



CENTRO DE ESTUDIOS AGUSTINIANO

“FRAY ANDRES DE URDANETA”

---

NIVEL LICENCIATURA

CLAVE DE INCORPORACIÓN

UNAM 8853-25

**PSICOLOGÍA**

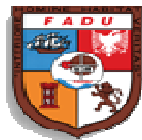
**PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA  
EL FORTALECIMIENTO DEL EMPODERAMIENTO A  
MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA FAMILIAR.  
PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.**

TESIS PROFESIONAL  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

**ROCIO GRISELDA LARRUZ RIVERA**

ASESOR: FERNANDO MARTÍNEZ ESTRADA



COACALCO, ESTADO DE MEXICO 2012



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

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

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

## **A G R A D E C I M I E N T O S :**

***"¿Sabes que ocurre cuando sueñas que caes? A veces despiertas.***

***Otras, la caída te mata; y en ocasiones vuelas."***

Dar ese paso de estudiante a profesional para algunos puede ser fácil o difícil según el momento de vida en que te encuentres. Hoy por fin de haber recorrido un largo camino de experiencias dulces y amargas culmino este proyecto, el cual no solo sirvió para ampliar mi perspectiva de vida, sino servirá para continuar con el trayecto de ejercer una carrera profesional. Cuando tuve mi primer acercamiento con la Psicología me enamoro, hoy que la conozco un poco más de cerca y que día con día me sorprende mostrándome que nunca se deja de aprender, me declaro no solo enamorada de ella: hoy la amo.

Agradezco a mis padres a Gloria y Javier por haberme brindado la oportunidad de estudiar una carrera profesional e impulsarme a concluirla, por confiar en mí, porque sin la educación y amor que ustedes me han dado no sería la mujer que hoy soy, por generarme ambiciones y demostrarme que solo con esfuerzo y oportunidad se logran grandes cosas, pero sobre todo quiero agradecerles por darme la vida, por haberme permitido estar hoy aquí realizando uno de mis más grandes sueños, sin ustedes difícilmente lo hubiera logrado, los amo; hoy les digo que su esfuerzo y sacrificio ha valido la pena.

A Samantha, Alicia y Javier, porque no solo han sido mis hermanos, sino mis amigos, mis confidentes, a cada uno de ustedes los admiro y saben el gran amor que les tengo, gracias por estar conmigo en los momentos más difíciles de mi vida y sin duda en los más bellos y divertidos, por apoyarme y cuidarme, por aceptarme tal cual soy y respetarme, sé que no pude tener mayor bendición en la vida que compartirla con ustedes, los amo. A mis sobrinos Leo y Armando por re-encontrarme con mi niña interna, porque con la pureza de su sonrisa y el brillo de su mirada, hacen que la vida sea menos pesada.

A los profesores que he tenido en mi vida, algunos que no creyeron en mí sin quererlo me enseñaron a aferrarme a mis sueños, y a aquellos que siempre vieron en mi capacidad y la explotaron me han hecho crecer, a todos y cada uno de mis maestros de Universidad, no solo por transmitirme su gran conocimiento, también por inculcarme aquello de lo que no se habla en los libros: la ética y el amor por la profesión.

A mis amigos y amigas, que son pocos pero son efectivos, por aceptarme como soy, por brindarme su confianza y apoyo y demostrarme que aunque algunos estén lejos, siempre están ahí.

A Gaby, Rubí y Nancy mis amigas de la Universidad, porque juntas iniciamos y concluimos este proceso, porque aprendimos que existen momentos complicados en la vida, pero también aprendimos que esos momentos son menos pesados cuando se comparten entre amigas, por brindarme la confianza de conocerlas, porque juntas enfrentamos miedos, tristezas, enojos, amores y muchísimos momentos de alegría. Porque con ustedes descubrí que se puede reír a carcajadas de ansiedad, que se puede llorar no solo de tristeza sino de felicidad, que sentir miedo no es solo causa de temor, sino también de risa, porque compartimos durante cuatro años y medio nuestras vidas día a día y realizamos grandes proyectos, porque ustedes son de esas hermanas no de sangre, sino de vida.

Brindo un cordial agradecimiento al Gobierno del Distrito Federal y en particular a la Unidad de Atención y Prevención de la Violencia Familiar UAPVIF Cuauhtémoc y a su encargada Rosa María Zabal Cortes, por brindarme la oportunidad de desarrollar dicha investigación y apoyarme en todo momento para la realización de la misma.

A todas esas mujeres beneficiarias de la Institución que voluntaria o involuntariamente fueron partícipes de este proyecto, por permitirme adentrarme en su historia de vida y confiar en mí, por enseñarme que atrás de una vida de violencia existe sufrimiento, tristeza, frustración, pero también amor y después de ella existe la fortaleza, la capacidad de renacer y vivir plenamente. Gracias.

A Fernando Martínez mi profesor y asesor, porque tu labor no solo fue guiarme en este proceso, sino compartir junto conmigo muchos momentos agradables, por permitirme conocer una faceta más en ti y ampliar el conocimiento sobre mí, por apoyarme, impulsarme y por creer en mí, sé que no pude elegir mejor guía para este proyecto, te respeto y te admiro, por la persona que eres y por la forma en cómo ejerces tu trabajo.

A todas aquellas mujeres con las que he compartido en cada una de las etapas de mi vida, mujeres fuertes que saben superar cualquier sufrimiento, que aman con pasión con ternura y con verdad, que se entregan con sinceridad, mujeres trabajadoras que no se rinden, responsables, emprendedoras, mujeres de cualquier raza y color. Mujer madre, esposa, hija, amante, amiga, niña, joven, anciana, mujeres de batalla.

A aquellos hombres con los que he compartido mi andar, por aquellos que creen en la igualdad de derechos y oportunidades, que respetan y saben amar y entender a la mujer, por los que ven en una mujer a una compañera y no a una rival, aquellos que se abren y expresan sus emociones y hacen a un lado sus prejuicios, a todos esos hombres de mi vida de los cuales he aprendido mucho también dedico este proyecto.

Y a mí, porque un día abrí mis alas y decidí volar muy alto, porque aunque muchas veces fui en picada, siempre encontré en mí y en la gente que amo y me ha acompañado motivación para subir, porque descubro que puedo ser sensible pero aguerrida, porque con el paso de los años y la experiencia me he permitido generarme cambios, afrontar mis miedo y valerme de mis virtudes para crecer y seguir volando, porque la derrota no es una opción y no hay excusa, porque hay que empezar despacio a deshacer el mundo.

***“Tu espíritu es el plumero de cualquier tela de araña. Detrás de cada línea de llegada, hay una de partida. Detrás de cada logro, hay otro desafío. Mientras estés vivo, siéntete vivo. Si extrañas lo que hacías vuelve a hacerlo. No vivas de fotos amarillas... Sigue aunque todos esperen que abandones. No dejes que se oxide el hierro que hay en ti. Haz que en vez de lástima, te tengan respeto. Cuando por los años no puedas correr, trota. Cuando no puedas trotar, camina. Cuando no puedas caminar, usa el bastón. ¡Pero nunca te detengas!”***

Madre Teresa De Calcuta.

*There are places I'll remember  
All my life though some have changed  
Some forever not for better  
Some have gone and some remain  
All these places have their moments  
With lovers and friends I still can recall  
Some are dead and some are living  
In my life I've loved them all...  
Though I know I'll never lose affection  
For people and things that went before  
I know I'll often stop and think about them  
In my life I've loved them all... In my life. The Beatles*

# ÍNDICE

	Página
INTRODUCCIÓN	I
• <b>CAPÍTULO I: VIOLENCIA FAMILIAR Y CONCEPTOS BÁSICOS</b> .....	1
1.1 La relación de pareja en contacto con la violencia.....	2
1.2 Concepto de violencia.....	9
1.2.1 Causas de la violencia familia.....	11
1.2.2 Rasgos de la mujer maltratada.....	20
1.2.3 Consecuencias de la violencia en el desarrollo de la mujer.....	22
1.3 Mitos y estereotipos sobre la violencia familiar hacia la mujer.....	29
1.4 Masculinidad y Violencia.....	32
• <b>CAPÍTULO II: LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA FAMILIAR EN LA CIUDAD DE MÉXICO</b> .....	37
2. 1 Violencia familiar y/o domestica dirigida hacia la mujer.....	37
2.1.1 Tipos de violencia contra la mujer.....	40
2.1.2 Diferencia entre agresividad y violencia – agresión y maltrato.....	43
2.2 La violencia hacia las mujeres desde una perspectiva de género.....	48
2.2.1 El ciclo de la violencia conyugal.....	53
2.3 Las mujeres como objeto de violencia y su consideración como un problema de interés público.....	55
2.4 La violencia contra las mujeres en la agenda publica de México.....	62
2.4.1 Instituto Nacional de la Mujer INMUJERES.....	66
2.4.2 Unidad de Atención y Prevención de la Violencia Familiar UAPVIF.....	70

• <b>CAPÍTULO III: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LA VIOLENCIA</b> .....	82
3.1 Teorías psicológicas en relación con la violencia.....	83
3.1.1 El poder como parte fundamental en el desarrollo de las Relaciones.....	86
3.1.2 El amor como una forma de poder.....	90
3.2 Origen de las emociones.....	91
3. 2.1 El fenómeno de las emociones.....	94
3.3 Inteligencia Emocional.....	97
3.4 Autoestima.....	105
3.5 Habilidades Sociales.....	106
• <b>CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA</b> .....	109
4.1 Justificación.....	109
4.2 Delimitación del problema.....	110
4.3 Planteamiento del problema.....	110
4.4 Hipótesis de trabajo.....	110
4.5 Objetivos de la Investigación.....	111
4.6 Método.....	111
4.6.1 Diseño, tipo y controles.....	112
4.6.2 Escenario, materiales y sujetos.....	112
4.6.3 Instrumentos.....	113
4.7 Procedimiento.....	115
4.8 Análisis estadístico.....	116
4.9 Resultados.....	116
• <b>CAPÍTULO V: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES</b> .....	120
BIBLIOGRAFÍA.....	126
ANEXOS	

## INTRODUCCIÓN

La violencia contra la mujer es la manifestación más cruda del desbalance de las relaciones de poder entre los sexos y de la posición subordinada de la mujer en la sociedad donde, tanto en el nivel de la ley como de la costumbre, se ha ignorado, tolerado, y hasta estimulado tal comportamiento.

En todo el mundo occidental, la violencia (masculina) hacia las mujeres se torna evidente y se deslegitima de forma creciente. Los dispositivos jurídicos y sanitarios ejercen acciones sobre las personas involucradas y en el campo de la salud mental no es ajeno a ello.

El tema de la violencia, en cuanto una forma particular de conducta humana, es una cuestión que interesa particularmente a la Psicología pero también a otras disciplinas que como la Filosofía, la Sociología, la Ética o la Biología, entre otras, están implicadas desde diferentes perspectivas en la explicación del comportamiento humano. Las repercusiones del uso de la violencia conciernen a todos los grupos humanos en los que esta tiene lugar y puede tomar formas muy diversas que se manifiestan tanto en las relaciones individuales como en las colectivas. El comportamiento violento de algunos varones, como todo abuso de poder, nace de un sometimiento previo de la mujer en relaciones de sumisión socialmente legitimadas, en las que intervienen factores socio-culturales que aplican, mantienen y justifican la desigualdad entre géneros, tales como la masculinización de los espacios públicos, la utilización de un lenguaje sexista, la falta de conciencia de los problemas que suscita en la mujer la imposición de roles por la sociedad. Sin embargo, estamos asistiendo a un importante cambio y es que mientras que la violencia contra las mujeres ha estado rodeada, en demasiadas ocasiones, de silencio e incompreensión, empieza a ser cada vez mas rechazada socialmente, y se puede constatar el apoyo de la sociedad a todas las mujeres que sufren violencia de género y el claro posicionamiento contra ésta.

La violencia en las relaciones personales es una problemática tan compleja como cuestionante no solo para las personas que la viven sino para los



profesionales que intentan abordarla. Es un problema universal y multicausal, y del cual las instituciones gubernamentales federales, estatales y municipales tienen la obligación de trabajar para crear una cultura de equidad de género libre de violencia y discriminación capaz de propiciar el desarrollo integral de todas las mujeres mexicanas y permitir, tanto a hombres como a mujeres por igual, ejercer plenamente todos sus derechos, así como participar equitativamente en la vida política, cultural, económica y social del país, atendiendo y previniendo la violencia en todas las esferas del desarrollo humano e impulsando su empoderamiento.

La violencia familiar es un tema de gran impacto dentro de la sociedad ya que dentro de ella se engloban e incluso se originan gran cantidad de conflictos sociales, emocionales, familiares, de salud y económicos entre otros. Hablar de violencia involucra aspectos psicológicos, conductuales y emocionales; es por ello que se liga a la capacidad que tiene la gente de desarrollar su inteligencia emocional como un recurso para expresar sus emociones de una manera eficiente y que está a su vez ayude a las víctimas de violencia a la mejora de sus relaciones consigo mismo en primera instancia y en consecuencia con los demás.

La sociedad actual ha concedido un nuevo papel a las emociones: han dejado de ser algo negativo, a reprimir, para convertirse en un elemento positivo que ayuda a actuar y tomar decisiones y, por tanto, a adaptarse a la vida.

Los comportamientos violentos, la ira irracional, el miedo a relacionarse con los demás implican de una forma u otra un fracaso personal, adiestrar nuestras emociones no quiere decir reprimirlas, significa dilucidar su conveniencia y adecuar su posible expresión. Un comportamiento falto de inteligencia emocional puede conducir a la destrucción de nuestras relaciones, afectar nuestra salud y rendimiento. La inteligencia emocional nos permite gozar de todo aquello que sentimos, aprender de nuestras experiencias y llegar al autoconocimiento.

Dicha investigación tiene el propósito de realizar la instrumentación, aplicación y validación estadística de un programa de educación emocional en la Unidad de Atención y Prevención de la Violencia Familiar (UAPVIF) Cuauhtémoc, del Distrito Federal, enfocado en apoyar y fortalecer el empoderamiento de las víctimas haciendo uso de las características de la Inteligencia emocional como son: atención emocional, facilitación emocional, comprensión emocional, regulación emocional, mejora del autoconcepto y elevación de la autoestima así como mejora en las habilidades sociales.

Para ello en el capítulo primero se abordara el tema de la violencia y su relación con el poder, se dará una aproximación al origen, sus causas y consecuencias que esta tiene en el desarrollo de la mujer.

En el capítulo segundo se tratara el tema de la prevención de la violencia familiar particularmente en la Ciudad de México, haciendo mención de las instituciones gubernamentales que han marcado un hito importante para la información, atención y prevención de la violencia familiar hacia la mujer.

El capítulo tercero aborda el tema del surgimiento de la Inteligencia emocional, el origen de las emociones y la ventaja de la enseñanza de la misma. Se hace una aproximación teórica acerca de las teorías psicológicas que tienen relación con la violencia.

