los estereotipos masculino o femenino. (Corsi 2003).

Es entendible entonces que visibilizar la violencia de las mujeres a manos de su pareja es una amenaza que atenta contra la permanencia y la estabilidad del sistema, por lo que, como afirma Corsi (2003), se favorece es el ocultamiento. Así que la mujer que permanece en una situación de violencia recibe el reconocimiento social porque sencillamente, está respondiendo a su estereotipo, a su rol como esposa y madre, tan valorado en el imaginario colectivo.

Ahora bien, el mayor obstáculo que impide que la mujer abandone la situación de violencia, se encuentra dentro de su más cercano entorno (microsistema). Se trata de su propia pareja, que en función de los aspectos negativos de su estereotipo, depende de la mujer para que reafirme su masculinidad; y buscará retenerla con estrategias que van desde la reconciliación, hasta el sometimiento, en un intento por diezmar sus capacidades de autonomía, pudiendo llevar los niveles de agresividad hasta tal punto que amenace la sobrevivencia de esta, cuando insiste en abandonarlo (Corsi 2003).

De igual manera, manifiesta Corsi (2003), que los obstáculos internos, refieren al aspecto subjetivo de la mujer maltratada, moldeados por la estructura de su personalidad en función de su estereotipo femenino y las consecuencias en la salud física y mental, suscitada por los procesos de maltrato de los que ha sido objeto, por parte de su pareja. En consecuencia, la mujer ha sido formada en modos de ser “donde se privan sentimientos, cogniciones y comportamientos que no las habilitan para salir a enfrentarse sola al mundo sino para desenvolverse en un ámbito íntimo en el que lo habitual, los detalles y la expresión de las emociones son las experiencias dominantes” (Corsi, 2003 p. 144) y que como lo afirma este autor, pone a la mujer bajo el control directo de quien ejerce la autoridad. Mantener la relación se convierte en la realización personal, por lo que estará dispuesta a hacer cualquier clase de sacrificio; romperla significa un verdadero fracaso personal, que genera, como añade Corsi (2003), una gran carga de culpabilidad.

Perrone y Nannini, (1995), por su parte, esbozan la organización relacional de la violencia. Refieren en primer lugar, un consenso implícito rígido, que tiene que ver con la preparación y hasta la anticipación de la secuencia de la violencia. Este consenso incluye tres factores: El aspecto espacial, hace referencia al territorio, al lugar, al sitio en el que se lleva a cabo la interacción violenta que generalmente se encuentra designado, por ejemplo algunas mujeres, toleran la violencia en tanto esta se dé fuera de la vista de sus hijos, como en el cuarto, o fuera de la vista inquisidora a la que sería sometida, en un lugar público (Perrone y Nannini, 1995). El aspecto temporal tiene que ver con el momento en que se desencadena la acción y la cronología de los hechos, está predeterminado, por lo general son momentos ritualizados que son más posibles que irrumpa la violencia, como las horas de las comidas, los fines de semana, entre otros (Perrone y Nannini, 1995). El aspecto temático, tiene que ver con acontecimientos puntuales o contenidos de comunicación que desencadenan el proceso del acto violento. En el

curso de la escalada hay determinadas palabras que desembocan ineludiblemente en este (Perrone y Nannini, 1995).

Después de haber abordado la comprensión relacional de la violencia de pareja, como contextualización de este problema humano, es por demás importante considerar uno de los caminos que favorecen, en la mujer la superación de la experiencia de violencia de género, la resiliencia. Si bien, desde la psicología tradicional, se ha creído y promulgado que toda experiencia traumática genera una patología en función de la misma, enfoques más positivos consideran que las personas son fuertes y activas, con una capacidad intrínseca de superar las adversidades.

La resiliencia implica asumir una postura distinta ante la adversidad y la manera de comprender los problemas humanos. Es así como Martín Seligman (2011) en su primer discurso como presidente de la Asociación Americana de Psicología (APA), propuso dar un giro en el área de la investigación psicológica hacia los aspectos saludables del ser humano. Seligman (2011) hizo hincapié en su interés en rescatar los objetivos olvidados de esta ciencia tradicionalmente centrada solo en curar la enfermedad, en cambio fortalecer y hacer más productiva la vida de las personas normales, promoviendo la renovación del potencial humano. Seligman (2011) refirió enfáticamente que la psicología no es solo el estudio de la debilidad y el daño, es también el estudio de la fortaleza y la virtud. “El tratamiento no es solo arreglar lo que está roto, es también alimentar lo mejor de nosotros” (Seligman, 2011). Esta visión se enmarca desde lo que se ha denominado psicología positiva, que se ha preocupado por investigar los mecanismos que subyacen a las fortalezas y a la capacidad de lucha del ser humano (Vera, 2006). En otras palabras refiere a la capacidad resiliente.

La noción de resiliencia es tan de antigua aparición como la humanidad misma, como lo presume Manciaux y Lecomte (2003), aludiendo la literatura bíblica, a ella tuvieron que acudir Adán y Eva para sobrevivir, una vez fueron desterrados del paraíso. El término resiliencia según Azar De Sporn (2010), fue tomado por las ciencias sociales del campo de la ingeniería civil y de la metalurgia para describir la propiedad de los materiales de recobrar su forma original después de someterlos a la deformación. La historia humana está llena de ejemplos de esta realidad. El pueblo judío, por ejemplo, fue expuesto al exterminio sin embargo, no sólo se levantaron de su postración, sino que han vuelto a su antigua gloria y surgido como potencia mundial. Visto así, resiliencia en palabras de Manciaux y Lecomte (2003) es resistir y rehacerse.

En cuanto a las definiciones del constructo “resiliencia” García et al (2013), refiere que estas han sido construidas alrededor de tres criterios: Las que relacionan el fenómeno con el componente de adaptabilidad, que consideran la resiliencia “una historia de adaptaciones exitosas en el individuo que se ha visto expuesto a factores biológicos de riesgo; además, implica la expectativa de continuar con una baja susceptibilidad frente a futuros estresores” (Werner, 2001; Luthar 2006; Masten, 1982 citados por García et al, 2013). Las que incluyen el concepto de capacidad o habilidad, que Grotberg (1995, citado por García et al, 2013) define como “la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas”; y aquellas que definen la resiliencia como adaptación y a la vez como “un proceso dinámico que tiene como resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad” (Luthar y Cushing 1999, citados por García et al 2013).

En consonancia con los vectores que orientan el presente trabajo se adopta la definición ofrecida por Martin (2013), según la cual, la resiliencia “Se trata de un enfoque, basado en las posibilidades de las personas y no sólo exclusivamente en lo que no funciona”, además de la de Cyrulnik (2013), quien refiere que “la resiliencia no es un catálogo de cualidades que pueda poseer el individuo. Es un proceso que desde el nacimiento hasta la muerte nos teje sin cesar uniéndonos a nuestro entorno” (p. 209). Lo anterior implica en primer lugar, que la resiliencia es un enfoque, una postura, un estilo de intervención susceptible de ser aplicado en cualquier situación y en todos los campos; y por otro lado, conecta la resiliencia con el enfoque sistémico, cuyas bases epistemológicas constructivistas y de cibernética de segundo orden, reconocen los significados personales que se generan gracias al sujeto y al carácter autorregulador y evolutivo de la estructura del conocimiento personal (Cuervo, Yanguma y Arroyave, 2010). En este escenario, la persona participa de la construcción de su realidad, a partir de la interpretación de sus experiencias y la asignación de significados a estas. En este sentido, la resiliencia está presente en la perspectiva sistémica, como:

Un proceso que surge a través de la vida, dado que toda la gente debe superar episodios de dolor, adversidad y crisis a lo largo del ciclo vital; en ese sentido se deconstruye (se rompe, se transforma) la idea de que la adversidad conduce automáticamente a la disfunción y se le da paso a significar de forma distinta un hecho traumático, reconociéndolo como una oportunidad de aprendizaje para quien lo sufre y sirviendo de ejemplo para las personas a su alrededor. (p.60)

Ahora bien, ¿Es posible co-construir resiliencia en los entornos de intervención social? Tal y como lo expresa García (2013), es decisivo el papel de la familia, de la comunidad, de la sociedad en general y de los sujetos profesionales, como promotores de los recursos que tiene cada persona para lograr la autogestión del desarrollo personal y social. Desde esta perspectiva, entonces, se trata de la co-construcción de una nueva realidad. Es aquí donde el enfoque de la resiliencia se entrelaza de manera armónica con el enfoque sistémico. Ya lo dijera Cyrulnik, (2013): “Si concebimos que un hombre no puede desarrollarse más que entretejiéndose con otro, entonces la actitud que mejor contribuirá a que los heridos reanuden su desarrollo, será aquella que se afane por descubrir los recursos internos” (p. 36). Grotberg (1995 citado por Sánchez, 2015), refiere que la resiliencia forma parte del proceso evolutivo y debiera promoverse desde los primeros años de vida. En consecuencia todos los seres humanos pueden llegar a ser resilientes. El verdadero desafío según manifiesta Grotberg (1995 citado por Sánchez, 2015), es encontrar la forma de promover esta capacidad.