El capítulo cuarto abarca la metodología que se utilizo en dicha investigación, la descripción detallada de la instrumentación y aplicación del Programa de Educación Emocional para la Atención a Mujeres Víctimas de Violencia Familiar en una Unidad de Atención y Prevención de la Violencia Familiar en el Distrito Federal así como los resultados estadísticos que se obtuvieron con la aplicación de dicho programa.

El quinto y último capítulo mostrara la discusión y conclusiones que se obtuvieron de la presente investigación

## **CAPÍTULO I**

### **VIOLENCIA FAMILIAR Y CONCEPTOS BÁSICOS.**

La violencia (del latín *violentia*) es un comportamiento deliberado, que provoca, o puede provocar, daños físicos o psicológicos a otros seres, y se asocia, aunque no necesariamente, con la agresión física, ya que también puede ser psicológica o emocional, a través de amenazas u ofensas siempre ejerciendo un acto de poder sobre la víctima.

En cuanto al poder, este no es una categoría abstracta, es algo que se ejerce, que se visualiza en las interacciones donde sus integrantes las despliegan y tiene un doble efecto como el opresivo y configurador, en tanto provoca recortes de la realidad que definen existencias (espacios, modos de relación, etcétera).

Los ejes de poder dentro de la familia están dados por el género y por la edad. La desigual distribución del ejercicio del poder sobre otros u otras conduce a la asimetría relacional. La posición de género (femenino o masculino) es uno de los ejes cruciales por donde discurren las desigualdades de poder, y la familia, uno de los ámbitos en que se manifiesta. Esto es así porque la cultura ha legitimado la creencia en la posición superior del varón. Ser varón supone tener el derecho a ser protagonista (independientemente de cómo se ejerza ese derecho). La cultura androcéntrica que define la mirada masculina en el centro del universo, como medida de todas las cosas y representación global de la humanidad, ocultando otras realidades, entre ellas la de la mujer, niega ese

derecho a las mismas y supone que deberán entonces conquistarlo. A través de la socialización, esto deviene en la creencia generalizada de que los varones tienen derecho a tomar decisiones o expresar exigencias a las que las mujeres se sienten obligadas, disminuyendo su valor y necesitando la aprobación de quien a ellas les exige. Y a la mujer le corresponde el sobrevalorado poder de los afectos y el cuidado erótico y maternal. Con el logro que la necesiten. Pero este es un poder delegado por la cultura androcéntrica, que le impone la reclusión en el mundo privado. En este mundo se le alza un altar engañoso y se le otorga un título paradójico, ya que no puede ejercerlo en lo característico de la autoridad (la capacidad de decidir por los bienes y personas y sobre ellos), quedando solo con la posibilidad de intendencia y administración de lo ajeno. Poder además característico de los grupos subordinados, centrados en manejar a sus superiores haciéndose expertos en leer sus necesidades y en satisfacer sus requerimientos, exigiendo algunas ventajas a cambio. Sus necesidades y reclamos no pueden expresarse directamente y por ello se hacen por vías ocultas, como lo son quejas, distanciamientos, etcétera. Estas situaciones de poder (que desde la normativa genérica desfavorecen a las mujeres) suelen ser invisibilidades en las relaciones de pareja, llevando a la creencia de que en ellas se desarrollan prácticas recíprocamente igualitarias y develando la mediatización social que adjudica a los varones, por el hecho de serlo, un plus de poder del que carecen las mujeres. Si bien no todas las personas se adscriben igualmente a su posición de género y aunque el discurso de la superioridad masculina está en entredicho, el poder configurador de la masculinidad como modelo sigue siendo enorme. Aun las creencias ancestrales oscurecen las injusticias, aplauden las conductas masculinas y censuran a la mujer que asume otras competencias.

### **I.I La Relación de Pareja en Contacto con la Violencia.**

La relación de pareja a través de la historia ha tomado diversas modalidades, es así como entre los pueblos nómadas más bien lo que prevalecía era la promiscuidad.

Se trataba de hombres y mujeres que convivían sin ningún límite entre ellos, por lo que la paternidad no era fácil de identificar y los instintos era la única forma de lo que se valían para desarrollarse y convivir en sociedad; una vez que se supero lo anterior como la única manera de relacionarse entre los pueblos primitivos, el hombre podía elegir a la mujer que deseaba para madre de sus hijos y pagaba un precio por ella, por lo que la relación de pareja se tornaba en propietario y objeto poseído, acción que la mujer tenía que aceptar. Posteriormente se instituyo el rapto como medio para una relación entre hombre y mujer. Es así como surgió el matrimonio de estrategia familiar, en donde los padres del hijo varón negociaban el matrimonio con los padres de la mujer donde se manejaban consideraciones económicas, sociales, laborales y políticas para la realización de la misma. El entorno vivido por la mujer a través de las épocas y en los pueblos ha sido diverso, por ello es importante revisar los rasgos más sobresalientes de la relación de pareja en las principales culturas antiguas para entender la influencia que tuvieron en la cultura occidental.

Delgadillo y Gurrola mencionan lo siguiente:

En Grecia la atención se centraba en el varón. El matrimonio era manogámico, gozaba de bastante libertad sexual y no había tabúes, ni grandes represiones. Cabe resaltar que dicha cultura favoreció a la mujer el culto de los griegos a la belleza y específicamente a la belleza corporal. Tal vez fue este el primer pueblo en que la mujer llego a ser para el varón una genuina compañera.

En Roma la cultura romana tiene una importancia en muchas de las legislaciones contemporáneas, especialmente las de tradición latina, como la nuestra. El matrimonio romano era monógamo y se exigía la fidelidad de la mujer ya que el adulterio en ellas era castigado severamente. El adulterio aludía a la mujer casada con el hombre, pero no así cuando el hombre casado mantenía relaciones con una mujer soltera.

La historia del cristianismo no fue la historia de la mujer liberada, primeramente porque se tenía la idea de que el espíritu era lo bueno por lo tanto el cuerpo era malo y la mujer era la encarnación de las tentaciones de la carne.

Tales circunstancias dejaban ver la relación de pareja como un acto deshonesto, ya que el sexo era el llamado de los placeres de la carne y solo se justificaba cuando el propósito era la procreación.

En China la organización de la familia era monogámica, aunque practicaban también la poligamia. Los padres vendían a sus hijas, quienes tenían que actuar en su condición de compradas, es decir como esclavas del cónyuge. Posterior a la revolución china se dio un cambio y se implanto la igualdad entre el hombre y la mujer.

En la India el matrimonio ha tendido hacia dos direcciones la poligamia y la monogamia, los padres deciden sobre el matrimonio de los hijos, en el caso de las niñas estas deben ser dadas en matrimonio antes de su pubertad. En el caso de que la mujer sea estéril o no haya podido tener un hijo, es permitido tener otra mujer, ya que para esta cultura las mujeres son meras fabricantes de hijos, devaluando con ello su humanidad.

En los países Árabes o islámicos se permite a los hombres cuatro mujeres legítimas y todas las concubinas que el hombre pueda tener y mantener; la mujer es inferior al hombre y en algunos países árabes todavía se considera a la mujer como objeto de placer y la que trae a los hijos al mundo aunque los hijos no le pertenecen a la mujer y casi no poseen ningún derecho legal. Su virginidad es muy importante por eso es encerrada desde su infancia, la mujer siempre permanecerá bajo el dominio del hombre, llámese padre o esposo. El matrimonio es decidido por los padres de los contrayentes y prácticamente la joven conoce al que va a ser su marido hasta el momento de la boda, después de haber pagado una dote por ella.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Delgadillo Guzmán L.G., Gurrola Peña G.M. (2000). *Entre la violencia y el amor. Reflexiones desde la psicología*. México: Universidad Autónoma del Estado de México.

Esteinou comenta que:

En México el amor romántico se empezó a desarrollar entre las clases altas españolas y criollas en el siglo XIX, pero el amor romántico supone varios elementos: la libertad de elección del cónyuge, el desarrollo de una noción de la pareja como compañeros y amigos, así como también compañeros sexuales y la idea de compartir la tarea de ser padres. Esta noción no se desarrolló en su totalidad a inicios del siglo XX, sino que poco a poco fue desarrollando algunos de sus rasgos. Se desarrolló una ola de industrialización en el país que marco el curso cambiando la producción de una base artesanal a otra de tipo industrial, esta última favoreció el empleo masculino, como consecuencia de ello, las mujeres se iban retirando poco a poco de alguna fuerza de trabajo y se dedicaban de lleno a la atención de la familia, es así como esta estructura de modelo contribuyó a la formación de una estructura de roles particular en la cual los hombres eran los proveedores económicos principales y las mujeres se dedicaron al cuidado de los hijos, la casa y el hombre, en ella recaía el peso de la educación de los hijos, aunque también muy limitada en la toma de decisiones, cosa en la que el hombre tenía siempre la última palabra. La relación es monogámica y la religión lo instituyó como matrimonio, el cual estaba destinado a la unión de ambos hasta la muerte, dicho casamiento se daba en edades jóvenes con un número considerable de hijos por pareja. En el siglo XIX la ley promovía una fuerte dependencia de la mujer con respecto al hombre, las mujeres tenían muy pocos derechos dentro de la vida en pareja y con respecto a sus hijos por ejemplo la ley solo al hombre le atribuía el ejercicio de la patria potestad sobre los hijos.<sup>2</sup>

Por esta razón, persistieron fuertes desigualdades entre hombres y mujeres. Sin embargo, tanto la constitución de 1857 tuvieron como efecto la consolidación de la división de los roles instrumentales y expresivos entre la pareja, promovieron un mayor nivel de igualdad entre la pareja al permitir que la mujer tuviera mayor

---

<sup>2</sup> Esteinou, R. (2009) Las relaciones de pareja en el México moderno. *Casa del tiempo* 3(26), 64-68.

poder de decisión en los asuntos familiares. Es interesante observar que aun cuando el Estado estableció algunos aspectos que promovieron la igualdad entre los géneros dentro del matrimonio, factores sociales y culturales siguieron promoviendo desigualdades entre ellos de tal forma que la principal autoridad seguía siendo aquella de los varones. Con el paso de los años las leyes y la organización cultural fueron cambiando respecto a que se dio una importancia a la mujer dentro del ámbito laboral ya no solo dentro de casa, sino fuera de ella, como madre y como persona, aunque es interesante observar que aun cuando el estado estableció algunos aspectos que promovieron la igualdad entre los géneros dentro del matrimonio, la vida de pareja y la interacción con la sociedad, factores sociales y culturales en algunos casos siguieron promoviendo desigualdades entre ellos.

En el siglo XX se desarrollaron una variedad de formas familiares que coexistieron entre sí. Desde el punto de vista económico, el cambio más importante radica en la gran incorporación de las mujeres esposas amas de casa y madres, al trabajo de tal forma que la división entre el esposo-padre-proveedor único y la esposa-madre-ama de casa entraron en un proceso de redefinición, negociación, aunque no de manera radical. Se ha dado mayor realce a la mujer dentro de la entidad en los planos de la salud, planos social y plano jurídico. Lo anterior ha abierto nuevas posibilidades y perspectivas de desarrollo, pero sobre todo una garantía a su salud psíquica aunque ello en ocasiones de cómo resultado la incomodidad entre los individuos que conforman dicha pareja, ello puede advertirse en los crecientes conflictos de rol que se registran en la vida de pareja, en la creciente negociación que se da entre ellas en asuntos como la distribución del trabajo domestico y el cuidado de los hijos, en los crecientes conflictos derivados de la asunción por parte de las mujeres de un rol laboral extradomestico y en los crecientes conflictos derivados tanto de los cambios de las relaciones de autoridad y de poder, como de la dificultad para establecer una comunicación y entendimiento mutuo.



Las anteriores formas de relación muestran un común denominador que es la devaluación de la mujer. La pareja no estaba destinada a la vida amorosa y mucho menos al crecimiento personal y/o la felicidad, el único fin era la procreación; bajo este marco la sociedad de este tiempo protegió a la pareja y a la familia como base de la vida civil y como símbolo de la continuidad de la raza y de la cultura respectiva.

Delgadillo y Gurrola nos dicen que cada relación amorosa es dialéctica única entre la individualidad y el nosotros, entre la concentración y expansión, entre el ser uno mismo y proyectarse, el amor puede tomar tres vertientes, la primera de ellas se refiere al amor de concupiscencia en el cual la persona quiere estar con la pareja porque se siente bien con ella (en el fondo no quiere a la pareja sino a si misma); el segundo es el amor de benevolencia en donde la persona se siente bien porque quiere a su pareja (su felicidad esta en hacer feliz al otro); y por último la tercera es el amor genuino o funcional en donde cada integrante de la pareja se percibe y forma su mundo, el mundo del otro ambos totalmente separados donde cada uno se desarrolla de acuerdo a su trabajo, amigos actividades propias y el mundo que ambos construyen y comparten donde se destaca la importancia de 3 áreas: Socio operativa la cual se encarga de llevar a cabo todas aquellas actividades que hacen que el mundo de la pareja funcione; Nuestra exclusiva que se refiere a lo que solo la pareja comparte como lo es la vida sexual, salidas juntos etc. y la Familiar que se refiere al interactuar de la pareja con la demás familia y/o hijos.<sup>3</sup>

Resulta complicado hablar o describir la forma en que se debe desarrollar una relación de pareja ideal ya que debemos tomar en cuenta que esta se origina a partir de dos personas que si bien comparten gustos, atracción o adecuación de caracteres, opiniones, u otras circunstancias al final resultan ser totalmente distintas la una de la otra es por ello que difícilmente existe el ideal de pareja y

---

<sup>3</sup> Op. cit. p 4.

preferimos remontarnos a la idea de pensar en la pareja no como un ideal, sino como un complemento donde ambos seres cumplen la función de dar y recibir.

Para poder llegar con plenitud al encuentro con la pareja, es necesario un largo proceso que se inicia desde el noviazgo, en donde se supone la pareja va haciendo a un lado su postura infantil, egoísta, para adquirir una actitud de crecimiento y desarrollo para ambos aunque esto no siempre se da así dando lugar a una relación destructiva.

Rage describe al respecto que hay personas que creen que entenderse bien significa que la pareja piense del mismo modo, se interesen ambos por las mismas cosas y compartan el mayor número posible de actividades. Sin embargo, esta postura no respeta la propia individualidad generando anulamiento del otro dando pie a serios conflictos dentro de la pareja donde el poder se convierte en principal forma de aniquilar al otro generando una atmosfera de violencia donde el que la ejerce ve en ella el único medio o bien recurso para apoderarse del otro integrante de la pareja de forma violenta ya sea activa o pasivamente.<sup>4</sup>

Una de las falsas creencias más extendidas es que la violencia se da en determinados contextos socio económico así como que hay culturas más violentas que otras.

En realidad es que la violencia se da en todas las culturas y en todos los contextos socio económico dentro de cada sociedad. Aunque hay culturas en donde los factores de riesgo son más frecuentes que en otras, no podemos cometer el error de vincular la violencia a una cultura y/o sociedad determinada, porque es un fenómeno común a la diversidad cultural y social.

---

<sup>4</sup> Rage, E., (1996). *La pareja*. México. Plaza y Valdés.

## **I.2 Concepto de Violencia.**

Entendemos por violencia aquellos actos u omisiones que atentan contra la integridad física, psicológica, sexual y moral de cualquier persona. Toda acción violenta tiene la intención de causar daño ejercer abuso de poder, puede provenir de personas o instituciones y realizarse en forma activa o pasiva.

En un sentido amplio, puede hablarse de violencia política, de violencia económica, de violencia social, de violencia de género, etcétera. En todos los casos, el uso de la fuerza nos remite al concepto de poder. Haciendo hincapié en la violencia de género, específicamente hacia las mujeres la Ley de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia del Distrito Federal nos remite a las modalidades de la violencia entendida como los ámbitos donde ocurre, público o privado, y se ejerce la violencia contra las mujeres.

*1.-Violencia Familiar:* Es aquella que puede ocurrir dentro o fuera del domicilio de la víctima, cometido por parte de la persona agresora con la que tenga o haya tenido parentesco.

*2.-Violencia Laboral:* Es aquella que ocurre en cuanto se presenta la negativa a contratar a la víctima o a respetar su permanencia o condiciones generales de trabajo; la descalificación del trabajo realizado, las amenazas, la intimidación, las humillaciones, la explotación y todo tipo de discriminación por condición de género.

*3.-Violencia Docente:* Es aquella que puede ocurrir cuando se daña la autoestima de las alumnas o maestras con actos de discriminación por su sexo, edad, condición social, académica, limitaciones y/o características físicas, que les infringen maestras o maestros.

*4.-Violencia en la Comunidad:* Es aquella cometida de forma individual o colectiva, que atenta contra su seguridad e integridad personal y que puede ocurrir en el barrio, en los espacios públicos o de uso común, de libre tránsito o

en inmuebles públicos propiciando su discriminación, marginación o exclusión social.

*5.-Violencia Institucional:* Son los actos u omisiones de las personas con calidad de servidor público que discriminen o tenga como fin dilatar, obstaculizar o impedir el goce y ejercicio de los derechos humanos de las mujeres así como su acceso al disfrute de políticas públicas destinadas a prevenir, atender, investigar, sancionar y erradicar los diferentes tipos de violencia.<sup>5</sup>

Corsi refiere que en sus múltiples manifestaciones, la violencia siempre es una forma de ejercicio del poder mediante el empleo de la fuerza (ya sea física, psicológica, económica, política...) e implica la existencia de un “arriba” y un “abajo”, reales o simbólicos, que adoptan habitualmente la forma de roles complementarios: padre-hijo, hombre-mujer, maestro-alumno, patrón-empleado, etcétera. El empleo de la fuerza se constituye, así, en un método posible para resolver conflictos interpersonales, como un intento de doblegar la voluntad del otro, de anularlo precisamente en su calidad de otro. La violencia implica una búsqueda de eliminar los obstáculos que se oponen al propio ejercicio del poder, mediante el control de la relación obtenido a través del uso de la fuerza.

Para que la conducta violenta sea posible tiene que darse una condición: la existencia de un cierto desequilibrio de poder, que puede estar definido culturalmente o por el contexto u obtenido mediante maniobras interpersonales de control de la relación. El desequilibrio de poder puede ser permanente o momentáneo.

En el primer caso, la relación está claramente establecida por normas culturales, institucionales, contractuales, etc.; en el segundo caso, se debe a contingencia ocasionales.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> *Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Distrito Federal.*, (2008).

<sup>6</sup> Corsi, J., (1996). *Violencia Familiar: una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social.* Argentina. Paidós.

Según la Organización Mundial de la Salud define la violencia como el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenazas o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daño psicológico, trastornos del desarrollo o privaciones y atenta contra el derecho a la salud y la vida de la población.<sup>7</sup>

Corsi considera que en el ámbito de las relaciones interpersonales, la conducta violenta es sinónimo de abuso de poder, en tanto y en cuanto el poder sea utilizado para ocasionar daño a otra persona. Es por eso que el vínculo entre dos personas caracterizado por el ejercicio de la violencia de una de ellas hacia la otra se denomina relación de abuso entendida como aquella forma de interacción que, enmarcada en un contexto de desequilibrio de poder, incluye conductas de una de las partes que, por acción o por omisión, ocasionan daño físico y/o psicológico al otro miembro de la relación. Considerando a la violencia como una situación en la que una persona con más poder abusa de otra con menos poder, la violencia tiende a prevalecer en el marco de relaciones en las que existe la mayor diferencia de poder.<sup>8</sup>

La violencia es el desencadenamiento de una fuerza que destruye todo a su paso. Los actos de violencia son tangibles, como la violación, maltratos y golpes, o bien intangibles, es decir, que no se ven ni dejan huella, pero que de igual forma lesionan a las personas en su vida emocional. También se considera violencia las acciones o actitudes negligentes que denotan falta de atención y oportunidad.

### **1.2.1 Causas de la Violencia Familiar.**

El interés por conocer las causas de la violencia hacia el género femenino ha llevado a muchos investigadores a profundizar en el estudio de las

---

<sup>7</sup> Organización Mundial de la salud. (2002). *Informe mundial sobre violencia y salud*.

<sup>8</sup> Op. cit. P 10.

características de la persona que la sufren o la ejerce. Entre los rasgos definitorios que nos ayudarían a extraer el perfil de la mujer con un mayor riesgo de ser maltratada podemos subrayar: una relación de codependencia y sumisión, baja autoestima, la vivencia de violencia en su familia de origen, el bajo nivel cultural y socioeconómico, el aislamiento psicológico y social, el consumo de alcohol y/o drogas y el desequilibrio de poder en la pareja. Existe una raíz cultural histórica, durante mucho tiempo nuestra sociedad ha sido muy machista, el hombre ha creído que tiene el derecho primario a controlar, a disciplinar con severidad, incluso a abusar de la vida de la mujer y de los hijos. Eso ha sucedido bajo la apariencia del rol económico del hombre proveedor de la alimentación. El modelo presente de nuestra sociedad esta reforzando el uso de la fuerza para resolver los problemas. Por eso el abusador usa la fuerza física para mantener el poder y el control sobre la mujer, porque ha aprendido que la violencia es efectiva para obtener ese fin de control, la violencia domestica ocurre en todos los niveles de la sociedad. En todas las familias existe cierta disfuncionalidad en mayor o menor grado. A menudo las personas codependientes han sido objeto de algún tipo de abuso físico o verbal, o sufrieron el abandono de uno de sus padres o de ambos, ya sea físico o emocional. El codependiente busca alivio en alguna adicción para “anestesiarse” ante su dolor. A veces lo hace a través de relaciones personales disfuncionales y muchas veces dañinas. El codependiente está atado a lo que le sucedió en su familia de origen y se siente internamente torturado por ello, aunque la mayoría de las veces no se da cuenta de lo que le está sucediendo. Cada uno de nosotros tenemos una necesidad innata de recibir amor. Para facilitar un ejemplo claro utilizaremos el termino de tanque de amor que menciona Horno y lo define así: desde el momento que se da la concepción de un hijo los padres si son personas emocionalmente sanas cuyos tanques de amor están llenos, pueden llenar el tanque de sus hijos y estos crecerán y se desarrollaran psicológicamente sanos. Sin embargo, si uno de los padres o ambos no tienen lleno su propio tanque, lo más probable es que el niño no reciba suficiente amor porque su padre o madre no lo tuvieron para darlo y al

crecer se sientan abandonados, tienen baja autoestima y buscan la aprobación de otras personas para sentirse mejor consigo mismos. Esta falta de amor deja cicatrices durante todo el desarrollo que llevan a ciertos comportamientos disfuncionales en la adultez, como la codependencia. El codependiente no puede dar lo que no recibió, por lo tanto, la codependencia se convierte en un círculo vicioso que puede pasar de generación en generación si no se hace algo para resolverlo.<sup>9</sup>

Algunas situaciones ancladas en la tradición y la cultura de muchas sociedades durante siglos se han relacionado con la violencia específica contra la mujer, las relaciones de sumisión y dependencia, los estereotipos sexuales y el rol limitado que se ha asignado a la mujer explican en parte este fenómeno. La violencia ha sido y es utilizada como un instrumento de poder y dominio del fuerte frente al débil.

Según Jewkes considera que “los dos factores epidemiológicos más importantes para la aparición de violencia doméstica son la relación desigual de la mujer tanto en las relaciones personales como sociales y la existencia de una “cultura de la violencia” que acepta la violencia como una forma para resolver conflictos.”<sup>10</sup>

Desde de la infancia, los varones aprenden que frente a determinadas situaciones de conflicto (en el juego, en el deporte u otras actividades que realicen) se les permite utilizar la violencia para resolverlas. Además los modelos que tienen en la televisión, incluidos los dibujos animados, les confirman que una forma de resolver los conflictos que se suscitan entre dos personas es/o puede ser violenta.

Las actitudes de las niñas y los varones más pequeños muestra que, cuando se ha avanzado en el proceso de socialización, las niñas predominantemente se

---

<sup>9</sup> Horno, P. (2009). *Amor y Violencia. La dimensión afectiva del maltrato*. Barcelona. Desclee de Brouwer.

<sup>10</sup> Jewkes, R. (2002). *Violencia ejercida por la pareja: causas y prevención*. Lancet.

atribuyen a sí mismas las culpas de sus fracasos (si algo les sale mal tienden a preguntarse crecientemente que es lo que hicieron mal para que fracasara). En cambio, los varones tienden a echar la culpa a circunstancias externas, la culpa siempre la tienen otros. Es decir, tienden a poner la culpa en situaciones externas y eludir su propia responsabilidad ante el fracaso. Esto que sucede en el juego de los varones y de las niñas, cuando lo trasladamos a los adultos a la situación conyugal se traduce en que al hombre le cuesta mucho asumir su responsabilidad y tiende a justificar su conducta violenta en función de “provocaciones” externas.

Otro elemento para tener en cuenta es lo que podríamos denominar la internalización de las pautas de relación en una estructura jerárquica. Los hombres que utilizan la violencia como modalidad de resolución de conflictos interpersonales han incorporado un modelo que podemos rastrear en su propia historia de vida. Cuando eran niños ocupaban el lugar inferior de la pirámide de poder intrafamiliar; desde ese lugar, observaron e incorporaron ciertas pautas recurrentes utilizadas por los adultos en su relación con sus “subordinados”, es muy frecuente que hayan sido víctimas de diversas formas de maltrato en su infancia o bien que hayan sido testigos de la interacción violenta entre sus padres, cuando afinamos la mirada sobre ese pasado de malos tratos encontramos una secuencia comunicacional que se repite y que más tarde, se reproducirá en las interacciones adultas de estos hombres.

Al nacer, el ser humano pasa de un útero físico a un útero socio afectivo de relaciones familiares que se interrelacionan a su vez con otros agentes sociales. Ese útero es tan imprescindible como lo fue el útero físico para garantizar su supervivencia, puesto que las personas que lo componen son los encargados de garantizar los cuidados físicos, el bienestar emocional y de proporcionar los recursos y herramientas para integrar al niño-niña en el ecosistema social al que ha llegado. Por ello, incluso antes de nacer, la conducta y modelos relacionales están influidos y generados por la interrelación de una serie de elementos y agentes sociales.



El marco socio ecológico propuesto en 1979 por el Psicólogo Estadounidense Urie Bronfenbrenner nos brinda un instrumento de análisis social, que nos proporciona criterios de análisis para cualquier problema o dinámica social en la que queramos intervenir. Una persona se desarrolla en una serie de entornos que se engloban los unos a los otros. En cada nivel entran en juego una multiplicidad de factores que se interrelacionan entre sí. El primer nivel es la persona en sí misma, con sus características de personalidad, temperamentales, su historia personal y otros factores. El segundo nivel o microsistema engloba las relaciones interpersonales que la persona establece, con su familia, sus amigos, con la escuela, todos los entornos en los que la persona desarrolla relaciones personales. El tercer nivel o mesosistema hace referencia al entorno en donde estas relaciones tienen lugar, la comunidad, las instituciones que trabajan en esa comunidad, etc., hablamos de todo el entorno social. Y el cuarto y último llamado exosistema engloba los factores de la cultura en la que se enmarca este entorno social, factores como los valores culturales, la religión o los medios de comunicación.<sup>11</sup>

De este modo para analizar la conducta de una persona, se han de considerar todos los niveles del esquema, y el grado en que cada factor recogido en estos niveles influye en la persona.

Cada uno de los factores incluidos en los distintos niveles de este análisis son factores que influyen en la conducta de la persona pero no son causa única de la misma. En el marco explicativo de la violencia se establecen para cada ámbito los factores de protección (los que hacen más difícil que se de la violencia y favorecen el desarrollo óptimo de la persona) y los factores de riesgo (aquellos factores que tienen una influencia perjudicial, que posibilitan la violencia), porque no hay un solo factor incluido en el análisis que se pueda decir causa de la conducta por sí mismo. Es importante que los agentes sociales relacionados en cada nivel asuman su responsabilidad y emprender

---

<sup>11</sup> Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano. Barcelona. Paidós.

las acciones necesarias por un lado, para modificar los factores de riesgo y por otro, para promover, en cambio, los factores de protección. Así mismo no se deben excusar en otros aspectos para negar su responsabilidad o delegarla en otro agente. Cada agente contemplado en el análisis tiene su propia responsabilidad sobre el fenómeno. Este esquema impide, entre otras cosas, cualquier explicación reduccionista de los fenómenos sociales. La violencia en los medios de comunicación es un factor de riesgo, pero no es la única causa de la violencia interpersonal. Del mismo modo, la escuela y las familias deben ser los agentes socializadores y educativos primarios de un niño o niña, pero la escuela no puede asumir las funciones de las familias ni estas sustituir el aprendizaje de la escuela. No se trata de culpabilizar a nadie del problema de la violencia, sino de asumir de una forma activa y consciente la responsabilidad sobre él.

Dentro de este análisis conviene puntualizar. El individuo no es un receptor pasivo de las influencias de otros agentes sociales, sino un participante activo en su desarrollo. Algunas de sus capacidades, actitudes y limitaciones son factores de riesgo y otras en cambio son factores de protección ante la violencia y como tales han de ser analizadas e incorporadas a la intervención.

Factores que favorecen la supervivencia de la violencia doméstica: *Culturales*: Definición cultural de los roles sexuales apropiados. Expectativas asignadas a los diferentes roles dentro de las relaciones. Creencia en la superioridad innata de los varones. Sistemas de valores que atribuyen a los varones el derecho de propiedad sobre mujeres y niñas. Concepción de la familia como esfera privada bajo el control del varón. Aceptación de la violencia como medio para resolver conflictos.