Forés, 2008 y Grotberg, 2006 (citados por Sánchez, 2015), describen las personas resilientes como aquellas que:

- Confían en sí mismas y en los demás.
- Mantienen una autoestima consistente e identidad. Se les facilita reconocer sus propios logros y se aceptan así mismos.
- Exhiben capacidad de introspección, reflexión y autocrítica que les permite ser honestos consigo mismos.
- Manifiestan independencia y autonomía. Saben autorregularse para mantener la distancia óptima a nivel emocional y hasta física con respecto a su entorno.
- Tienen habilidad para relacionarse. Establece vínculos e intimidad con otras personas sin que sacrifique su individualidad.
- Evidencian iniciativa y practicidad. Se ponen a prueba en acciones accesibles y exigentes y las ponen en práctica.
- Tienen sentido del humor y emociones positivas. Soportan situaciones desagradables desde una actitud positiva.
- Son creativas. Capacidad de gestar orden aún en medio del caos, como finalidad para salir del mismo. Ven posibilidades en medio de circunstancias poco favorables.

Es importante entonces, considerar la resiliencia como una capacidad propia del ser humano y que es susceptible de ser fortalecida y/o propiciada en cualquier situación y en cualquier ámbito. Existen estudios que permiten identificar las características y recursos que utilizan las mujeres para superar la violencia de género por sus parejas.

Lúa, Martínez y López (2015), con el objetivo de comprender los aspectos que influyeron en mujeres en situación de violencia para separarse de su agresor y los factores resilientes que les ayudaron a afrontarla separación, efectuó un estudio con siete mujeres de la ciudad de Morelia Michoacán, México; que vivieron violencia durante un matrimonio de más de ocho años, separadas para el momento de sus cónyuges. En lo referente a resiliencia, los hallazgos dan cuenta de factores externos y factores internos. Dentro de los externos se encontraron: las redes de apoyo, los hijos, el apoyo psicológico, el empleo, los grupos de autoayuda y la información (Lúa, 2015). Los factores internos que ayudaron a las participantes fueron: la autoestima, la creatividad y perseverancia, la espiritualidad, autorresponsabilizarse y tener un medio de afrontamiento dirigido al problema (Lúa, Martínez y López 2015). Como conclusión del mencionado estudio, Lúa, Martínez y López (2015) refiere que uno de los principales miedos de las mujeres era saber si serían capaces de sacar adelante a sus hijos, pues durante su matrimonio ellas no tuvieron un empleo remunerado; pese a esto, estas mujeres lograron afrontar sus miedos, creencias y conductas que les impedían salir de su situación de violencia. Es eso exactamente lo que las convierte en mujeres resilientes.

Según Lúa, Martínez y López (2015), una mujer que es resiliente a la violencia ejercida en su relación de pareja, no lo es sólo porque haya salido del círculo de la violencia, sino porque también ha tenido que trabajar para superar muchos aspectos de tipo personal. Pero es importante tomar en cuenta que a pesar de que son mujeres que se han resistido a vivir en condiciones de violencia, el ser resilientes no las hace inmunes a la violencia. Lo que las convierte en resilientes es el hecho de que pudieron salir de una situación adversa, pero sobre todo que salieron de dicha situación como mujeres fortalecidas, que rescataron su autoestima y que constantemente siguen luchando por desarrollarse y ser mejores personas. Finalmente, agrega Lúa, Martínez y López (2015), para ellas, la creencia en Dios, los hijos, las redes de apoyo y el acompañamiento psicológico, fueron los factores principales para salir adelante.

Por otro lado en un estudio en la ciudad de Estelí - Nicaragua, cuyo objetivo era comprender las prácticas significativas de tres mujeres resilientes que han experimentado

violencia emocional en las relaciones de género, Torres (2015), encontró que sobre las acciones de protección identificadas por las mujeres sobrevivientes, para salir de la violencia, mencionan: aceptación de la vivencia de violencia, identificación de referentes protectores, reconocen el valor personal, información sobre los tipos de violencia y el procedimiento jurídico a seguir en Nicaragua, acompañamiento psicológico, realización y mantención de una denuncia judicial, generación de ingresos económicos y autocuidado. Se refiere además que las mujeres que desarrollan resiliencia y que son sobrevivientes de violencia, muestran convicción de desarrollo personal, reconocen que vivieron violencia, confían en sus capacidades, se enorgullecen de sus logros, cuentan con capacidades para enfrentarse a situaciones estresoras, pueden sobreponerse a la adversidad, canalizan positivamente el miedo al agresor, manejan adecuadamente sus emociones, fortalecen sus mecanismos de auto – protección y su autoestima (Torres, 2015).

Por su parte, Rojas (2012) llevó a cabo un trabajo de investigación con 18 mujeres adultas, residentes en Medellín (Colombia), que llevaban como mínimo un año de haber salido de la violencia doméstica, con el propósito de comprender el proceso de salida de las mujeres de dicha condición; encontrando que los factores resilientes desarrollados por ellas para la ruptura definitiva con la violencia domestica estuvo soportada, fundamentalmente, en el desarrollo de las potencialidades y atributos personales de las mujeres que fueron constituyéndose en factores resilientes tales como: responsabilidad, persistencia en la determinación de salir del maltrato, autoestima, autoconfianza, sociabilidad, optimismo, curiosidad y espiritualidad. Estos fueron imprescindibles; se desarrollaron a través de la vida de ellas y se fueron potenciando, integrando y relacionando entre sí sinérgicamente durante la salida de la violencia doméstica. Los factores resilientes fueron progresando en la interacción de las mujeres con la red social de apoyo, constituida por: terapeutas - psicólogas, psicoanalistas-, familia -especialmente hermanas y madres-, amigas/os, vecinas, organizaciones no gubernamentales de mujeres, empleadoras, maestros, algunos religiosos y, con menor relevancia, ciertas instituciones del Estado, ya que la intervención de algunas Comisarías de Familia y Fiscalía resultó ineficaz, pues funcionaba si las mujeres llegaban con heridas visibles y graves. (Rojas, 2012).

Miracco (2010), en Buenos Aires Argentina llevó a cabo un estudio con el fin de analizar las estrategias de afrontamiento presentes en las mujeres que sufren violencia doméstica. La muestra estuvo conformada por 12 mujeres de entre 35 y 69 años que se encontraban en proceso de afrontamiento o que ya habían superado la condición de violencia en su pareja. Entre las

estrategias que el autor considera positivas se encontraron: buscar ayuda, realizar la denuncia, lidiar activamente con los obstáculos en el acceso a la justicia, apoyarse en creencias religiosas, apoyarse en los vínculos interpersonales, rescatar su autodeterminación y firmeza, sacarse la lástima, que confunde los sentimientos, inventar estrategias concretas para algunas situaciones sobre todo cuando está en búsqueda de ayuda o procesos de denuncia, apoyarse en el rol maternal y evaluar una situación como límite, hacer comparaciones, iniciar una psicoterapia, focalizar la atención en el trabajo y en los demás para no entrar en estados depresivos, pedir la exclusión del agresor del hogar, extraer aprendizajes positivos de la experiencia negativa y dolorosa e independizarse económicamente (Miracco, 2010). Son estas predisposiciones las que facilitan y permiten una intervención psicosocial exitosa y pueden llegar a pronosticar la decisión de las mujeres de salir del círculo del maltrato de sus parejas.

También Romero (2014), con la finalidad de determinar los factores resilientes que intervienen en las mujeres jefas de hogar que han sido víctimas de violencia intrafamiliar, llevó a cabo una investigación con 6 mujeres en dicha condición, todas ellas madres, que se encontraban en un rango de edad entre los 34 y 52 años, quienes habían sido víctimas de violencia, maltrato y abuso. Dentro de los factores resilientes encontrados están: recursos internos, capacidad de aprendizaje, búsqueda de apoyo, habilidades sociales, flexibilidad en la resolución de problemas, creatividad/ humor y sentido de vida; de igual manera se evidenciaron otros indicadores como: espiritualidad, bienestar psicológico, adaptación emocional, capacidad de construir un relato, introspección, independencia, sentido de propósito y futuro y moralidad; como indicadores emergentes, durante el proceso investigativo (Romero, 2014).