*Económicos*: Dependencia económica de la mujer respecto al varón. Restricciones en el acceso al dinero contante y al crédito. Restricciones en el acceso al empleo en los sectores formales e informales. Restricciones en el acceso de las mujeres a la educación y a la capacitación.

*Legales:* Inferioridad jurídica de la mujer, ya sea según la ley escrita o según el derecho. Leyes en materia de divorcio, cuidado de los hijos e hijas, pensiones alimenticias y herencia. Definiciones jurídicas de la violación y los abusos domésticos. Bajo nivel de alfabetización jurídica entre las mujeres. Falta de tacto en el tratamiento de mujeres y niñas por parte de la policía y del personal judicial.

*Políticos:* Representación insuficiente de la mujer en las esferas del poder, la política, los medios de comunicación. Trato poco serio de la violencia doméstica. Concepción de la vida familiar como un asunto privado y fuera del alcance del control del Estado. Restricciones en la organización de las mujeres como fuerza política. Restricciones en la participación de las mujeres en el sistema político organizado.

Si podemos integrar conceptualmente estos elementos que surgen de la historia personal con aquellos otros provenientes de la incorporación de los estereotipos de rol de género masculino, podremos avanzar en la comprensión de la conducta violenta en el medio intrafamiliar. Sexualidad y violencia se entrecruzan a partir de un denominador común que está en la base de su construcción social: modelos sociales de control, poder y competencia, modelos familiares de interacciones violentas y escaso intercambio afectivo, modelos sexuales centrados en el desempeño. Modelos culturales, en fin, que asocian todo eso con la masculinidad.<sup>12</sup>

El modelo ecológico de Jorge Corsi (1995) o Lori Heise (1998) y el modelo propuesto por Enrique Echeburúa y Javier Fernández Montalvo (1998). Jorge Corsi (1995) considera que para entender las causas de los malos tratos hace falta tener en cuenta simultáneamente los factores que provienen de los diversos contextos en los que se desarrolla una persona:

---

<sup>12</sup> Kipen, A., Caterberg, M. (2006). *Maltrato, un permiso milenario. La violencia contra la mujer*. Barcelona. Intermon Oxfam.

- *El macrosistema:* Incluye las creencias y valores culturales sobre la familia y el papel de cada uno de sus miembros; la concepción sobre el poder y la obediencia en la familia, las actitudes hacia el uso de la fuerza como forma de resolver los conflictos familiares, las definiciones culturales sobre los roles familiares y los derechos y obligaciones de cada uno de sus miembros.
- *El exosistema:* Incluye el papel de las instituciones (familia, escuela, etc.) como legitimadoras de la violencia, los modelos violentos presentados en los medios de comunicación, el contexto económico y laboral, factores de tipo legal, el tipo de legislación sobre el problema, la impunidad de los perpetradores, el funcionamiento del sistema judicial, factores todos ellos que contribuyen a la victimización secundaria.
- *El microsistema:* Abarca elementos estructurales de la familia y patrones de interacción familiar, así como las historias personales de los miembros de la familia (violencia en la familia de origen, aprendizaje de formas violentas para resolución de conflictos, aislamiento, etc.).
- *El nivel individual:* Relativo a las dimensiones conductuales, cognitivas e interaccionales de las personas concretas involucradas en el maltrato.<sup>13</sup>

El modelo ecológico de Lori Heise (1998), por su parte, sugiere que en la génesis del maltrato se combinan los factores siguientes: a) factores que actúan en el marco sociocultural y del medio económico y social, entre ellos las normas que otorgan a los hombres control sobre el comportamiento de las mujeres, la aceptación de la violencia como forma de resolver conflictos, la noción de masculinidad ligada a la autoridad, el honor o la agresión, o los roles rígidos basados en el género; b) factores que actúan en el marco comunitario, comunidad o instituciones y estructuras sociales formales e informales, incluyendo pobreza, condición socioeconómica inferior o desempleo, relación

---

<sup>13</sup> Op. cit. p 8.

con compañeros delincuentes, aislamiento de las mujeres, o falta de apoyo social; c) factores que actúan en el marco familiar, relaciones o contacto inmediato donde el abuso tiene lugar, incluyendo conflictos matrimoniales, control masculino de los bienes y adopción de decisiones en la familia; y d) factores que actúan en el ámbito individual y características individuales del perpetrador que influyen en su comportamiento, como ser hombre, presenciar episodios de violencia matrimonial en la niñez, padre ausente o que rechaza a sus hijos, haber experimentado abuso en la niñez, o consumo de alcohol. Cuanto mayor sea el número de factores de riesgo presentes, mayor será la probabilidad de aparición del abuso y/o maltrato.<sup>14</sup>

El modelo de Enrique Echeburúa y Javier Fernández-Montalvo explica el desarrollo de la violencia en la pareja considerando que esta conducta violenta es el resultado de un estado emocional intenso (la ira) que interactúa con una actitud de hostilidad (resultado de estereotipos sexuales machistas, de la percepción de la indefensión de la víctima, de la existencia de celos patológicos, de la consideración de la violencia como una forma legítima de solucionar el problema, baja autoestima, etc.), unos factores precipitantes (consumo abusivo de alcohol o drogas, estrés o frustraciones de la vida cotidiana) y con una percepción de vulnerabilidad de la víctima (que no responderá). Además, muy frecuentemente las conductas violentas anteriores han quedado reforzadas porque con ellas el hombre violento ha logrado sus objetivos. A su vez, la sumisión de la víctima ha quedado reforzada porque con ella ha logrado, al menos temporalmente, el cese de la violencia.<sup>15</sup>

Por otra parte, desde una perspectiva feminista se considera que el maltrato tiene su origen en los valores culturales patriarcales que llevan a algunos hombres a tratar de someter a sus parejas o ex parejas. En este sentido, se considera que en las relaciones de maltrato suele existir una escalada de

---

<sup>14</sup> Heise, L. (1998). *La violencia contra las mujeres: un marco integrado y ecológico*. Barcelona. Greenwood.

<sup>15</sup> Echeburúa, E., Fernández-Montalvo, J. (1998). *Manual de violencia familiar*. Madrid. Siglo XXI.

violencia, con objeto de generar primero y mantener después el control y que la violencia en la pareja es ejercida por los hombres y padecida por las mujeres. En definitiva, la hipótesis es que la raíz del problema son las creencias y actitudes misóginas que sustentan el sistema patriarcal que impera en nuestra sociedad y que se reflejan en la familia y en la relación de pareja tradicional. Factores como el alcoholismo, la enfermedad mental, la marginación social, el nivel sociocultural bajo y otros argumentos utilizados durante largo tiempo como explicación de la conducta violenta masculina son considerados como posibles detonantes, pero no como determinantes de la misma. Se podría acordar que los hombres agresores no son, en su mayoría, enfermos clínicos, aunque si se podrían considerar enfermos sociales, en el sentido de que son personas que mantienen una gran adhesión a creencias tradiciones sobre la feminidad y la masculinidad, así como a los roles que se desprenden de ellas; personas con muchas dificultades para adaptarse a los cambios sociales y a la pérdida de lo que creen un privilegio legítimo propio: el control y dominio sobre sus parejas. Sus frustraciones, temores y carencias las arrojan sobre sus compañeras en un intento desesperado de mantener un status de superioridad que cada vez los envilece más.

El cambio en el rol de la mujer en las últimas décadas tanto en el ámbito privado (pareja, familia) como público (laboral, social) ha favorecido relaciones más democráticas en el núcleo familiar. Esto también ha hecho posible el definir la violencia como un problema pues la mujer tiene un mejor conocimiento de sus derechos, su papel en la pareja, la familia y en la sociedad.

### **1.2.2 Rasgos de la Mujer Maltratada.**

La violencia se establece progresivamente en la pareja, la mujer permite el maltrato, en algunos casos, porque se considera la principal responsable del buen funcionamiento del matrimonio y cree que este depende de sus propias habilidades para evitar conflictos y situaciones de violencia o ruptura matrimonial. La principal razón que demora o impide el abandono de la víctima

es el temor a las represalias, seguida de la dependencia económica y el miedo a perder los hijos o bien “dejar” a los hijos sin una imagen paterna.

Las mujeres que han sido víctimas de violencia tienen algunos rasgos de personalidad, cabe destacar que dichas características o rasgos se originan a partir de haber sufrido algún tipo de violencia y no antes, como por ejemplo:<sup>16</sup>

PERFIL DE LA MUJER MALTRATADA.			
<i>Dimensión Cognitiva:</i>	<i>Dimensión Comportamental:</i>	<i>Dimensión Psicodinámica:</i>	<i>Dimensión Interaccional:</i>
Minimizar la violencia. Creer en el supuesto cambio del agresor. Negar la violencia. Justificar la conducta violenta. Idealizar a la familia y ser madre. Tener cogniciones poco ajustadas a la realidad. Creer que la mujer es la responsable de la violencia. Creer en la adaptación al abuso. Auto desvalorizar sus capacidades	Aislamiento. Apatía. Dependencia del violento. Abandono de actividades. Realizar actos en contra de su propia voluntad. Trasladar la violencia recibida hacia los hijos o ancianos. Descuidar su físico. Estar alerta a los estímulos externos. Alerta exagerada. Trastornos del sueño. Trastornos del apetito, fatiga, irritabilidad. Reacciones sobresaltadas.	Reiteración de sentimientos, tales como: miedo, terror, angustia, dolor. Hipersensibilidad. Dificultad para controlar los propios sentimientos. Desamparo. Sentimiento de indefensión. Depresión. Soledad. Enfado. Nerviosismo. Ideas suicidas. Temor por el futuro.	Aislamiento social. Agresión. Timidez. Anulación personal.

Cuadro1. Perfil de la Mujer Maltratada, clasificación realizada por Leonore Walker.

<sup>16</sup> Walker, L. (1979). *La mujer maltratada*. Barcelona. Greenwood.

### **1.2.3 Consecuencias de la Violencia en el Desarrollo de la Mujer.**

La violencia es una vivencia que abarca todas las áreas del desarrollo de la persona y las consecuencias pueden afectarle de múltiples formas. Si los vínculos afectivos han proporcionado un modelo de relación afectiva estable y segura, en el que no quepa la violencia, las consecuencias de la vivencia de violencia por parte de un tercero van a ser mucho menores, puesto que la persona tendrá recursos para integrarla, defenderse de ella y que no afecte tanto a su desarrollo evolutivo. Si por el contrario la violencia proviene de estos modelos afectivos, esta violencia pasa a ser uno de los elementos constitutivos de este modelo de relación, de modo que pasa a ser normal ser agredido por las personas queridas planteando esa relación amor-violencia presente en la mayoría de relaciones en las que la víctima se desarrolle.

Es importante darse cuenta de que los efectos de la vivencia de maltrato en el desarrollo evolutivo de la persona varían enormemente en función de las siguientes variables: la duración y frecuencia del maltrato, así como la intensidad del mismo, el hecho de que se empleara la violencia física (cabe recordar que no siempre el uso de la violencia física agrava el maltrato porque algunas de las formas más graves de maltrato pueden darse aprovechándose del afecto de la víctima, manipulándola o amenazándola sin llegar a agredirla físicamente), quien es el agresor, la edad de este y de la víctima, algunas características de la personalidad de la persona como la timidez, la falta de asertividad o la dificultad para relacionarse o características de otro tipo de la víctima como la presencia de enfermedades o la discapacidad física, sensorial o psíquica y la influencia del entorno de la víctima.

En 1996, la Organización Mundial de la Salud (OMS) adoptó una resolución en la que remarcaba la importancia de la violencia, particularmente de la violencia contra las mujeres y sus consecuencias, así como de la necesidad de trabajar para prevenirla y tratarla.



Al año siguiente, adopto una nueva resolución en la que incidía en la importancia de reconocer la violencia contra las mujeres como un problema social y sanitario de primera magnitud que requiere acción urgente.

Según la OMS, las razones que convierten a la violencia contra las mujeres en un tema prioritario para los/as profesiones de la salud son los siguientes: por una parte, aunque su verdadera extensión sea difícil de conocer al tratarse en muchas ocasiones de un “delito oculto”, la violencia contra las mujeres produce padecimiento y consecuencias negativas para un porcentaje importante de la población femenina, por otra parte, cada vez son más los trabajos que señalan el impacto negativo de la violencia contra las mujeres sobre diversas e importantes cuestiones de salud, como la maternidad sin riesgo, la planificación familiar, la salud mental o las enfermedades crónicas. Finalmente hay que recordar que para muchas mujeres víctimas de estas formas de violencia los/as profesiones de la salud son su principal punto de apoyo.

Debemos tener en cuenta que en estas situaciones la primera gran víctima es la autoestima. Los sentimientos de indefensión, devaluación personal, o falta de capacidad, entre otros, están presentes en la gran mayoría de víctimas de violencia contra las mujeres.

En sus diferentes informes sobre el tema, la OMS ha señalado que las principales consecuencias de la violencia contra las mujeres sobre su salud pueden agruparse en resultados fatales y no fatales. Estos últimos incluirían tanto consecuencias sobre la salud física como sobre la salud mental de ellas mismas y/o de sus hijos/as.

Consecuencias a corto plazo.

*Físicas:* Pesadillas y problemas de sueño, cambio de hábitos de comida.  
*Conductuales:* Consumo de drogas y/o alcohol, conductas auto lesivas o suicidas.

*Emocionales:* Miedo generalizado, agresividad, culpa, vergüenza, aislamiento ansiedad, depresión, baja autoestima, sentimientos de estigmatización,

rechazo al propio cuerpo, síndrome de stress post traumático.  
*Sociales:* Déficit en habilidades sociales, retraimiento social.

Consecuencias a largo plazo.

Hay consecuencias de la violencia que permanecen o, incluso pueden agudizarse con el tiempo, hasta llegar a configurar patologías definidas.

*Físicas:* Dolores crónicos generales, hipocondría o trastorno psicossomático. Alteraciones del sueño y pesadillas recurrentes. Problemas gastrointestinales.

*Conductuales:* Intentos de suicidio. Consumo de drogas y/o alcohol.

*Sexuales:* Fobias sexuales, disfunciones sexuales. Falta de satisfacción sexual o incapacidad para el orgasmo. Alteraciones de la motivación sexual. Dificultad para establecer relaciones sexuales, auto valorándose como objeto sexual.

*Emocionales:* Depresión, ansiedad. Baja autoestima. Síndrome de estrés post traumático.

*Sociales:* Problemas de relación interpersonal, aislamiento. Dificultades de vinculación afectiva con los hijos. Mayor probabilidad de sufrir re victimización, como víctima de violencia por parte de la pareja.

Algunas víctimas pueden llegar a presentar Estrés Post Traumático dicho trastorno sobreviene como consecuencia de la exposición a un evento traumático que involucra un daño. Es una severa reacción emocional a un trauma psicológico extremo. En algunos casos, puede darse también debido a un profundo trauma psicológico o emocional y no necesariamente algún daño físico; aunque generalmente involucra ambos factores combinados. Surge como respuesta tardía o diferida a un acontecimiento estresante o a una situación (breve o duradera) de naturaleza amenazante o catastrófica.<sup>17</sup>

Las características típicas del trastorno de estrés post-traumático según la Clasificación Internacional de las Enfermedades decima versión CIE-10 son: episodios reiterados de volver a vivenciar el trauma desapego emocional claro

---

<sup>17</sup> *Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales.* Cuarte edición. (1994).

con embotamiento afectivo y la evitación de estímulos que podrían reavivar el recuerdo del trauma.<sup>18</sup>

### **Síndrome de la Mujer Maltratada.**

El síndrome de la mujer maltratada, definido por los Psicólogos Walker y Dutton se define como una adaptación a la situación aversiva caracterizada por el incremento de la habilidad de la persona para afrontar los estímulos adversos y minimizar el dolor, además de presentar distorsiones cognitivas, como la minimización, negación o disociación; por el cambio en la forma de verse a sí mismas, a los demás y al mundo. También se desarrollan sentimientos depresivos, de rabia, baja autoestima, culpa y rencor; y suelen presentar problemas somáticos, disfunciones sexuales, conductas adictivas y dificultades en sus relaciones personales.<sup>19</sup>

En resumen se presentan las siguientes características: Ansiedad y ataques de pánico, fobias, hipervigilancia, re-experimentación del trauma, recuerdos recurrentes, embotamiento emocional, autoestima deteriorada, depresión, puede presentar abuso de sustancias tóxicas. Autoengaño idealizando al maltratador y confiando en su no reincidencia, rechazo o minimización del peligro que corre, incluso exculpación del agresor. Alto nivel de ansiedad. Autoengaño idealizando al maltratador y confiando en su no reincidencia, rechazo o minimización del peligro que corre, incluso exculpación del agresor.

Marie-France Hirigoyen especialista en psiquiatría y psicoterapia familiar describe la diferencia entre dos fases que experimenta la mujer maltratada, las que se producen en la fase de dominio y a largo plazo. En la primera fase, la mujer está confusa y desorientada, llegando a renunciar a su propia identidad y atribuyendo al agresor aspectos positivos que la ayudan a negar la realidad. Se encuentran agotadas por la falta de sentido que el agresor impone en su vida,

---

<sup>18</sup> *Clasificación Internacional de enfermedades*. Decima versión. (1992).

<sup>19</sup> Op. cit. p 23.

sin poder comprender lo que sucede, solas y aisladas de su entorno familiar y social y en constante tensión ante cualquier respuesta agresiva de su pareja. Consecuencias a largo plazo refiriéndose a las etapas por las que pasan las víctimas a partir del momento en que se dan cuenta del tipo de relación en la que están inmersas. Durante esta fase, las mujeres pasan un choque inicial en el que se sienten heridas, avergonzadas, además de encontrarse apáticas, cansadas y suelen no mostrar interés en nada, en ella ni en los hijos.<sup>20</sup>

### **Síndrome de Indefensión Aprendida (SIA) o de "Desesperanza Inducida".**

La Indefensión aprendida, o adquirida fue postulada por el psicólogo Martin Seligman, refiriéndose a una condición psicológica en la que un "sujeto aprende a creer que está indefenso, que no tiene ningún control sobre la situación en la que se encuentra y que cualquier cosa que haga es inútil. Como resultado, permanece pasivo frente a una situación displacentera o dañina, incluso cuando dispone de la posibilidad real de cambiar estas circunstancias."<sup>21</sup>

Los expertos refieren este síndrome como una "adaptación psicológica", una salida posible que encontraron las víctimas para procesar tanto dolor. Cuando se ha sufrido violencia en todas sus manifestaciones ciertas situaciones se presentan como "sin salida" y antes de intentar cualquier acción para revertirla, se asumen como tal, en pleno convencimiento de que nada ya puede hacerse para mejorar dicha realidad, que no hay otra salida. Tras fracasar en su intento por contener las agresiones, prevenirlas, evitarlas o alejarse de ellas; y en un contexto de baja autoestima -reforzado día a día por la incapacidad por acabar con esa situación- las víctimas asumen lo que les pasa como un castigo merecido. Sufre una Pérdida del control que consiste en la convicción de que la

---

<sup>20</sup> Hirigoyen, M.F. (2006). *Mujeres Maltratadas: los mecanismos de la violencia en la pareja*. España. Paidós.

<sup>21</sup> Seligman, M. (1991). *El optimismo es una ventaja y un placer que se adquiere*. Buenos Aires. Atlántida.

posibilidad de revertir la situación le es ajena, es una creencia de que alguien decidirá por ella, con seguir y librarse de su agresor. La víctima siente que nada puede hacer frente a otro que todo lo puede, es mejor no intentar y esperar que todo pase. La intermitencia de las agresiones y el paso constante de la violencia al afecto, refuerza las relaciones de dependencia, que empeoran cuando la dependencia lo es también económica. Para dimensionar tal sometimiento, hay que destacar que la víctima llega a esa actitud, cuando a lo largo del tiempo, se han ocupado de destruir su autoestima, a través de métodos de lo más diversos: empleando el terror, los presagios de fracaso, el desaliento, la desconfianza de uno mismo y de los demás, la amenaza constante y todas las formas de división y sospecha.

Leonore Walker utilizando dicho modelo de la teoría del aprendizaje social de la desesperanza e indefensión aprendida, investigó por qué las mujeres golpeadas no pueden visualizar alternativas en situación de agredidas, concluyendo, entre otras cosas, que al ser aisladas y golpeadas en etapas iniciales de su relación, trataban de cambiar la situación con un relativo éxito traducido en la minimización o posposición la violencia, pero pasado un tiempo este control empezaba a disminuir y la violencia regresaba. Es decir era difícil que en un inicio de la relación se diera un episodio de violencia ya que resultaba relativamente fácil alejarse del agresor, por el contrario cuando la relación se afianzaba y se involucraba el maltrato no físico, sino de anulación emocional se podría decir que la víctima estaba “lista” para aguantar una serie de malos tratos donde no sería tan fácil alejarse del agresor y la relación violenta. Esta condición previene el que una mujer maltratada pueda percibir o actuar cuando se le presenta una oportunidad para poder escapar de la violencia. Se basa en la hipótesis de que las ideas e influencias sociales en una mujer facilitan la condición psicológica de impotencia, lo que hace que las mujeres se sientan incapaces de poder controlar positivamente sus vidas. La Dra. Walker expone que la “impotencia aprendida” es la responsable de la deficiencia cognoscitiva, emocional y conductual que se observa en la mujer

maltratada. Es lo que la afecta negativamente y la retiene en la relación abusiva.

- Características de la Indefensión Aprendida en mujeres víctimas de violencia: El maltrato repetitivo disminuye en la mujer su capacidad para responder, se convierte en sumisa. Su personalidad pasa a ser pasiva. La habilidad cognoscitiva para percibir el éxito cambia en la mujer. Ella no cree que su respuesta le traerá resultados favorables, así lo sean o no. La mujer maltratada no creerá que nada de lo que ella haga alterará el futuro o su destino.

El sentido de bienestar emocional pasa a ser precario y se vuelve más propensa a la depresión y a la ansiedad. Una mujer agredida es capaz de soportar durante muchos años malos tratos brutales, y no solo acepta esta situación, sino que llega a justificarla.

Los síntomas depresivos que padecen estas mujeres se manifiestan fundamentalmente mediante la apatía, la pérdida de esperanza y la sensación de culpabilidad. La mayoría de las mujeres que sufren maltrato están inmersas en una maraña de comportamientos para poder aguantar el infierno de la convivencia. Frente a los reiterados episodios de violencia y pensando que la situación no se va a modificar, la mujer se calla, por temor a que se produzca una agresión aún mayor, hacia ella o hacia sus seres queridos.

Andrés Montero desarrollo un modelo aplicable al ámbito de la violencia ejercida contra la mujer denominado el “Síndrome de Estocolmo Domestico”, identificado como un mecanismo cognitivo de autoprotección en la mujer maltratada.<sup>22</sup>

---

<sup>22</sup> Montero, A. (2001). *Síndrome de Estocolmo Domestico en Mujeres Maltratadas*. En mujeres en red. <http://sss.nodo050org./mujeresred/violencia-am.html>

El Síndrome de Estocolmo Domestico es caracterizado como el producto de una relación de defensa, montada tanto por la victima como por su agresor, en el marco de un ambiente disfuncional, a través de la suplantación, por parte de la víctima, de su modelo mental original (que influye en su estructura de personalidad y de conductas, determina sus reacciones, creencias, etc.); constituyéndose en auténticas estrategias de supervivencia. El efecto lógico es que la victima sometida a maltrato desarrollaría el síndrome para proteger su propia integridad psicológica. Entre las características generales del síndrome destacan las siguientes: Sentimientos positivos de la victima hacia el agresor, sentimientos negativos hacia personas o autoridades que quieran separarle del agresor, apoyo a las conductas y razonamientos del agresor, conductas de apoyo hacia el agresor, limitada capacidad de incorporarse o mantenerse en actividades que le ayuden a liberarse o desapegarse del agresor.

Cabe destacar que no se presenta en todas las víctimas de violencia domestica y que las características varían dependiendo de factores como el tiempo de duración, vinculo con el agresor, los factores protectores que haya adquirido durante su ciclo de vida, entre otros.

### **1.3 Mitos y Estereotipos sobre la Violencia Familiar hacia la Mujer.**

Según Graciela Ferreira investigadora especialista en el tema de la mujer maltratada menciona: un mito un estereotipo es una creencia errónea expresada de forma absoluta y poco flexible, a veces asumen formas de sentencias breves que no explican mucho y cuyo significado se sobreentiende. Proponen modelos y marcan pautas de actuación, ofrecen una guía de conducta, opinión, valores y actitudes y dan cierta seguridad e ilusión de conocimiento a quienes los utilizan. Ahorran el esfuerzo de analizar, reflexionar y evaluar críticamente los hechos. Permiten resolver una situación de forma rápida, las personas que los comparten se ponen de acuerdo de forma fácil, lo que resulta cómodo y tranquilizador. Son difíciles de desmentir por estar generalizados y formar parte de las convicciones sociales.

Las personas se aferran a ellos ya que es menos arriesgado que mantener una actitud más personal e individualizada. Son resistentes al tiempo y al razonamiento, no es fácil dejar de creer en ellos, aun ante la prueba de su falsedad y su absurdo, contienen gran carga emotiva como el miedo, la culpa, el odio, y tienden a culpar a la mujer y a justificar al maltratador.

*Mito:* A las víctimas de violencia domestica les gusta ser golpeadas

*Hecho:* No existe evidencia que soporte dicho mito, las mujeres buscan desesperadamente que el abuso termine, buscan estrategias de supervivencia que a veces no son las más adecuadas o le son negadas por instituciones encargadas de brindarle auxilio, o bien por la familia y termina por generarse en ellas un sentimiento de culpa que las hace caer en el sometimiento.

*Mito:* Las victimas jamás se atreven a abandonar al victimario, o bien, si lo hacen se vuelven a involucrar en relaciones de abuso y codependencia.

*Hecho:* Muchas mujeres abandonan a su pareja en repetidas ocasiones y tratan de permanecer lejos de ellos, pero el control financiero, problemas legales por los hijos, el poco apoyo de amigos y familiares provocan que ellas regresen al hogar. Si las mujeres reciben el apoyo adecuado incrementan sus posibilidades de romper con el círculo de la violencia que las invade a ellas y a la familia.

*Mito:* El alcohol o el abuso de sustancias nocivas a la salud, así como altos niveles de estrés provocan la violencia doméstica hacia la mujer.

*Hecho:* Solo en algunos casos el abuso de alcohol y sustancias, incrementa la frecuencia o severidad de episodios de violencia pero en la gran mayoría de los casos este hecho es usado como excusa. Estos hombres recurren al alcohol como excusa o justificativo para ejercer el maltrato. Los agresores deben asumir la responsabilidad por ambos problemas, un tratamiento orientado hacia el alcoholismo y/o la adicción a las drogas no detiene la violencia, incluso cuando se encuentran en proceso de recuperación muestran una alta incidencia de comportamiento agresivo. Muchos hombres sometidos a gran tensión psíquica por causas laborales o bien de carácter emocional no son violentos.

*Mito:* La violencia familiar solo se da en sectores de bajo nivel cultural y económico.



*Hecho:* Todos los tipos de violencia se dan en todas las clases sociales. En las clases bajas se evidencia más fácilmente la violencia física y tiene mayor rechazo social, pero parece que no hay rasgo típico ni perfil del maltratador, salvo el tener o haber mantenido una relación afectiva con la víctima.

*Mito:* El amor implica sufrimiento, cuando se ama realmente a una persona hay que aceptarla como esta sea, importando solo el amor que se siente.

*Hecho:* Mitificado por canciones, películas, novelas, etc., la mujer lo entiende como una entrega total, hace del amante lo fundamental de su existencia, se adapta a el, le perdona y le justifica, da el máximo valor a la relación con el e incluso se sacrifica por amor, confunde los celos y la dominación de el con una demostración de amor. Perseguir esto implica relaciones inmaduras, crueles y dolorosas y va unido a manipulación, presiones, mentiras, venganzas y trampas. Por el contrario una relación de afecto estimula a crecer, a superarse, da vitalidad y no deseos de ser anulado por el otro, supone respeto y responsabilidad mutua, no limita, no invade, no manipula, respeta la libertad.

*Mito:* Les ha de gustar que las golpeen, si no porque no denuncian.

*Hecho:* A pesar de las denuncias, las mujeres no tienen mucha protección, son escasas las órdenes de alejamiento y se incumplen con frecuencia, se le pide a la mujer que realicen actos cuando no hay atención suficiente, ni seguimiento en el tiempo. No se trata de evitar la denuncia, pero es imprescindible que primero la mujer tenga una estrategia bien elaborada, donde ira, con qué medios, durante cuánto tiempo, como se protegerá, como podrá seguir recuperándose. Las mujeres precisan atención jurídica, apoyo psicológico, apoyo social para su orientación, formación laboral y, en muchas ocasiones, apoyo económico no solo para ellas, sino también para sus hijos.

*Mito:* La violencia familiar es un asunto que solo involucra a dos personas y nadie más debe involucrarse en los problemas que la pareja tenga.