Callejas, López y Álvarez (2013), realizó un estudio en una muestra intencional de 50 mujeres víctimas de violencia física, verbal y psicológica, oriundas de la ciudad capital de San Luís, Argentina, con edades que oscilaban entre los 30 y 40 años, con el objetivo, entre otros, de explorar la presencia de estrategias de afrontamiento. Se encontró que la búsqueda de apoyo social, evitación emocional, religión y solución de problemas fueron las más utilizadas por estas mujeres para hacer frente a las situaciones de violencia familiar (Callejas, López y Álvarez 2013). Según Callejas, López y Álvarez (2013), las mujeres también, evidenciaron buscar contención, afecto, apoyo emocional, e incluso, información puntual en sus redes de apoyo social para poder tolerar, enfrentar y/o superar la situación problemática y sus emociones; informaron, según el investigador tener una tendencia a analizar las posibles causas de la violencia que están

vivenciando y a generar alternativas de solución para la misma. Para tal fin movilizarían estrategias cognitivas, analíticas y racionales con el fin de modificar, de algún modo, la condición que con la que conviven (Callejas, López y Álvarez 2013).

En el contexto colombiano, Preciado (2012), en la ciudad de Tunja, (Departamento de Boyacá), realizó un estudio con una muestra constituida por 95 mujeres con edades comprendidas entre 18 y 60 años, todas ellas con similar nivel educativo y económico. Se identificó que 54 mujeres habían terminado la relación maltratante de sus parejas hacía más de 9 meses y 41 permanecían en dicha condición (Preciado, 2012). El objetivo de este estudio, entre, otros fue el de comparar la dimensión de la personalidad entre estas dos poblaciones. Los resultados indican que las participantes del grupo focal presentaron un promedio de puntuaciones significativamente mayor, comparadas con las participantes del grupo control en las dimensiones afabilidad, que refiere empatía, apertura hacia otras personas, comprensión de sus problemas y de las necesidades de otros, así mismo estabilidad emocional, manifestada en mayor control de sus experiencias emocionales y capacidad de controlar respuestas a situaciones conflictivas y en apertura mental, relacionada con una mejor disposición hacia las experiencias nuevas, ideas, valores y acciones, sin que el temor a los cambios sea preponderante (Preciado, 2012). Así mismo, presentaron mayores puntuaciones en las subdimensiones cooperación/empatía, manifestado en una mayor disposición a escuchar las necesidades y los problemas de los demás, como también a colaborar con ellos; en el aspecto de control de emociones, estuvo relacionado con un mayor control de los estados de tensión ante una situación percibida como emotiva, y apertura a la cultura, indicando un mayor interés por mantenerse informadas, hacia la lectura y hacia la adquisición de nuevos conocimientos (Preciado, 2012). Así mismo, los resultados indicaron que las mujeres que deciden dejar una relación violenta generalmente buscan alguna clase de ayuda luego de que se presenten los episodios de violencia, especialmente de las instituciones gubernamentales, en tanto que las mujeres que continúan con la relación no lo hacen (Preciado, 2012).

Alencar-Rodríguez y Cantera (2014), realizó una investigación con una muestra de 14 mujeres inmigrantes latinoamericanas, mayores de 18 años, que habían padecido violencia en la relación de pareja heterosexual en España, procedentes de: Bolivia (1), Brasil (3), Chile (1), Colombia (1), Ecuador (3), El Salvador (1), Paraguay (1), Perú (2) y República Dominicana (1), con edades entre los 23 y 45 años, con el objetivo -además del de conocer la relación entre el

proceso migratorio y la violencia- de identificar los factores de protección facilitadores del proceso de enfrentamiento de la violencia. Dicho proceso hace referencia a las estrategias desplegadas por las participantes para hacer frente a la situación de violencia de género en la pareja, en la experiencia migratoria. Entre las estrategias fueron identificadas la búsqueda de ayuda social, búsqueda de ayuda institucional y reevaluación (Alencar-Rodríguez y Cantera, 2014). En este sentido, se refiere la búsqueda de apoyo social como una estrategia de enfrentamiento enfocada en el problema, lo que puede llegar a reducir en la mujer el impacto negativo de la violencia, puesto que implica romper el silencio cómplice (Carver, 1989).

Siguiendo con esta investigación, se encontró que la reevaluación es una estrategia enfocada en la emoción; esta acción les permitía a estas mujeres reevaluar aspectos importantes de sí mismas al considerar sus objetivos de vida y la mucha gente que las consideraba valiosas (Alencar-Rodríguez y Cantera, 2014). De igual manera dieron una nueva interpretación a las palabras denigrantes de sus parejas, al considerar que estas palabras hablaban más de la debilidad de sus parejas que realmente de ellas. Según Alencar-Rodríguez y Cantera (2014) la estrategia de enfrentamiento de reevaluación puede también representar la etapa de recuperar la capacidad crítica descrita por Hirigoyen (2006) para salir del dominio del agresor. En este mismo sentido se encontró los límites de los grados de agresión tolerables. Según Matos (2006 citado por Alencar-Rodríguez y Cantera, 2014) es la capacidad de en un momento dado percibir la naturaleza criminal de la violencia. También se encontró bajo este mismo criterio, que las mujeres reducían los contactos con su pareja maltratante, como el cambiar de habitación, evitar estar mucho tiempo juntos y mantener el móvil siempre cerca; posiblemente estas conductas hagan parte del proceso de una ruptura definitiva (Alencar-Rodríguez y Cantera, 2014).

Roa (2012), ejecutó un estudio exploratorio, para medir el nivel de resiliencia en un grupo de mujeres maltratadas por su pareja, en el que participaron 236 de ellas, de distintas partes de Bogotá y municipios cercanos., con más de dos relaciones de pareja de más de 6 meses de duración y en un rango de edad de 18 a 40 años. El 97% de estas mujeres manifestaron haber sido maltratadas psicológicamente por su pareja, el 48% físicamente, el 49% económicamente y el 49% sexualmente. En este trabajo de investigación Roa (2012) encontró que todas las mujeres movilizaban conductas resilientes. De las 236 mujeres encuestadas, el 92% manifestaron sentirse bien consigo mismas, el 86% tienen una perspectiva balanceada de su vida y sus experiencias, el 93% creen en sí mismas y en sus capacidades y el 93% tienen un fuerte deseo de logro y

autodisciplina (Roa, 2012). De igual manera, se encontró una correlación positiva entre las variables de maltrato y resiliencia, lo cual indica que a mayor maltrato en pareja, mayor nivel de resiliencia; esto último, significa, que la experiencia de estas mujeres en sus relaciones de pareja y con historia de maltrato las ha llevado a desarrollar un aprendizaje positivo, volviéndose resilientes, o sea que buscan alternativas para que no se presente el maltrato (Roa, 2012).

Otra investigación realizada por Aretio (2015), con 43 mujeres españolas que habían sufrido violencia de género, con varios objetivos, dentro de los que se destacan, por ser del interés en esta investigación: Conocer los factores personales que han facilitado a las mujeres la ruptura con una relación de pareja heterosexual violenta y la superación de dicha situación y además identificar los conocimientos, habilidades y actitudes que tienen las mujeres para afrontar y superar las situaciones de violencia en el ámbito de la pareja reconociendo el protagonismo de éstas en sus vidas. De igual manera, identificar los procesos por los cuales las mujeres avanzan en la autonomía personal y colectiva, a través de la superación de una relación de pareja violenta (Aretio, 2015). En ese orden de ideas el investigador manifiesta que todas las mujeres se han evidenciado muy activas en la elaboración de estrategias desde el principio de la relación para minimizar la Violencia de Género y “salvar” su proyecto de pareja (Aretio, 2015). Estas estrategias son diversas y adaptadas tanto a la situación y posibilidades de cada mujer como a la correspondencia con las tres fases por las que las mujeres aparentemente prosiguen en su extenuante esfuerzo, ya sea para evitar o minimizar la violencia vivida (1ª o de minimización de los “malos momentos”, 2ª o de minimización de los daños y 3ª de ideación de pasos para la ruptura), se afirma que esta actividad evidencia el agenciamiento de cada mujer desde el principio al final de su relación así como el inmenso esfuerzo que realizan para salir del círculo dañino de la violencia (Aretio, 2015).

Las investigaciones revisadas dan cuenta de las características que expresan las mujeres resilientes tales como la autoestima, la confianza en sí mismas, una actitud de optimismo, responsabilidad, persistencia para romper con la situación de maltrato y de los recursos que involucran la existencia de redes de apoyo, la capacidad para pedir ayuda, evaluar las situaciones de riesgo, focalizarse en el rol de madres o en su trabajo evitando estados depresivos, y la capacidad para alcanzar independencia económica. Si bien, las mujeres muestran estas características y recursos, muchos de estos emergen o se fortalecen cuando existen espacios de intervención terapéutica, en este caso de un enfoque sistémico. Por tal razón, a continuación se

describen algunas investigaciones que permiten dilucidar las estrategias y técnicas que orientan la intervención de los profesionales con las mujeres que viven situaciones de violencia de género.