*Hecho:* Ninguna situación que dañe de este modo a un ser humano puede considerarse privada. Es un delito y está tipificado en el código penal. A pesar el compromiso personal que implica y la dificultad diagnóstica que en muchos casos supone, lo cierto es que hay obligación legal y, por supuesto, moral de

indagar, siempre respetando la decisión de las mujeres. Decir que es un asunto privado implica también desestimar el miedo de la mujer, colocándola de igual a igual con su agresor.<sup>23</sup>

#### **1.4 Masculinidad y Violencia.**

Existe una imagen de “lo masculino” que ha sido transmitida de generación en generación, y que raramente se somete a una reflexión crítica. Desde la temprana infancia se aprende que un “verdadero hombre” tiene que mostrarse fuerte, seguro de sí mismo, competitivo, ganador generando en definitiva una imagen cercana a la omnipotencia. Ese modelo de masculinidad también incluye prohibiciones como el no llorar, no mostrarse débil, temeroso, inseguro, no fracasar etc. La característica sobresaliente de este modelo es el hecho de estar constituido por rasgos “exteriores”. En efecto, todos los mandatos se refieren al hacer, al mostrar, al ocultar, al lograr etcétera. No parece tener mucha importancia la interioridad del hombre, aquella esfera que tiene que ver con sus sentimientos, su emociones, sus necesidades ya que esta situación los pondría en una imagen femenina, es así que para poder mantener el equilibrio el hombre necesita ejercer un permanente autocontrol para regular la exteriorización de sentimientos tales como el dolor, la tristeza, el amor, el temor, como una forma de preservar su identidad masculina.

Corsi refiere “es como si el hombre debiera estar permanentemente ofreciendo pruebas de su masculinidad ante un tribunal examinador constituido por todos aquellos que están más allá de las fronteras de su núcleo familias más íntimo.”<sup>24</sup>

El modelo masculino tradicional se apoya en dos elementos esenciales que configuran un verdadero perfil psicológico:

---

<sup>23</sup> Ferreira, G. (1989). *La mujer maltratada. Un estudio sobre las mujeres víctimas de Violencia Domestica*. Buenos Aires. Sudamericana.

<sup>24</sup> Op. cit. p 8.

- *Restricción emocional*: Consiste básicamente en no hablar acerca de los propios sentimientos, especialmente con otros hombres. Las necesidades emocionales de los hombres existen, pero parece que su expresión estuviera “prohibida” o reducida a algunos estereotipos.
- *Obsesión por los logros y el éxito*: La socialización masculina se apoya en el mito del “ganador”. Esto implica estar en un permanente estado de alerta y competencia. Para demostrar seguridad en esa carrera, es preciso ejercer un efectivo autocontrol represivo que regula la exteriorización de dolor, tristeza, placer, temor, etc. (sentimientos generalmente asociados con debilidad).

En el marco de una sociedad patriarcal, el varón se ve impulsado a construir su identidad, evitando todo lo que es culturalmente definido como “femenino”. El miedo a la feminidad pasa a ser el eje alrededor del cual se va estructurando lo masculino.

Badinter (1993) en su trabajo sobre la identidad masculina señala que, “a diferencia de la mujer que es, el hombre ha de hacerse. La identidad masculina se construye por oposición, por un proceso de diferenciación de lo femenino. Lo cual hace que podamos entender, en líneas generales a la masculinidad como una reacción más que como el resultado de un proceso de identificación donde para llegar a ser varón deberá realizar un largo trabajo de represión de las identificaciones femeninas iniciales y demostrar al mundo androcéntrico y homofóbico que él no se parece a una mujer ni a un homosexual.”<sup>25</sup>

Históricamente, los estudios acerca de la condición femenina precedieron a los que se ocupan de la condición masculina del mismo modo, los investigadores que comenzaron a ocuparse del tema de la violencia familiar se conectaron más rápidamente con el problema de las mujeres golpeadas, solo después se hizo evidente la necesidad de empezar a enfocar la problemática a los hombres golpeadores. Los estudios científicos sobre hombres que utilizan la violencia en

---

<sup>25</sup> Badinter, E. (1993). *La identidad masculina*. Madrid. Alianza Editorial.

el contexto intrafamiliar comenzaron hacia fines de los años 70. A medida que las investigaciones sobre el tema fueron develando la dinámica de las relaciones de abuso intrafamiliar quedo en evidencia que los golpes físicos eran solo una de sus manifestaciones, por los que se utilizo la denominación de “hombres golpeadores”.

Cuando hablamos de hombres golpeadores según Corsi nos referimos a todos aquellos que ejercen alguna de las formas de abuso (físico, emocional o sexual, etc.) con su esposa o compañera, ocasionándole algún tipo de daño (físico, psicológico, social, económico, etc.). Cuando los profesionales identificaron el cuadro y se interrogaron acerca del porque de la conducta del hombre golpeador, la primera explicación a la que se llevo fue la psicopatológica, es decir aquella con la cual psicólogos, psiquiatras, considerándolo psicológicamente enfermo y, por lo tanto, intentaron definir las patologías que estaban en la base de personalidad, poseían una personalidad sádica o bien pasivo-agresiva, que era individuos con características paranoides, personalidades borderline, en definitiva encuadrables dentro de un síndrome psiquiátrico que bien no favorecía en nada a la víctima y los mitos que señalan que la violencia conyugal es producto de una enfermedad, además que le quitaba al hombre maltratador responsabilidad de la violencia que ejercía considerándolo imputable ante el ejercicio de la ley.

Aunque posteriormente se detectaron factores más específicos en dichos hombres, la falta de una vivencia personal de seguridad es una de las características salientes del hombre, necesita ser sobrecompensada a través de una actitud externa firme, autoritaria, que no muestre esa debilidad interna que en el fondo existe. Son hombres que permanentemente perciben amenazados su autoestima y su poder.<sup>26</sup>

Cualquier situación conflictiva dentro del hogar o en la pareja los lleva a sospechar que pueden perder el control de la relación. Provocándoles un

---

<sup>26</sup> Op. cit. p 8.

estado de gran tensión e intentan retomar el control con el uso de la fuerza y la dominación de quien consideran inferior. Además se muestra la dificultad que tienen para comunicar sus sentimientos y lo que les afecta de cada situación, esta inhabilidad o incapacidad comunicativa específica conduce, muchas veces, a que en las situaciones conyugales se produzcan conflictos que por no saber cómo resolverlos de otra manera, tienden a solucionarlos por la vía violenta además de minimizarla, justificarla y externalizar la culpa.

Es difícil intentar un trabajo terapéutico con ellos. Ya que básicamente no hay suficiente grado de responsabilización por sus actos, por lo tanto, tampoco muestran necesidad de pedir ayuda para resolver estos problemas que no los perciben como propios, dado que la violencia no es asumida como un problema propio, trata de encontrar la responsabilidad afuera: en la mujer, en la familia, en los hijos, en la situación del país, en los problemas económicos, etc., la responsabilidad se dispersa en tantos niveles que, al no asumirse a si mismo como el “portador” del problema, tampoco reconoce que necesita ayuda y en consecuencia no la pide. Los hombres que utilizan la violencia como modalidad de resolución de conflictos interpersonales han incorporado un modelo que podemos rastrear en su propia historia de vida.

Es muy frecuente que hayan sido víctimas de diversas formas de maltrato en su infancia (incluido, en muchos caos, el abuso sexual), o bien que hayan sido testigos de la interacción violenta entre sus padres, baja autoestima, dependencia e inseguridad así como aislamiento emocional.

La imagen social que representan estos hombres es francamente opuesta a la que manifiesta en el ámbito intrafamiliar. En el mundo público, su imagen no es violenta, sino que llega a ser percibida como sumisa, alegre, tranquila. La violencia solo se desencadena dentro el hogar. Se muestra agradable frente a los demás, minimiza el problema e inhibe el enojo en el espacio extrafamiliar, habitualmente es muy seductor. Graciela Ferreira (1989) en su libro sobre hombres violentos describe lo que denomina la doble fachada, menciona que “el entorno social suele atribuirles cualidades muy positivas por la imagen que

sostienen en el ámbito extrahogareño, suelen ser simpáticos, tímidos, respetuosos, solidarios, comprensivos, tolerantes, razonables, divertidos, atentos, cordiales, etc.”<sup>27</sup>

Los maridos maltratadores están convencidos de que tienen pleno derecho de castigar a su esposa, porque ella es de su propiedad y no responde a sus expectativas. Frecuentemente encubren su comportamiento agresivo tras una imagen de desamparo, de un ser necesitado de afecto y protección. Sonkin y Durphy (1982) agregan un elemento significativo a este rasgo, al señalar que el problema reside en que muchos hombres no perciben el momento en el que comienzan a enojarse; crece en ellos la tensión sin que se den cuenta, hasta que finalmente explotan. Una de las causas es que, siguiendo el estereotipo de género masculino, se les ha enseñado desde pequeños que el enojo no es una emoción buena para expresar. Como resultado, no prestan atención a su propia ira, y si lo hacen procuran esconderla. Han aprendido a expresar su cólera por medios no saludables, tales como la violencia, advierten la imposibilidad actual de estos hombres de poder manifestar que se sienten molestos, enojados, lo cual los lleva a acumular una serie de tensiones que descargan en los más débiles, en la mujer y los hijos. De esta forma los golpeadores persiguen dos tipos de objetivos con su accionar violento: descargar la tensión acumulada que no pudieron expresar por medio de la palabra y consolidarse en una posición de superioridad respecto de la mujer, a la que inferiorizan, haciéndole sentir que solo cobra valor a su lado.<sup>28</sup>

El gran conflicto de los roles masculinos se centra en estas ideas culturales que con falsas y que aunque aparentemente muestran a un hombre fuerte y duro, dejan atrás el daño psicológico/emocional que en ellos se desarrolla generando una serie de conflictos a nivel físico y mental que al final lejos de dar resultados “buenos” solo genera repercusiones negativas en el.

---

<sup>27</sup> Op. cit. p 37.

<sup>28</sup> Sonkin, D., Durphy, M. (1982). Aprender a vivir sin violencia: un manual para los hombres. Estados Unidos. Volcano.

## **CAPÍTULO II.**

### **LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA FAMILIAR EN LA CIUDAD DE MÉXICO.**

La erradicación de la violencia contra las mujeres requiere una estrategia de intervención a diferentes niveles que implica tanto tratar las causas estructurales del problema (para prevenirlo) como proporcionar a las víctimas los servicios que requieran (inmediatos para su protección, a medio y largo plazo para su recuperación). Para que ello sea posible es necesario que intervengan diversos colectivos y estamentos en un amplio conjunto de acciones.

#### **2.1 Violencia Familiar y/o Doméstica Dirigida hacia la Mujer.**

Según la ley de acceso a las mujeres a una vida libre de violencia define que violencia contra las mujeres es toda acción u omisión que, basa en su género y derivada del uso y/o abuso del poder, tenga por objeto o resultado un daño o sufrimiento físico, psicológico, patrimonial, económico, sexual o la muerte a las mujeres, tanto en el ámbito público como privado, que limite su acceso a una vida libre de violencia.<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Op. cit. p 10.

El término de violencia doméstica alude a todas las formas de abuso que tienen lugar en las relaciones entre quienes sostienen o han sostenido un vínculo afectivo relativamente estable. Es aquella que puede ocurrir dentro o fuera del domicilio de la víctima, cometido por parte de la persona agresora con la que tenga o haya tenido parentesco por consanguinidad o por afinidad, derivada de concubinato, matrimonio o sociedad de convivencia.

“La violencia familiar es aquella que tiene lugar dentro de la familia, ya sea que el agresor comparta o haya compartido el mismo domicilio, y que comprende, entre otros, violación, maltrato físico, psicológico y abuso sexual.”<sup>30</sup>

“La etiología de la violencia doméstica es compleja y multifactorial, las actitudes socioculturales (desigualdades de género), condiciones sociales, relaciones conyugales, conflictos familiares, trastornos psicopatológicos, abuso de alcohol y drogas, y los aspectos biográficos como personalidad, historia de abusos y de violencia en la familia de origen se han relacionado con la aparición de violencia doméstica.”<sup>31</sup>

La Organización de las Naciones Unidas define la violencia hacia el género femenino como 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, al referirse a la violencia contra las mujeres declara: “es una manifestación de las relaciones de poder históricamente desiguales entre hombres y mujeres, que han conducido a la dominación de la mujer por el hombre, la discriminación contra la mujer y a la interposición de obstáculos contra su pleno desarrollo.

---

<sup>30</sup> Idem.

<sup>31</sup> Ruiz-Jarabo, C., Blanco, P. (2004). *La Violencia contra las mujeres: prevención y detección, como promover desde los servicios sanitarios relaciones autónomas, solidarias y gozosas*. España. Díaz de Santos.



La violencia contra la mujer a lo largo de su ciclo vital emana especialmente de pautas culturales, en particular de todos los efectos perjudiciales de algunas prácticas tradicionales o consuetudinarias y de todos los actos de extremismo relacionados con la raza, el sexo, el idioma o la religión que perpetúan la condición inferior que se le asigna a la mujer en la familia, el lugar de trabajo, la comunidad y la sociedad".<sup>32</sup>

Resuena en nuestra sociedad, cada vez con mayor intensidad, el eco de mujeres, víctimas todas ellas de un problema común, el maltrato, que a pesar del desarrollo de un clima social de denuncia e intolerancia, la magnitud de esta realidad sigue siendo al día de hoy desconocida. Tal vez, sería necesario recurrir para explicar la actual situación de una forma gráfica a la teoría del iceberg la cual muestra que la realidad que se percibe es solo la punta del iceberg, la mayor parte del problema permanece oculto a los ojos.

Así la violencia física coexiste con la psíquica y la sexual, aunque de estas dos últimas existen pocos trabajos por la dificultad inherente a la hora de medir o cuantificar y se concluye que el maltrato psíquico o la degradación son tantos o más intolerables y con consecuencias en la salud y el bienestar similares a las de la violencia física.

De esta forma la violencia se convierte tanto para las víctimas como para los agresores en un mal endémico que no distingue estatus social, económico y cultural, y acontece tanto en el ámbito urbano como en el ámbito rural.

Del mismo modo podemos observar que no existe tampoco límite de edad, que se articula sobre la base de una organización social construida desde el desequilibrio, la asimetría, el dominio y la desigualdad de los hombres frente a las mujeres, que encuentran en la violencia un modo de resolver los conflictos.

---

<sup>32</sup> Organización de las Naciones Unidas (1995) Cuarta conferencia mundial sobre la mujer. Beijing.

## 2.1.2 Tipos de Violencia contra la Mujer.

La ley de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia del distrito Federal refiere que los tipos de violencia son los distintos daños que puede ocasionar la violencia contra las mujeres como por ejemplo:

*1.-Violencia Psicoemocional:* Toda acción y omisión dirigida a desvalorar, intimidar o controlar su acciones, comportamientos y decisiones, que provoque en quien la recibe alteración autocognitiva y autovalorativa que integran su autoestima o alteraciones en alguna esfera de su estructura psíquica.

- Abuso verbal: rebajar, insultar, ridiculizar, humillar, utilizar juegos mentales e ironías para confundir, humillaciones y/o comparaciones destructivas.
- Intimidación: asustar a la víctima con miradas, gestos y/o gritos.
- Amenazas: de herir, matar, suicidarse, hacerle algún daño a los hijos o a la demás familia, chantaje, manipulación y/o amenazas de abandono.
- Aislamiento: control abusivo de la vida del otro, mediante vigilancia de sus actos y movimientos, escucha de sus conversaciones, impedimento de cultivar amistades, celos, dice a donde puede ir o no la víctima etc.
- Desprecio: tratar al otro como inferior o bien ignorándolo, desvalorar, descuido reiterado, tomar las decisiones importantes sin consultar al otro.
- Acoso: llamadas constantes por teléfono en un afán de control, seguir a la victima a donde vaya para verificar que dice la verdad.

*2.-Violencia Física:* Toda acción u omisión intencional que causa un daño en su integridad física. Es una invasión del espacio físico de la otra persona en contacto directo con el cuerpo de la otra persona mediante golpes, empujones y jalones. Tiene un impacto directo en el cuerpo de la persona maltratada.

*3.- Violencia Patrimonial:* Toda acción u omisión que ocasiona daño o menoscabo en los bienes muebles o inmuebles de la mujer y su patrimonio; también puede consistir en la sustracción, destrucción, desaparición, ocultamiento o retención de objetos, documentos personales, bienes o valores o recursos económicos.

4.-*Violencia Económica*: Toda acción u omisión que afecta la economía de la mujer, a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, en la restricción, limitación y/o negación injustificada para obtener recursos económicos, percepción de un salario menor por igual trabajo, explotación laboral, exigencia de exámenes de no gravidez, así como discriminación para la promoción laboral.

5.-*Violencia Sexual*: Toda acción u omisión que amenaza, pone en riesgo o lesiona la libertad, seguridad, integridad y desarrollo psicosexual de la mujer, como miradas o palabras lascivas, hostigamiento, prácticas sexuales no voluntarias, acoso, violación, explotación sexual comercial, trata de personas para la explotación sexual o el uso denigrante de la imagen de la mujer.

6.-*Violencia contra los Derechos Reproductivos*: Toda acción u omisión que limite o vulnere el derecho de las mujeres a decidir libre y voluntariamente sobre su función reproductiva, en relación con el número y espaciamiento de los hijos, acceso a métodos anticonceptivos de su elección, acceso a una maternidad elegida y segura, así como el acceso a servicios de aborto seguro en el marco previsto por la ley, a servicios de atención prenatal, así como a servicios obstétricos de emergencia.

7.-*Violencia Femicida*: Toda acción u omisión que constituye la forma extrema de violencia contra las mujeres producto de la violación de sus derechos humanos y que puede culminar en homicidio u otras formas de muerte violenta de mujeres.<sup>33</sup>

La violencia doméstica no siempre resulta fácil de definir o reconocer. En términos generales podríamos designarla como el uso deliberado de la fuerza para controlar o manipular a la pareja o al ambiente más cercano. Se trata del abuso psicológico, sexual o físico habitual. Sucede entre personas relacionadas afectivamente, la violencia doméstica no es solamente el abuso físico, los

---

<sup>33</sup> Op. cit. p 10.

golpes o las heridas. Son aun más terribles la violencia psicológica y la sexual por el trauma que causan que la violencia física, que todo el mundo puede ver. Hay violencia cuando se ataca la integridad emocional o espiritual de una persona. La violencia psicológica se detecta con mayor dificultad, la víctima que lleva cicatrices de tipo psicológicas le resulta más difícil comprobarlo. A la violencia física precede, a veces, años de violencia psicológica. La violencia psicológica es, despreciar a la mujer, insultarla de tal manera, que llega un momento en que esa mujer maltratada psicológicamente ya cree que se merece dicho maltrato.

Estos tipos de violencia pertenecen a una clasificación primaria que refiere Tartar-Goddet donde se define a la violencia simbólica y la violencia grave. En lo que se refiere a la violencia simbólica las consecuencias en quien la sufre no son objetivamente medibles, se expresan de una manera más cualitativa, bajo la forma de emociones más o menos intensas; emociones ligadas a la impresión de no existir para el otro en el momento de los hechos, de ser una cosa sin importancia. La intensidad de la molestia, del miedo, de la ansiedad, del estrés, de la angustia, etc., producidos por la violencia simbólica sufrida, es variable de una a otra persona. Las emociones sentidas se transforman en tensiones psíquicas, productoras de malestar. Deteriora los lazos psíquicos que existen entre los seres humanos. Los lazos simbólicos no son visibles de modo concreto, porque están regidos por los encuentros, los intercambios y la palabra. La violencia simbólica trata de las pequeñas violencias sufridas o hechas cotidianamente.

La violencia grave propia de un código jurídico, penal: Se trata de un hecho medible, codificado a nivel legal (una infracción y más exactamente un delito) y frente al cual las víctimas tienen derechos a los que acogerse. La violencia grave es más visible. Se trata de actitudes o actos social o jurídicamente

definidos, que atentan contra la integridad física o psíquica de las personas, contra la propiedad, contra la organización social (familiar, profesional...).<sup>34</sup>

Pequeñas violencias cotidianas que se producen en el entorno familiar, profesional, escolar, social, etc. Porque esas pequeñas violencias, en general de débil intensidad, se producen de manera fugaz e irregular. A veces, se ven como normales. Somos sucesivamente víctimas, autores y espectadores de ellas, a menudo sin darnos cuenta. Sin embargo, es necesario tratar de hacer su inventario para percibir las, definir las, reconocer las, ponerlas en palabras, porque esas pequeñas violencias (sufridas, producidas o recibidas) se suman en el interior de nuestro psiquismo y se transforman en tensiones internas. Cuando las tensiones acumuladas se hacen insostenibles pueden producir reacciones agresivas. Así las pequeñas violencias simbólicas pueden desestabilizar a quien es objeto de ellas y producir un malestar psicológico, más o menos vivo, del que no siempre se tiene conciencia.

No es fácil clasificar en la categoría de las violencias simbólicas algunos actos o actitudes que se practican en la vida cotidiana. La dificultad para definir, clasificar en el cuadro de violencias simbólicas algunos hechos está estrechamente ligada a las representaciones culturales o morales que tenemos de la violencia.

### **2.1.3 Diferencia entre Agresividad y Violencia – Agresión y Maltrato.**

En este sentido, se ha de establecer la diferencia entre violencia y agresividad, y dentro de esta agresión y maltrato como lo indica Corsi:

- *Agresividad*: Según su etimología, significa “ir hacia”. La agresividad es un componente fisiológico del ser humano, positivo para su desarrollo y supervivencia. Todos los seres tenemos una serie de capacidades que son positivas para garantizar la supervivencia, permitiendo la defensa de los ataques o activando al máximo los propios recursos en situaciones

---

<sup>34</sup> Tartar-Goddet, E. (2005). *Convivir con la violencia cotidiana*. Madrid. Mensajero.

de peligro. Es un componente además que tiene una duración limitada en el tiempo, puesto que no se puede vivir esa activación de forma prolongada, sobre todo dada la escalada de dicha activación durante ese periodo. Es decir que cuando la agresividad se dispara, es difícil controlarla para la persona, aunque uno de los aspectos que distingue al ser humano como especie animal es que puede controlar su conducta, incluida la agresividad. Tiene la capacidad de raciocinio para poder manejarla, pero es importante saber que cuanto más tarde se intente parar, mas difícil va a resultar.

La agresividad también tiene un componente positivo del ser humano que se emplea en situaciones de peligro y supervivencia, para sobrevivir o defenderse, no para hacer daño al otro. En el momento que se utilizan esas capacidades para dañar a otra persona, es cuando se es violento, y esa es una posibilidad que se aprende de los modelos relacionales, sociales y culturales en donde se desarrolla la persona.<sup>35</sup>

Los tipos de agresividad varían desde agresividad física, expresada por medio de golpes, la agresividad verbal, por medio de insultos y humillaciones, la violencia facial, por medio de gestos y muecas y la agresividad indirecta que se dirige hacia objetos de la persona afectada.

La agresividad presenta elementos de ataque y retirada, por ello se implica con otras conductas de autoprotección. Amenaza, ataque, sumisión o huida se presentan muy asociadas en la naturaleza. Es un ingrediente innato de la conducta de las especies animales, es una forma de conducta que coadyuva a la supervivencia de los más fuertes.

La agresividad humana es un comportamiento que manifiestas todos los seres vivos, y entre las personas también contribuye a la formación de la identidad y del carácter.

Santiago Genovés determina: “Es científicamente incorrecto decir que los humanos tienen mente violenta. Tenemos un aparato nervioso para

---

<sup>35</sup> Corsi, J. (2003). *Maltrato y abuso en el ámbito domestico. Fundamentos teóricos para el estudio de la violencia en las relaciones familiares*. Argentina. Paidós.

actuar violentamente, pero este no se activa automáticamente, nuestra manera de actuar se determina conforme hayamos sido condicionados y socializados. No son los genes los que llevan inscrita la violencia. Es la educación, la mala educación que hemos recibido”.<sup>36</sup>

- *Violencia:* La violencia no es un fenómeno simple, ni único. Existen distintas formas de violencia que abarcan fenómenos y realidades muy distintos entre sí. Es un fenómeno que se produce en escalada, que se autoalimenta, que crea un continuo de formas de violencia que van desde las más leves agresiones hasta la más severas formas de maltrato y es fundamental establecer donde comienza la violencia, cuando un comportamiento es violento.

La violencia es un comportamiento deliberado, que provoca, o puede provocar, daños físicos o psicológicos a otros seres y se asocia aunque no necesariamente, con la agresión física ya que también puede ser psicológica o emocional, a través de amenazas u ofensas.

Es importante entender que el daño que produce la violencia puede no limitarse a la persona contra quien va dirigida.

La violencia supone la vulneración de los derechos de la persona y el daño en su desarrollo, su integridad o su dignidad, o el riesgo de sufrirlo, fruto del abuso del poder que se tiene sobre esa persona.

Una persona violenta suele ser de carácter predominantemente egoísta, sin ningún ejercicio de la empatía.

- *Agresión:* En la agresión la violencia es puntual. Pegar un golpe o insultar. Es el comportamiento cuyo objetivo es la intención de hacer daño y ofender a alguien, ya sea mediante insultos o comentarios hirientes o bien físicamente, a través de golpes, violaciones, lesiones, etc. Se dan diferentes tipos de agresión como lo son: Agresión emocional u hostil se infringe sin más razón que la de provocar daño generalmente en respuesta a una previa agresión recibida.

---

<sup>36</sup> Genovés, S. (1991). Expedición a la violencia. México. UNAM-FCE.

Agresión instrumental: Daño que se produce con la intención de conseguir algo a cambio.

Agresión pasiva: Es no hacer nada, cuando se podía haber hecho algo, con la intención de perjudicar a alguien.

Agresión proyectiva: Agresión que no va dirigida a la persona que la ha provocado, sino que se proyecta sobre otras personas, animales u objetos a veces sin tener la consciencia de hacerlo.

Diversos factores se asocian con la agresión como puede ser la percepción e interpretación de las conductas de otras personas, factores sociales y culturales, en la sociedad actual hay una permisividad a la agresión y a las conductas violentas, el género que muestra que los hombres suelen ser más agresivos que las mujeres debido a factores biológicos como la mayor producción de testosterona y a factores educacionales, sentimientos negativos como la frustración, la ira, el dolor, el miedo y la irritación, el hacinamiento en las colonias, los medios de comunicación donde se muestra gran cantidad de información violenta y agresiva. Imágenes violentas que pueden aumentar las conductas agresivas en los espectadores incluyendo a los niños, y por último las figuras parentales, de padres agresivos suelen aunque no siempre, surgir hijos agresivos debido a que en la familia se promueven las conductas agresivas en la resolución de conflictos.

- *Maltrato*: El maltrato es la acción y efecto de tratar mal a una persona. El concepto está vinculado a una forma de agresión en el marco de una relación entre dos o más personas. No hay una definición única y precisa de maltrato, ya que sus características dependen del contexto. La violencia es lo que define la relación interpersonal, es algo mantenido en el tiempo. El maltrato más leve es aquel que se produce en una situación espontánea o esporádica y que suele estar relacionado con la falta de respeto y la agresión verbal. Cuando el maltrato es cotidiano, en cambio, resulta mucho más grave, ya que puede dejar marcas físicas y psicológicas en la víctima que dañan el desarrollo de la víctima. Para que



se dé el maltrato, tiene que ser una pauta con una intensidad, duración e intención determinadas. Dentro del concepto de maltrato a su vez se establecen distintas tipologías o formas como menciona Corsi.<sup>37</sup>

1.-Maltrato físico: Cualquier acción no accidental por parte de una persona hacia la víctima que provoque daño físico o enfermedad en la víctima o le coloque en grave riesgo de padecerlo.

2.-Negligencia y abandono físico: Toda situación en la que las necesidades básicas de la persona como alimentación, vestido, higiene, protección y vigilancia en las situaciones potencialmente peligrosas, educación y/o cuidados de la salud, no son atendidas temporal o permanentemente por ningún miembro del grupo que convive con la víctima.

3.-Maltrato y abandono emocional: Es la hostilidad verbal crónica en forma de insulto, desprecio, crítica o amenaza de abandono y constante bloqueo de las iniciativas de interacción (desde la evitación hasta el encierro o el confinamiento) por parte del agresor a la víctima, así como la falta de respuesta a las señales comunicativas de la víctima y expresiones emocionales.

4.-Abuso sexual: Cualquier forma de interacción física con o sin acceso carnal, realizado sin violencia o intimidación y sin consentimiento. Puede incluir penetración vaginal, oral y anal, caricias o proposiciones verbales explícitas.

Dentro de esta tipología de abuso sexual, se destaca además las siguientes categorías:

Agresión sexual: Cualquier forma de contacto físico con o sin acceso carnal con violencia o intimidación y sin consentimiento de la víctima, el ejemplo más claro de esto es la violación.

Abuso y agresión sexual se diferencian únicamente por el uso de la violencia o intimidación.

---

<sup>37</sup> Op. cit. p 50.

Explotación sexual: El abusador persigue un beneficio económico. Y se distinguen diferentes modalidades a tener en cuenta, puesto que presenta distintas características e incidencias como por ejemplo la trata con fines de explotación sexual, prostitución, pornografía etc., todo ello forzando a la víctima.

5.- El maltrato institucional: Cualquier legislación, programa, servicio actuación y procedimiento, ya sea por acción o por omisión, procedente de los poderes públicos o privados y de sus actuaciones, que vulnere los derechos básicos de la víctima, con o sin contacto directo con ella. Se incluye la no adopción de medidas de protección o la falta de agilidad en la adopción de las mismas o la escasez de recursos suficientes para adoptar esas medidas, entre otros.