En un estudio realizado por Ávila (2012), se llevó a cabo la evaluación del impacto de un programa de intervención (proceso educativo formativo), para el fortalecimiento de la resiliencia en mujeres entre 18 y 40 años, violentadas por sus parejas en los últimos 24 meses. En el mismo participaron 105 mujeres de Gualaceo, cantón oriental de la provincia de Azuay. La investigación del tipo cuasi experimental, tipo ensayo clínico se llevó a cabo con grupo de intervención (55 mujeres) y un grupo control (45 mujeres) que tenían seguimiento de equipo y terapia psicológica. La población intervenida además de recibir citas por psicología participó en el proceso grupal de intervención para resiliencia. La intervención grupal tuvo como base tres pilares conceptuales: La violencia contra las mujeres es un problema de poder, es una violación de los derechos humanos. El abordaje de la mujer como un ser fuerte que ha pasado pruebas que otros no han pasado y han sobrevivido, aun cuando esto no es visibilizados o reconocido (Ávila, 2012). Acompañar, no dirigir, reconociendo el papel protagónico de la mujer en el proceso de intervención. Uno de los ejes fundamentales fue la participación activa de las mujeres en la en las decisiones del grupo, como estrategia para construir autonomía y empoderamiento, que las fuera convirtiendo en protagonistas de su propia historia.

Los resultados de este estudio demostraron que la resiliencia como proceso puede ser estimulada y fortalecida desde la intervención profesional y el trabajo grupal cuando se disminuyen las demandas y tensiones que desbordan a la mujer reconociendo, promoviendo con ella sus capacidades, fortalezas y recursos internos y externos al tiempo que al interior del grupo se estimula la cohesión relacional entre las mujeres y se genera un espacio de confianza (Ávila, 2012). Las mujeres intervenidas mejoraron su nivel de resiliencia en comparación con el grupo control, existiendo diferencias estadísticamente significativas.

De otra parte y con el objetivo, entre otros, de analizar la importancia del desarrollo de la resiliencia en víctimas de agresión sexual para ayudar en la superación del estrés postraumático, Merizalde (2012), realizó un proyecto de investigación en una población de mujeres víctimas de violencia sexual que formaban parte del Programa de Protección a Víctimas y Testigos de la Fiscalía Distrital de Pichincha, Quito, con edades de 15 a 36 años, y que asistieron al Programa de intervención durante un mínimo de 8 meses. Los hallazgos en la investigación pusieron en

evidencia que es notable que las mujeres víctimas de violación sexual, tienden a surgir de su trastorno y a mejorar, en el transcurso del desarrollo de las técnicas grupales, pues estas facilitan un proceso en el cual, se van derribando desconfianzas, los significados y significantes producidos por la situación estresante y se reestructura las ideas concebidas de malas o nulas, con respecto a la generalización de los agresores, a la victimización, a la seguridad, justicia, etc. Respecto a la eficacia de la técnica grupal, se estimó que el sesenta por ciento de las mujeres presentaron mejorías evidenciadas estadísticamente. En conclusión se mostró que efectivamente la resiliencia colabora en la superación del Estrés Pos-Traumático en las mujeres víctimas de violencia sexual. Además, a pesar de no haber trabajado con psicoterapia, se pudo notar que la mejoría de las pacientes fue notable a raíz de los talleres grupales, que fueron planteados, con el fin de ayudar en la superación del trauma y mejorar el autoestima de las mujeres que es básico para la generación y fortalecimiento de las capacidades resilientes de las víctimas.

Además, Aguilar (2016), llevó a cabo una investigación abordada desde el arte, con mujeres latinoamericanas inmigrantes en los Estados Unidos, donde participaron 801 mujeres de entre 18 y 50 años de edad que eran o habían sido víctimas de violencia y que se mantenían en situaciones que las ponían en riesgo de volver a serlo. Se brindaron talleres de arteterapia, 2 sesiones semanales de dos horas cada una, por un período de un poco más de 5 años, de forma ininterrumpida. Para los talleres se utilizó un enfoque psicosocial. Se enseñaron dentro de los talleres grupales, tres estrategias para la prevención de la violencia: el control y manejo de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y el fortalecimiento de la autoestima. Estas estrategias les fueron enseñadas a las mujeres una vez, crearon conciencia sobre su situación y aprendieron a reconocer las circunstancias y el tipo de personas que las ponían en riesgo de padecer la violencia nuevamente. La arte terapeuta para convertir esta metodología didáctica en un proceso interactivo e interesante para sus participantes utilizó herramientas: como excursiones, dinámicas grupales, paneles, grupos de discusión, lluvia de ideas, estudio de casos y el juego. A través de estos talleres grupales fue posible ofrecer a sus participantes un lugar seguro que garantizaba la confidencialidad, donde lograron crear conciencia de su situación, rompieron su silencio, compartieron sus historias y solicitaron ayuda. De igual manera, dieron inicio a su proceso de recuperación, generándose la reconstrucción de una vida sin violencia y poniendo en práctica las estrategias que aprendieron para su prevención.

Igualmente, con el fin de comprobar el mejoramiento de la autoestima de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar Ortiz (2012) en Quito, Ecuador, aplicó un programa de psicoterapia narrativa. El estudio se llevó a cabo con una muestra de 15 mujeres usuarias de los servicios del departamento de Psicología con edades comprendidas entre los 30 y los 45 años, las cuales presentaban baja autoestima y habían sido objeto de violencia física, sexual, psicológica o verbal. En dicha intervención se hicieron uso de técnicas como: Escritura Terapéutica, herramienta que permite descarga emocional y construcción propia en cada participante y el cuento terapéutico con el propósito de reescribir la vida de cada una de estas mujeres.

También se hizo uso de instrumentos tales como cartas que fueron usadas a lo largo de la investigación y el proceso terapéutico para generar catarsis y alivio en cada una de las mujeres, relatos alternativos y discursos culturalmente disponibles que fueron empleados a lo largo del proceso para obtener la externalización del problema y la resignificación de la vida de las mujeres víctimas de la violencia intrafamiliar. También se extendieron certificados en la finalización del proceso investigativo para reconocer de forma terapéutica la valentía de las pacientes para asumir no sólo el proceso terapéutico sino la decisión de cambio a una nueva narrativa. Se encontró que el tratamiento genera muy buenos resultados en el mejoramiento del auto-reconocimiento y la auto-valoración, lo que determina un cambio en la propia narrativa hacia la vida y desencadena una elevación en la autoestima (Ortiz, 2012). Mediante el modelo narrativo se logró empáticamente equilibrar la autoestima de las pacientes.

El objetivo de la investigación de Oliver (2014), fue evaluar la efectividad de una intervención grupal en una muestra de treinta mujeres que habían padecido violencia de género. La muestra de estudio estuvo compuesta por un total de treinta mujeres víctimas de violencia de género, todas ellas habían participado en un programa de intervención estructurado para la mejora de la autoestima. Se trata de un planteamiento que, centrado en el desarrollo de las potencialidades de la persona, tiene como meta final llegar a ayudarle a que recupere el control cognitivo, afectivo y conductual. El taller de mejora de la autoestima es un programa de intervención grupal estructurado en diez sesiones, con duración de noventa minutos cada una, y periodicidad semanal, promoviendo la autoevaluación, el autoconocimiento, el pensamiento positivo; la identificación de pensamientos erróneos y de la manipulación; y el establecimiento de metas. Se destaca que el formato grupal tiene la ventaja de facilitar a las víctimas de violencia de género la posibilidad de validar sus propias experiencias y de proveerles apoyo social. Les

permite descubrir además su problemática en otras personas y les obliga a retomar la práctica de las habilidades sociales que poseen pero que habían perdido por el aislamiento al que han sido sometidas. Con respecto a los resultados de esta intervención, se indica que resultó efectiva para el total de la muestra incrementado el nivel de la autoestima en todas las mujeres intervenidas.

Gironés (2014), presenta una experiencia de psicoterapia grupal con mujeres que han sufrido o sufrían en el momento de la intervención algún tipo de maltrato (psicológico, físico y/o sexual) por parte de sus parejas o ex parejas y que debido a este abuso presentan secuelas moderadas o graves que hacen necesaria una intervención específica desde los Servicios de Salud Mental. A lo largo de las intervenciones psicoterapéuticas grupales, se creó un espacio que permitió a las mujeres visibilizar la naturaleza de su relación abusiva, ayudarlas a superar la negación, la culpa y otras secuelas psicológicas que el maltrato les ha producido y de este modo trabajar la reconstrucción de su identidad. Para ello también fue necesario movilizar los recursos psíquicos que poseían y que le permitirían, junto a la restitución de su red social, pasar de la situación de víctima a la de superviviente. La visibilización e identificación de los hechos maltratantes se lograron a partir del relato de las mujeres de los distintos tipos de maltrato a los que están o han estado sometidas, además se aplicaron técnicas tales como la expresión de sentimientos, afectos y síntomas relacionados con la experiencia abusiva, reconexión con vida social y el uso de técnicas psicodramáticas.

Ahora bien, diversos autores sistémicos dan cuenta de posibles rutas de intervención para trabajar en situaciones de violencia de género, donde el proceso terapéutico no se asume desde lo individual, sino desde lo relacional lo que conlleva a favorecer escenarios de trabajo con la pareja, y si esto no es posible, entonces intervenir con la mujer en relación consigo misma y con los distintos contextos en que está inmersa, tales como la historia personal, la familia de origen, la comunidad, la cultura, entre otros. Terapeutas como Méndez (1995 citada por Ibaceta, 2011) plantea realizar una terapia conjunta con la pareja, donde focaliza algunos aspectos para la intervención como la redefinición de la situación en términos de un dolor de ambos miembros de la pareja, esto implica promover un reconocimiento mutuo acerca del dolor y sufrimiento vivido, donde la violencia se redefine como un dolor compartido; así los integrantes de la pareja van desligándose de la reactividad y la negatividad, posibilitando la emergencia de emociones, significados y creencias alrededor de la violencia, que son legitimados en un escenario conversacional. Ibaceta (2011) señala que realizar una redefinición en este sentido contribuye a

mostrar respeto por la organización de la pareja y reconoce la autonomía de sus miembros para hacerse cargo del proceso. En este sentido, podría afirmarse que las mujeres al sentirse escuchadas por sus parejas o por su terapeuta y validadas en su dolor, pueden empezar a transformar los significados asociados a estas experiencias hacia perspectivas más esperanzadoras y de empoderamiento.

Un segundo aspecto a considerar en el proceso es la protección de la persona y de la relación, que implica “explorar con la pareja modos concretos y eficaces para evitar la emergencia de un episodio violento, sobre todo a través de la toma de conciencia de cuando es inminente su aparición” (Méndez, 1995 citada por Ibaceta, 2011). Esta prescripción de parar la pauta violenta, es útil para mostrarle a la pareja que deben hacerse cargo de su protección y de favorecer que haya un espacio para la expresión de los asuntos propios de la relación. En el caso de la mujer, esto le permite verse con la capacidad para tomar decisiones acerca de cómo protegerse a sí misma, como protegerse de manera mutua con la pareja y cómo proteger la relación, lo que abona el terreno de la autonomía y de la capacidad de garantizar su propia seguridad, de acuerdo a lo expresado por Perrone y Nannini (1995). Sin embargo, debe quedar claro, que la seguridad, la dignidad y la integridad física de la mujer prima sobre cualquier consideración para lidiar con una relación dañina y/o violenta, incluyendo los hijos o la pareja.

Un tercer momento debe conllevar a la exploración del ciclo violento, que implica una construcción de los dos –pareja-, identificando temas, momentos y escenarios físicos donde emerge la pauta violenta. Según Méndez (1995 citada por Ibaceta, 2011) “muchos episodios de violencia podrían entenderse como señales de alarma respecto de áreas de convivencia fundamentales, que por diversas razones se viven repetidamente como conflictivas e imposibles de resolver, generando sensación de impotencia, lo cual podría ser un disparador de la violencia” (p.124). Este paso es importante para que, no sólo la pareja, sino en este caso la mujer, pueda reconocer su responsabilidad en la emergencia de la pauta violenta, aclarando que su responsabilidad es distinta a la del compañero que agrede. El proceso de que sigue la mujer para identificar de qué manera participa en esa interacción, le exige una capacidad de autorreflexión, que, de paso la libera de la categoría de víctima y la lleva a proponer nuevas formas de interacción que eviten situaciones de violencia.

Un cuarto paso es la exploración conjunta de las consecuencias de la violencia, que permite el reconocimiento auténtico del dolor que vivió la mujer, evitando así la ausencia de

validación del sufrimiento que es la base del mantenimiento de los traumas asociados a estas experiencias (Ibaceta, 2011). En este sentido, este paso conlleva a la reparación del daño causado a la mujer porque “produce la vivencia de una experiencia emocional correctora, es decir, vuelven a aparecer en la interacción de la pareja emociones ligadas a la consideración amorosa del otro” (Ibaceta, 2011). Una vez realizado este paso, es posible avanzar hacia las explicaciones de la violencia, acudiendo a preguntas por el para qué y abandonando el por qué, que tiende favorecer la aparición de justificaciones donde la violencia es una respuesta frente a la provocación del otro (Ibaceta, 2011). El uso del para qué, según Ravazolla (2003 citada por Ibaceta, 2011) invita a la pareja, a reflexionar sobre los propósitos de la violencia, llegando a concluir que es el daño al otro o que está no tiene ningún sentido. Como último paso, se enfatiza en la necesidad de validar la experiencia personal (Ibaceta, 2011), donde la mujer o el hombre puedan expresar sus preocupaciones, ansiedades o situaciones emergentes en relación con su salud mental, la historia personal o la familia de origen.

Rosentreter (2013) en una investigación acerca de la terapia reparatoria desde la perspectiva sistémica propone despojar la situación de violencia de la connotación de enfermedad puesto que esto agrega una carga adicional, por lo tanto lo que se espera es que el terapeuta construya un vínculo con la mujer que ha vivido experiencias de violencia, basada en la aceptación y la comprensión, que permitan a la persona ver la situación traumática como parte del proceso para retornar a futuro a su vida cotidiana. Otro elemento que juega un papel importante es la escucha sin cuestionamiento, que permite acoger a la mujer y evitar proponer intervenciones correctivas (Rosentreter, 2013), las cuales pueden sugerir la incapacidad para hacerse cargo de si misma. También propone Rosentreter (2013) la necesidad de construir nuevos significados acerca de la experiencia vivida, como una forma de ampliar el contexto de vida personal y el fortalecimiento de los recursos personales de la mujer, y una estrategia para manejar situaciones futuras. Finalmente, Rosentreter (2013) señala la importancia del lenguaje que usa el terapeuta que puede llegar a plantear contenidos referidos a enfermedad, paciente, víctima que son internalizados por la mujer y contribuyen a confirmar su condición de vulnerabilidad.

De otra parte, se plantea el uso de algunas técnicas para la intervención con mujeres que han vivido experiencias de violencia de género y que contribuyen a crear un escenario personal para la resiliencia. Es así que la elaboración del familiograma, ayuda a que la persona, se vea de

una manera diferente, en relación con un contexto (Díaz, 2014), lo cual le permitiría visualizar la red de apoyo con la que cuenta a nivel familiar, social o laboral. La co-construcción del familiograma también favorece que la mujer hable de su actual situación en relación con los mitos, reglas y cuestiones que se han mantenido de manera intergeneracional con una gran carga emocional, al tiempo que puede reconocer en su historia roles y patrones de interacción que se repiten, favoreciendo su cuestionamiento (Díaz, 2014). También el uso de metáforas, permite a la mujer expresar sus sentimientos y emociones de una manera sintetizada y conectada, de tal manera que hechos que antes se veían aislados se son vistos conectados unos con otros (Papp, 1988 citada por Díaz, 2014).

## **Metodología**

Para la elaboración de este ejercicio académico e investigativo, que implicó una revisión teórica acerca de las características resilientes de las mujeres y las estrategias y técnicas que favorecen la construcción de espacios resilientes, se implementaron los siguientes pasos:

- Se realizó una primera fase de revisión bibliográfica en fuentes primarias como libros, artículos científicos de publicaciones periódicas, tesis y trabajos presentados en seminarios. Los libros en físico se consultaron en la Biblioteca Benedicto XVI y las demás fuentes se obtuvieron en bases de datos como EBSCO, Fuente Académica Premier y buscadores como JURN.

- Se consultaron fuentes secundarias como compilaciones y resúmenes y fuentes terciarias como boletines

- Se realizó la selección del material bibliográfico pertinente al tema. La Bibliografía se clasificó en tres bloques: El primero estuvo dirigido a dar el soporte teórico a la investigación, para poner en evidencia los constructos involucrados en el trabajo. El material elegido fue de carácter anterior y algunos más, recientes. El segundo y tercer bloque fue organizado en una tabla que permitía clasificar los artículos y demás material por temas, del 2010 en adelante. El primer bloque, de estos últimos, se correspondía con trabajos de investigación dirigidos a identificar las características resilientes que habían facilitado a las mujeres salir del círculo de maltrato por parte de sus parejas. El segundo se correspondía a intervenciones, todas ellas dirigidas a potenciar la resiliencia en mujeres objeto de violencia a manos de sus parejas, ya fuera para trabajar estrés pos-traumático como para facilitar la decisión de salir de la situación de

maltrato, con el objetivo de identificar en esas intervenciones las estrategias y las técnicas utilizadas.

-Construcción del documento escrito.

## **Resultados**

De la teoría revisada, respecto de las características y recursos que utilizan las mujeres para superar la violencia de género por sus parejas, haciéndoles resilientes está en primer lugar la identificación de las redes de apoyo (Miracco et al, 2010; Callejas, López y Álvarez 2013; Romero, 2014 y Centera, 2014), así mismo en este recurso puede incluirse la capacidad de la mujer para pedir ayuda (Miracco et al, 2010), la búsqueda de apoyo emocional (Callejas, López y Álvarez 2013), los grupos de autoayuda (Lúa, 2015) y el acompañamiento psicológico (Torres, 2015; Lúa, Martínez y López, 2015). También asociada al contexto de ayuda social estaría vinculada la sociabilidad (Romero, 2014) que le permite a la mujer desplegar sus habilidades en el establecimiento de relaciones con otras personas.

El componente espiritual (Miracco et al, 2010; Romero, 2014, Lúa, Martínez y López 2015) se identifica como un recurso resiliente, en la medida que contribuye en el sentido a la vida de la mujer, otro recurso que evidenció Romero (2014) y que está relacionado directamente a un sentido de conexión con un Ser de Naturaleza Superior o a la existencia de un Propósito Supremo. También la capacidad de aprendizaje fue identificada como un recurso en la mujer (Roa, 2012; Preciado, 2012 y Arieto, 2015), que puede estar relacionada con la introspección (Romero, 2014), el deseo de logro señalado por Roa (2012) y la creatividad (Romero, 2014 y Lúa, Martínez y López, 2015).

De otra parte, llama la atención que la búsqueda de información o el mantenerse informada hace parte de los recursos de las mujeres resilientes (Callejas, López y Álvarez 2014; Torres, 2015). En este sentido, el acceso a la información acerca de los tipos de violencia, las leyes, el procedimiento legal, las consecuencias de sus denuncias y otros aspectos, amplía la perspectiva de la mujer y le permite defender sus derechos y velar por su protección. También es importante señalar que este recurso estaría vinculado con la existencia de redes de apoyo.

También en la revisión se evidenció que la autoestima (Rojas, 2012; Lúa, Martínez y López, 2015) ó como refiere Torres (2015) la valoración de la persona, es un aspecto importante

en las mujeres resilientes y está conectado con el autocuidado (Rojas, 2012; Torres, 2015) y la autoconfianza (Roa, 2012; Rojas, 2012; Torres, 2015). Estas características de las mujeres resilientes pueden contribuir a desarrollar la autonomía (Romero, 2014; Aretio, 2015) que posibilitará su independencia económica mediante la búsqueda de un empleo (Torres, 2015; Lúa, Martínez y López, 2015), así como la capacidad para solucionar problemas (Preciado, 2012, Callejas, López y Álvarez, 2013; Romero, 2014). Otras características de las mujeres resilientes que se menciona pero por un solo autor son la focalización en el rol de madre (Rojas, 2012), el sentido del humor (Romero, 2014), el optimismo (Rojas, 2012), la aceptación de la vivencia de violencia (Torres, 2015)

El siguiente cuadro permite observar la incidencia transversal de algunos de los recursos resilientes que identificaron los autores consultados, en mujeres que han sufrido violencia de género por sus parejas y que han salido de la situación. Se puede evidenciar que apoyo social y espiritualidad son los recursos de mayor incidencia.

|  |  |  |  |  |   |  |   |  |
|--|--|--|--|--|---|--|---|--|
| (Lúa, 2015)<br>*Redes de apoyo.<br>*Los hijos.<br>*Apoyo psicológico.<br>*Empleo.<br>*Grupos de autoayuda.<br>*Información.<br>*Autoestima.<br>*Creatividad<br>*Perseverancia.<br>*Espiritualidad.<br>*Autorresponsabilizarse<br>*Afrontamiento dirigido al problema | (Torres, 2015)<br>*Aceptación de la vivencia de violencia.<br>*Identificación de referentes protectores.<br>*Reconocen el valor personal.<br>*Acompañamiento psicológico.<br>*Realización y mantención de una denuncia judicial.<br>*Generación de ingresos<br>*Autocuidado.<br>*Convicción de desarrollo personal.<br>*Reconocen que vivieron violencia.<br>*Confían en sus capacidades.<br>*Se enorgullecen de sus logros.<br>*Cuentan con capacidades para enfrentarse a situaciones estresoras.<br>*Pueden sobreponerse a la adversidad.<br>*Canalizan positivamente el miedo al agresor.<br>*Manejan adecuadamente sus emociones.<br>*Fortalecen sus mecanismos de auto - protección y su autoestima. | Rojas (2012)<br>*Responsabilidad.<br>*Persistencia en la determinación de salir del maltrato<br>*Autoestima.<br>*Autoconfianza.<br>*Sociabilidad.<br>*Optimismo.<br>*Curiosidad<br>*Espiritualidad.<br>*Red social de apoyo. | Miracco (2010)<br>*Buscar ayuda<br>*Realizar denuncia<br>*Lidar activamente con los obstáculos en el acceso a la justicia.<br>*Apoyarse en creencias religiosas.<br>*Apoyarse en los vínculos interpersonales.<br>*Rescatar su autodeterminación y firmeza.<br>*Sacarse la lástima<br>*Inventar estrategias concretas.<br>*Apoyarse en el rol maternal<br>*Evaluar una situación como límite.<br>*Hacer comparaciones<br>*Iniciar psicoterapia.<br>*Focalizar la atención en el trabajo y en los demás.<br>*Pedir la exclusión del agresor del hogar.<br>*Extraer aprendizajes positivos de la experiencia negativa.<br>*Independizarse económicamente | Romero (2014)<br>*Flexibilidad en la resolución de problemas.<br>*Creatividad<br>*Humor.<br>*Sentido de vida.<br>*Espiritualidad<br>*Bienestar psicológico.<br>*Adaptación emocional.<br>*Capacidad de construir un relato.<br>*Introspección<br>*Independencia,<br>*Sentido de propósito y futuro<br>*Moralidad | Callejas, López y Álvarez (2013)<br>*Búsqueda de apoyo social.<br>*Evitación emocional.<br>*Religión.<br>*Solución de problemas.<br>*Buscar contención.<br>*Buscar afecto.<br>*Buscar apoyo emocional.<br>*Buscar información puntual sobre la violencia. | Preciado (2012)<br>*Afabilidad.<br>*Estabilidad emocional.<br>*Capacidad de controlar respuestas a situaciones conflictivas.<br>*Apertura mental<br>*Cooperación/empatía.<br>*Control de emociones.<br>*Apertura a la cultura.<br>*Buscan alguna clase de ayuda. | Alencar-Rodriguez y Cantera (2014)<br>*Búsqueda de ayuda social.<br>*Búsqueda de ayuda institucional.<br>*Reevaluación.<br>*Nueva interpretación a las palabras derigrantes de sus parejas.<br>*Límites de los grados de agresión tolerables. | Roa (2012)<br>*Sentirse bien consigo mismas.<br>*Perspectiva balanceada de su vida y de sus experiencias.<br>*Autodisciplina |
|--|--|--|--|--|---|--|---|--|

De otra parte, se pudieron identificar las estrategias y técnicas que orientarían la intervención de los profesionales con las mujeres que viven situaciones de violencia de género de sus parejas, encontrando que la mayoría de autores consultados privilegian las intervenciones grupales (Ávila, 2012; Merizalde, 2012; Ortiz, 2012; Gironés, 2014; Aguilar, 2016), por

considerarlas como las que ofrecen un espacio seguro y de confianza para la visibilización de la violencia de género, la expresión de sentimientos y emociones, como también un espacio que facilita la práctica de las habilidades sociales, perdidas por el aislamiento al que generalmente, es sometida la mujer violentada. También se señala que estos escenarios proveen apoyo social.

De igual forma la mayoría de intervenciones hicieron uso de las estrategias orientadas a favorecer la participación de la mujer en la toma de decisiones como un camino para el desarrollo de su autonomía (Ávila, 2012; Gironés, 2014; Oliver, 2014), algunos autores no hablan explícitamente de promover la autonomía pero si refieren que las intervenciones deben enfocarse a trabajar sobre la autoestima (Ortiz, 2012; Merizalde, 2012; Oliver, 2014; Aguilar, 2016). Girones (2014) señala la importancia de trabajar en la reconstrucción de la identidad, lo que estaría asociado visualizar la mujer como una persona fuerte que ha sobrevivido una experiencia dolorosa (Ávila, 2012), que se logra a través de la visibilización de la violencia (Ibaceta, 2011; Ávila, 2012; Gironés, 2014; Oliver, 2014).

Los terapeutas sistémicos son claros en que la violencia es un fenómeno interaccional en ese sentido, la propuesta de intervención debe estar orientada a la relación de pareja (Méndez, 1995 citada por Ibaceta, 2011). En este sentido se hace énfasis en la redefinición de la violencia, Rosentreter, 2013), también la ampliación de explicaciones sobre la misma para construir nuevos significados (Ibaceta, 2011; Rosentreter, 2013).

Ahora bien, es de suma importancia hacer algunas consideraciones y precisión sobre la intervención de pareja, pues no en todos los casos es posible, máxime si se tiene en cuenta que para el agresor, la misma idea de que la mujer acuda a terapia es un detonante de conductas violentas contra ella, que bien le pudiera causar la muerte. Ibaceta (2011), menciona las condiciones en las que se pudiera hacer intervención conjunta: que las consecuencias sintomáticas en los participantes de la violencia sean leves y no comprometan daños profundos al sí mismo, que no se aprecie psicopatología grave en alguno de los miembros de la pareja, que la violencia sea de inicio reciente, ocasional, bidi-reccional, leve y predominantemente psicológica, que exista conciencia del problema, lo cual se traduce principalmente en motivación al cambio y en empatía por el sufrimiento por el otro miembro de la pareja.

En cuanto a las técnicas se evidencia el uso del familiograma como medio para identificar pautas de relación y el uso de metáforas y cuentos (Díaz, 2014). También se encontró que los documentos terapéuticos como cartas, certificados y escritos con una intencionalidad terapéutica contribuyen a la externalización del problema y resignificación de la experiencia vivida (Ortiz, 2012).

Algunos autores mencionan la importancia de la postura del terapeuta como facilitador de contextos resilientes en las mujeres con experiencias de violencia de género, señalando que es importante acompañar y no dirigir como una forma de reconocer el protagonismo de la mujer (Ávila, 2012), también se menciona la importancia de construir un vínculo con la mujer basado en la comprensión y la aceptación evitando juzgar (Rosentreter, 2013), así como el uso del lenguaje del terapeuta que debe cuidar de introducir expresiones que conlleve al déficit, la carencia (Rosentreter, 2013), por el contrario se promueven intervenciones que empoderen las mujeres y les posibilite hacerse cargo de su cuidado y seguridad (Perrone y Nannini, 1995; Ibaceta, 2011; Rosentreter, 2013). Cabe mencionar que ninguna propuesta de intervención menciona la familia como parte del proceso terapéutico.

## **Discusión**

Este estudio ha puesto en evidencia lo manifestado por (Corsi, 2003), según lo cual todas las mujeres que sufren violencia de género a manos de su pareja, llevan a cabo una serie de conductas ya sean activas o pasivas con el objetivo de ejercer algún control que las alivie de las situaciones violentas, lo que de una u otra manera la pone a portas de superar el maltrato. Esto podría llevar a privilegiar más las intervenciones grupales para ayudarle a las mujeres que han vivido estas experiencias, a facilitar y gerenciar su propia libertad, como ha quedado confirmado en la efectividad de las intervenciones aquí mencionadas.

Por otro lado, el recurso que en mayor grado movilizan las mujeres que son resilientes al maltrato de sus parejas, son las redes de apoyo social, coincidiendo con lo expresado por García (2013), sobre el papel decisivo de la familia, de la comunidad, de la sociedad y de profesionales, como promotores de los recursos que tiene cada persona para lograr la autogestión del desarrollo personal y social. Se trata, como antes se había mencionado, de la co-construcción de una nueva realidad, no obstante, en la literatura no alcanza a evidenciarse la inclusión de la familia en los procesos terapéuticos con las mujeres, sin embargo si se señala la necesidad de trabajar

relacionalmente, en el contexto de la relación de pareja (Méndez, 1995 citada por Ibaceta, 2011). Este tipo de abordajes posibilitan que la mujer pueda sentir que es validada su experiencia de dolor a través del reconocimiento del daño por parte de su pareja, lo que permite sentirse reconocida y visibilizada su experiencia, tal como lo señalan autores como Ibaceta, (2011); Oliver (2014); y Rosentreter (2013).

De igual manera, se destaca la espiritualidad (Miracco, 2010; Romero, 2014, Lúa, Martínez y López 2015) como un recurso resiliente, que contribuye a dar un sentido a la vida y está vinculado con la capacidad de introspección que contribuye a resignificar la experiencia de dolor. Es importante señalar que la espiritualidad, si bien es un componente importante, suele pasar que los profesionales no lo toman en cuenta en sus intervenciones, o subestiman el efecto que este componente tiene en la vida de las mujeres que han vivido experiencias de violencia de género.

Un componente que llama la atención es la capacidad de aprendizaje en las mujeres (Roa, 2012; Preciado, 2012 y Arieto, 2015), que favorece el deseo de logro señalado por Roa (2012) y la creatividad (Romero, 2014 y Lúa, Martínez y López, 2015). Por lo tanto, es importante considerar que las mujeres no sólo necesitan procesos terapéuticos que les permita conocerse a sí mismas y resignificar sus experiencias, sino también adquirir nuevos conocimientos, destrezas y potencializar sus habilidades de tal manera que puedan fortalecer su estima personal, su autonomía y el logro de su independencia económica.

En algunos estudios se muestra como relevante la característica resiliente de autoresponsabilizarse, que bien es clave para que la mujer rompa con el círculo de la violencia, toda vez que como lo sugiere Perrone y Nannini, (1995), todo individuo adulto debe responsabilizarse de su propia seguridad. Cuando se carece de esto, la mujer se pone en riesgo de actos violentos reiterativos de su pareja, pues entra a ser parte del juego de la víctima y victimario, siguiendo el patrón circular de interacciones instaladas en la relación de pareja, de la que habló Montaña (2007).

Las intervenciones de tipo grupal y en pareja, es decir las intervenciones con una perspectiva relacional hacen posible la resignificación de la experiencia, la visibilización de la experiencia violenta y la validación de emociones asociadas a estas vivencias (Ibaceta, 2011; Merizalde, 2012; Girones, 2014). En este sentido también la postura del profesional debe ser de acompañamiento, cuidándose en sus intervenciones y en su lenguaje de acudir a un lenguaje del

déficit que vulnera aún más a la mujer (Rosentrater, 2013), como lo señala Ávila (2012 y Girones (2014) la protagonista del proceso y la experiencia es la mujer, y esto se logra reconociendo y validando su vivencia.

## **Conclusiones**

A través del presente trabajo se logró responder a la pregunta, desde un comienzo formulada: ¿Cuáles son las características de las mujeres que han vivido experiencias de violencia de género por sus parejas y las estrategias de intervención sistémica que favorecen la co-constucción de contextos resilientes? En consecuencia se puede decir, que las características más relevantes en esta clase de población son, en su orden de incidencia, la red de apoyo asociada a la búsqueda de apoyo social, el componente espiritual relacionado con el sentido de vida, la autoestima desde donde se despliegan otros aspectos como el empoderamiento, la autonomía, la capacidad de tomar decisiones y de asumir la responsabilidad relacional en la pauta violenta.

De igual forma, se puede concluir, que las intervenciones que favorecen contextos resilientes, son aquellas de tipo grupal, en la medida que no sólo potencian los recursos internos de la mujer maltratada, sino los externos, convirtiéndose el mismo grupo en un tejido social que provoca cambios, transformaciones, ofrece un espacio seguro y de confianza donde puede exteriorizar sus miedos, identificarse con otras historias y entrenarse en interacciones positivas que la impulsen de una vez por todas a romper con el círculo interaccional de la violencia y sea ella misma la protagonista de la construcción de una nueva historia menos dolorosa y más esperanzadora.

Finalmente, queda en evidencia, el vacío que se percibe en el área de intervención respecto a la involucración de la familia, de la mujer maltratada al proceso terapéutico, aspecto que pudiera ser un valor agregado para una verdadera intervención sistémica-resiliente. En consecuencia, se recomienda otras iniciativas de investigación, centradas en intervención de pareja, en el contexto de la violencia de género contra las mujeres, por parte de sus compañeros.

## Referencias

- Aguilar, D. (2016). Arteterapia en la prevención de la violencia con mujeres latinoamericanas inmigrantes en los Estados Unidos (Tesis doctoral), Madrid, España.
- Alcántara, M. (2010). Las víctimas Invisibles: Afectación psicológica en latinoamericanas inmigrantes menores expuestas a violencia de género en los Estados Unidos (Tesis doctoral). Universidad de Murcia, Murcia, España y Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España.
- Alcántara, M., López-Soler, C., Castro, M., & López, J. J. (2013). Alteraciones psicológicas en menores expuestos a violencia de género: prevalencia y diferencias de género y edad. *Anales de psicología*, 29,3, 741-747.
- Alencar-Rodríguez, R y Centera; (2014). ¿Cómo mujeres inmigrantes enfrentan la violencia en la relación de pareja?. *Estudios de Psicología*, 19,1, 4-12. Recuperado 27 de enero de 2016  
[dhttp://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26131638002](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26131638002)
- Almazán, S (2004). Modelo sistémico aplicado a las familias. Barcelona: Kyos
- Aretio, M. (2015). Las supervivientes que salieron del infierno. Factores que ayudan a las mujeres a superar la violencia de género en la pareja heterosexual (Tesis doctoral). Universidad pública de Navarra, Navarra, España.
- Ávila, J. (2012). Programa de intervención para el fortalecimiento de la resiliencia en mujeres violentadas de Gualaceo (Tesis de pregrado). Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador.
- Azar De Sporn, S. (2010) Terapia sistémica de la resiliencia. Buenos Aires: Paidós
- Callejas, G., López, G. & Álvarez, G. (2013). Afrontamiento y alexitimia en una

- muestra de mujeres víctimas de violencia familiar en San Luis, Argentina. *Alternativas en Psicología*, 1,29, 32-43.
- Cano, M. (2010). *Violencia de Género*. En Francisca Fariña, Ramón Arce y Gualberto Buela-Casal (eds.). *Tratado Psicológico y Legal*. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Carver, C. S., Séller, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). *Cuestionario Cope*. Gutiérrez, T.; Raich, R.; Sánchez, D. y Deus, J.(2002). *Instrumentos de evaluación en psicología de la salud*. Barcelona: Alianza editorial.
- Casanueva, C.; Martin, S. L.; Runyan, D. (2009). Repeated reports for child maltratement among intimate partner violence victims: Finding from the National Survey of Child and Adolescent Well-Being. *Child abuse and Neglect*, 33 (2009) 84-83. Consultado en 15 de Noviembre 2010. Disponible en: [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)
- Cyrułnik, B. (2013). *Los patitos feos: la resiliencia. Una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa.
- Corsi, J. (2003). *Maltrato y abuso en el ámbito doméstico: fundamentos teóricos para el estudio de la violencia en las relaciones familiares*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Corsi, J. (2002). *La violencia hacia las mujeres como problema social. Análisis de las consecuencias y de los factores de riesgo*. Fundación Mujeres.
- Cuervo, J., Yanguma, C. & Arroyave, M. (2010). Comprensiones de la resiliencia en los libros editados en español y localizados en seis bibliotecas de Bogotá, Colombia. *Diversitas*, 7,1, 57-71
- Díaz, N. (2014) *Modelo de atención psicológico a mujeres que viven violencia*. Recuperado el 28 de febrero de 2016 de [cedoc.inmujeres.gob.mx/PAIMEF/TAB/tab07.pd](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/PAIMEF/TAB/tab07.pd)

García, C., Pallitto, C., Devries, K., Stockl, H., Watts, C., & Abrahams, N. (2013). Estimaciones mundiales y regionales de la violencia contra la mujer: prevalencia y efectos de la violencia conyugal y de la violencia sexual no conyugal en la salud. Resumen de orientación.

García, M., & Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11,1, 63-77.

García, P. (2016). Transmisión transgeneracional de la violencia de pareja y funcionalidad familiar de hombres y mujeres de la ciudad de Trujillo. In *Crescendo*, 6,2, 19-28.

Gironés, M. & Usaola, C. P. (2014). Intervención en Mujeres Víctimas de Violencia de Género. Experiencia de Psicoterapia Grupal en un Centro de Salud Mental. *Intervention for Women Victims of Domestic Violence. A Group Therapy Experience in the. Clínica*, 5(1), 29-39.

Hirigoyen, M. (2006). *El acoso moral: el maltrato psicológico en la vida cotidiana*. Barcelona: Paidós.

Ibaceta, F. (2011). Violencia en la Pareja: ¿Es Posible la Terapia Conjunta?. *Terapia psicológica*, 29(1), 117-125. Recuperado en 18 de marzo de 2016, de [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-48082011000100012&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082011000100012&lng=es&tlng=es). 10.4067/S0718-48082011000100012.

Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2014). *Boletín Forensis*. Recuperado el 25 de enero de 2016 de <http://www.medicinalegal.gov.co/>

Manciaux, M. & Lecomte, J. (2003) *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Madrid: Gedisa

Martín, L. (2013). *La personalidad resiliente*. Madrid: Síntesis

- Merizalde, D., & Javier, S. (2012). Análisis de los factores que promueven la resiliencia para favorecer la superación del estrés pos-traumático en mujeres víctimas de violencia sexual (Tesis de pregrado), Quito, Ecuador.
- Miracco, M., Rutzstein, G., Lievendag, L., Arana, F. G., Scappatura, M. L., Elizathe, L., & Keegan, E. (2010). Estrategias de afrontamiento en mujeres maltratadas: la percepción del proceso por parte de las mujeres. *Anuario de investigaciones*, 17, 59-67.
- Lam, P. & Mendoza, P. (2016). Resiliencia y actitudes frente a la violencia conyugal en la libertad. *Revista de psicología*, 17,2, 30-35.
- Lúa, E., Martínez, Y. y López, G. (2015). Resiliencia en mujeres morelianas separadas por violencia conyugal. *Revista de psicología*, 14,2, 32-45.
- Montaño, A. (2007). La participación de las mujeres en las interacciones violentas con su pareja: una perspectiva sistémica. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12(2), 315-326.
- Oliver, M., De los Llanos, L., Vallejo, R. & Hernández, A. (2014). Violencia de género y autoestima: efectividad de una intervención grupal. *Apuntes de Psicología*, 32,1, 57-63.
- Organización Mundial de la Salud OMS (2016). Violencia contra la mujer. Violencia de pareja y violencia sexual contra la mujer. Nota descriptiva N.º 239 de enero de 2016. Recuperado el 14 de marzo de 2016 de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs239/es/>
- Organización de Naciones Unidas ONU (1994). Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer. Resolución de la Asamblea General 48/104 del 20 de diciembre de 1993.
- Ortiz, D. (2012). La psicoterapia narrativa en la autoestima de mujeres víctimas

- de violencia intrafamiliar (Tesis de pregrado). Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador.
- Perrone, R. & Nannini, M. (1995). *Violencia y abusos sexuales en la Familia: Un abordaje sistémico y comunicacional*. Buenos Aires: Paidós.
- Preciado, P., Torres, N. & Rey-Anaconda, C. (2012). Mujeres que finalizaron una relación maltratante: características de personalidad, psicopatológicas y sociodemográficas. *Universitas Psychologica*, 11, 43-54. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64723234004>
- Ponce, M. (2015). *Diseño y aplicación de un plan de asesoramiento grupal en asertividad, dirigido a mujeres víctimas de violencia de género de acuerdo al Modelo Integrativo (tesis maestría)*. Universidad del Azuay, Cuenca, Ecuador.
- Roa, C., Estrada, K. & Tobo, M. (2012). Nivel de resiliencia en mujeres maltratadas por su pareja. Proyecto de investigación formativa llevado a cabo en el Programa de Psicología de la Universidad Piloto de Colombia. Línea de investigación en Desarrollo Humano. Grupo DHEOS.
- Rosentreter, J. (2013). *Terapia de reparación (tesis de maestría)*. Universidad de Chile, Santiago, Chile.
- Seligman, M. (2011). *Aprenda optimismo: Haga de la vida una experiencia maravillosa*. Madrid: Grijalbo.
- Torres, M. y Rivera, N. (2015). Resiliencia en mujeres sobrevivientes de violencia de género. *Revista Científica FAREM-Estelí*, 4,13, 75-80.
- Velásquez, S. (2003). *Violencias cotidianas, violencia de género*. Escuchar, comprender,

ayudar. Buenos Aires: Paidós.

Walker, L. E. (2012). El síndrome de la mujer maltratada. Desclée de Brouwer.