El ser humano es agresivo por naturaleza, pero es pacífico o violento según su propia historia individual y la cultura a la que pertenece; la agresividad es una potencialidad de todos los seres vivos, mientras la violencia es un producto netamente humano. La violencia se concibe como una modalidad cultural, conformada por conductas destinadas a obtener el control y dominio sobre otras personas. La diferencia entre agresividad y violencia se deriva de que exista o no una intención de causar daño a uno mismo o a otro individuo, por tanto la principal diferencia entre agresividad y violencia se coloca en la mayor intensidad e intencionalidad de daño por parte de la segunda.

## **2.2 La Violencia hacia las Mujeres desde una Perspectiva de Género.**

La perspectiva de género según la Ley de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia alude a una visión crítica, explicativa, analítica y alternativa que aborda las relaciones entre los géneros y que permite enfocar y comprender las desigualdades construidas socialmente entre mujeres y hombres y establece acciones gubernamentales para disminuir las brechas de desigualdad entre mujeres y hombres.<sup>38</sup>

---

<sup>38</sup> Op. cit. p 10.

El sexo es un término que se refiere a las características biológicas y a las estructuras que se relacionan con la reproducción. Se habla de sexo cromosómico, de sexo genital refiriéndose a genitales externos e internos y de sexo hormonal.

El termino género es más amplio que el de sexo, ya que incluye las categorías socioculturales que caracterizan las conductas femeninas y masculinas de los seres humanos. Comienza a circular en las ciencias sociales y en el discurso feminista con un significado propio y como una acepción específica (distinta de la caracterización tradicional del vocablo que hacía referencia a tipo o especie) a partir de los años setenta. No obstante, sólo a fines de los ochenta y comienzos de los noventa el concepto adquiere consistencia y comienza a tener impacto en América Latina. Entonces las intelectuales feministas logran instalar en la academia y las políticas públicas la denominada “perspectiva de género”.<sup>39</sup>

En 1955 John Money propuso el término “papel de género” para describir el conjunto de conductas atribuidas a los varones y a las mujeres, pero ha sido Robert Stoller quien estableció más claramente la diferencia conceptual entre sexo y género.

Podemos analizar el mundo desde diversas categorías sociales, la raza, la edad, la clase social. El género es otra categoría. No es biológica, por lo tanto no es “natural”. Es un constructo social e histórico, es decir, sometido a cambio según las características propias de cada sociedad, en un momento dado.

Lo femenino o lo masculino no se refiere al sexo de los individuos, sino a las conductas consideradas femeninas o masculinas.

El género define el conjunto de características diferenciadas que cada sociedad asigna a hombres y a mujeres. Como la asignación se realiza en el nacimiento, en función de los genitales externos, tiende a confundirse sexo con género, por

---

<sup>39</sup> Tubert, Silvia. (2003.) *Del sexo al género. Los equívocos de un concepto*. Madrid. Cátedra.

lo tanto biológico con social. Es pues una categoría universal que atañe a todos los seres humanos que predeterminara nuestras vidas desde el nacimiento. Las características y valores asignados a mujeres y hombres son distintos según las diferentes sociedades, pero todas tienen en común que los hombres han de tener valor, fortaleza, autoridad y dominio; y las mujeres en el polo opuesto, han de ser fundamentalmente buenas, en el sentido de obediencia y sumisión. Estas características diferenciadas son asimiladas por uno y por otras en los diferentes procesos de socialización, a través de los cuales adquirimos la identidad de género, que es la “auto percepción que cada persona tiene de sí misma y que va a determinar nuestra forma de sentirnos, de pensarnos, y de sentir y pensar el mundo en el que vivimos, que a su vez determina nuestro comportamiento.”<sup>40</sup>

La identidad de género es diferente al rol de género, que es el conjunto de expectativas que la sociedad tiene sobre los comportamientos que considera apropiados para cada persona según su sexo. Del hombre se esperaba y se sigue esperando que sea el proveedor económico de la familia así como la autoridad, el que decide en última instancia. De la mujer se espera que sea madre y esposa, cuidadora del bienestar físico y emocional de la familia.

Surgen los estereotipos de género, que son el conjunto de creencias socialmente vigentes sobre las características de los hombres y las mujeres. Son creencias cerradas y estereotipadas que alimentan “el ideal femenino” y el “ideal masculino”, mantenidas, fomentadas y mediatizadas por los diferentes agentes de comunicación, los estereotipos de género venden sus “ideales” como naturales, eternos e inalterables.

El ideal femenino caracteriza a las mujeres como emotivas, sensibles y dependientes. Aquellas mujeres que pretendan ser asertivas y competentes serán con frecuencia calificadas como neuróticas o histéricas.

---

<sup>40</sup> Idem.

Aparecen los prejuicios de género, que son las actitudes negativas que se generan hacia un grupo de personas en razón de su condición sexual a las que se pretende marginar.

Lo mismo sucede con el ideal masculino que caracteriza a los hombres como autónomos, fuertes, racionales. Aquellos hombres que pretendan ser emotivos y empáticos serán calificados como poco masculinos, débiles y homosexuales. Sobre ellos se generan prejuicios para marginar socialmente.

En los últimos años se produjo un importante avance en las ciencias sociales, al incorporarse los denominados estudios de la mujer como un nuevo paradigma. El género, como categoría social, es una de las contribuciones teóricas más significativas del feminismo contemporáneo. Esta categoría analítica surgió para explicar las desigualdades entre hombres y mujeres, poniendo el énfasis en la noción de multiplicidad de identidades. Lo femenino y lo masculino se conforman a partir de una relación mutua, cultural e histórica.

El género es una categoría transdisciplinaria, que desarrolla un enfoque globalizador y remite a los rasgos y funciones psicológicas y socioculturales que se le atribuye a cada uno de los sexos en cada momento histórico y en cada sociedad.

La perspectiva de género es una herramienta de análisis que nos permite identificar la forma como cada sociedad simboliza y construye la diferencia sexual, fabricando ideas de lo que deben ser los hombres y las mujeres, a través de las tradiciones, los valores y los estereotipos, generando con ello condiciones de discriminación y desigualdad. Asimismo, nos permite ver que dicha construcción puede ser modificada en beneficio de la misma sociedad.

Emerge como una categoría de análisis de la realidad social y política a fines del Siglo XX y comienzos del Siglo XXI. De contornos difusos y ambiguos, podemos decir que, centralmente, supone una antropología que considera que lo femenino y lo masculino son dimensiones de origen cultural en el ser humano, quitando toda relevancia al dato biológico. De esta forma, la

perspectiva de género sería una clave de interpretación de la sociedad que pretende discernir y denunciar los condicionamientos culturales que oprimen a la mujer y a su vez, que promueve iniciativas para liberar a la mujer de esos condicionamientos.

Para esta perspectiva el progreso de la mujer requeriría que se libere a toda la sociedad de las “construcciones sociales” que puedan significar opresión de la mujer, de modo que el hombre y la mujer sean iguales. Así, la perspectiva de género abarca diversas acciones entre las que podemos mencionar según Julia Chávez: Distribución de métodos anticonceptivos en el marco de las políticas de salud reproductiva. Campañas para garantizar a las mujeres el acceso a un aborto legal y seguro. Actividades de capacitación y difusión de la perspectiva de género, incluyendo campañas en los medios masivos de comunicación social. Acciones enfocadas a grupos considerados de riesgo, entre los que se destacan las personas menores de edad. Inclusión del "cupo de género" en los distintos niveles de organización social y política. Legalización de la unión de personas del mismo sexo con pretensión de que sea equiparada al matrimonio y con posibilidad de adopción. En materia educativa estrategias de intervención en los textos escolares en orden a la eliminación de todas las visiones estereotipadas sobre hombre y mujer.

En general la categoría de género es una definición de carácter histórico y social acerca de los roles, identidades y valores que son atribuidos a varones y mujeres e internalizados mediante los procesos de socialización.<sup>41</sup>

Algunas de sus principales características y dimensiones son: 1) es una construcción social e histórica (por lo que puede variar de una sociedad a otra y de una época a otra); 2) es una relación social porque descubre las normas que determinan las relaciones entre mujeres y varones; 3) es una relación de poder porque nos remite al carácter cualitativo de esas relaciones; 4) es una relación

---

<sup>41</sup> Chaves, J. (2004). *Perspectiva de Género*. México. Plaza y Valdés.

asimétrica; si bien las relaciones entre mujeres y varones admiten distintas posibilidades (dominación masculina, dominación femenina o relaciones igualitarias), en general éstas se configuran como relaciones de dominación masculina y subordinación femenina; 5) es abarcativa porque no se refiere solamente a las relaciones entre los sexos, sino que alude también a otros procesos que se dan en una sociedad: instituciones, símbolos, identidades, sistemas económicos y políticos, etc.; 6) es transversal porque no están aisladas, sino que atraviesan todo el entramado social, articulándose con otros factores como la edad, estado civil, educación, etnia, clase social, etc.; 7) es una propuesta de inclusión porque las problemáticas que se derivan de las relaciones de género sólo podrán encontrar resolución en tanto incluyan cambios en las mujeres y también en los varones; 8) es una búsqueda de una equidad que sólo será posible si las mujeres conquistan el ejercicio del poder en su sentido más amplio como poder crear, poder saber, poder dirigir, poder disfrutar, poder elegir, ser elegida, etcétera.<sup>42</sup>

Los cambios socioeconómicos han generado cambios evidentes en la vida de las mujeres. Existen disposiciones legales en la mayoría de estas sociedades que regularizan la no discriminación de la mujer en el ámbito laboral y educativo. Al rol tradicional de la mujer ama de casa, se superponen nuevos roles femeninos, que generan conflictos psicosociales, pues se enfrentan al orden tradicional que asignaban tareas diferentes y diferentemente valoradas a uno y a otro sexo.

### **2.2.1 El Ciclo de la Violencia Conyugal.**

En 1979 la Psicóloga Estadounidense Leonore Walker propone el llamado ciclo de la violencia conyugal. Uno de los aspectos más importantes es que la violencia desaparece y reaparece en diferentes momentos, el proceso de maltrato tendría una forma cíclica que se desarrolla en tres fases:

---

<sup>42</sup> Asamblea General de las Naciones Unidas. (1981). *Carta Internacional de los derechos humanos de las mujeres*.

- *Fase 1 Acumulación de Tensión:* Se caracteriza por una escalada gradual de tensión que se manifiestan en actos que aumentan la fricción en la pareja. El hombre violento expresa hostilidad, pero no en forma explosiva. La mujer intenta calmar, complacer o, al menos, no hacer aquello que le pueda molestar a la pareja, en la creencia irreal de que ella puede controlar la agresión. Hay un comportamiento agresivo, mas habitualmente hacia objetos que hacia la pareja, la violencia se mueve desde las cosas hacia la pareja y puede haber un aumento del abuso verbal y del abuso físico. La duración puede ser de semanas, días, meses o años. Pero esta sigue aumentando y cada vez se va acortando la duración con el transcurrir del tiempo.
- *Fase 2 Episodio Agudo de Violencia:* Estalla la violencia psíquica, física y/o sexual pudiendo ocasionar la muerte en la victima. Aparece la necesidad de descargar las tensiones acumuladas. El abusador hace una elección acerca de su violencia donde aparecen los golpes como resultado del episodio la tensión y el stress desaparecen en el abusador mostrándose relajado y calmado y la mujer se muestra confundida. Por lo general, antes de estos episodios el agresor aumenta la intensidad de la agresión, acusaciones, denigración, insultos y amenazas, y va creando un clima de miedo constante en la victimas. Los tiempos entre cada episodio agudo son variables e impredecibles. A veces los episodios de violencia física sobrevienen a diario, otras veces nunca llegan a la violencia física, incluso pueden pasar años entre un episodio de violencia física y otro. Es en esta fase cuando la mujer suele denunciar los malos tratos y en la que puede decidirse a contar lo que está pasando. Se debe tener en cuenta que el hecho de que los episodios agudos de violencia sean poco frecuentes no implica, necesariamente, que el grado de maltrato sea menor, ya que lo más probable es que exista mayor tiempo de acumulación de tensión en la que predomina el maltrato psicológico.
- *Fase 3 Fase de Conciliación o Luna de Miel:* Se caracteriza por un periodo de calma, no violento y de muestras de amor y cariño en la que



el hombre violento se arrepiente, pide perdón, le hace promesas de cambio o le hace regalos. En esta fase, puede suceder que el golpeador tome a su cargo una parte de la responsabilidad por el episodio agudo, dándole a la pareja la esperanza de algún cambio en la situación a futuro. Actúan como si nada hubiera sucedido, prometen buscar ayuda, prometen no volver a hacerlo, Este momento supone un refuerzo positivo para que la mujer mantenga la relación. También le permite ver el “lado bueno” de su pareja, fomentando la esperanza de que puede llegar a cambiar, etc. Si no hay intervención y la relación continua, hay una gran posibilidad de que la violencia haga una escalada y su severidad aumente. Luego de un tiempo se vuelve a la primera fase y todo comienza otra vez, la fase de agresión se repita más a menudo o se está todo el tiempo entre la tensión y la agresión, sin apenas fase de conciliación.<sup>43</sup>

### **2.3 Las Mujeres como objeto de Violencia y su consideración como un problema de Interés Público.**

Violencia contra las mujeres es un término que se refiere a toda forma de violencia ejercida mediante la fuerza física o la amenaza de recurrir a ella, cuyo denominador común es ser ejercida contra las mujeres por su condición de tales.

Es así que a violencia contra las mujeres no es en absoluto un fenómeno nuevo; sin embargo, su reconocimiento como problema social y su visibilización si es relativamente reciente, analizando detenidamente el proceso de toma de conciencia social sobre la violencia de género, tomando como referencia el concepto de problema social y revisando dos ejemplos, el maltrato de mujeres y el acoso sexual. El reconocimiento de la violencia contra las mujeres está siendo asumido paulatinamente por los diversos organismos internacionales.

---

<sup>43</sup> Op cit. p 23.

La convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW, 1979) insta a los estados firmantes a establecer medidas legislativas y de otra índole que prohíban la discriminación contra la mujer. En 1992 el comité creado para la vigilancia de la ejecución de esta convención incluyó la violencia por razón de género como una forma más de discriminación y las medidas que deben adoptarse para eliminarla. En cuanto a sus efectos sobre la salud, recomienda a los estados que ofrezcan servicios de apoyo a todas las víctimas, como refugios, servicios de rehabilitación y orientación.

Por su parte la asamblea general de Naciones Unidas en 1993 adoptó la declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer donde afirma que la violencia de género deteriora o anula el desarrollo de las libertades y pone en peligro los derechos humanos fundamentales de las mujeres, la libertad individual y la integridad física de las mujeres. Define las múltiples formas en que estados, comunidades y personas ejercen violencia de género contra las mujeres, encuadrando en ellas los malos tratos perpetrados por la pareja (marido, ex cónyuge, novio...).

La Conferencia Mundial de Derechos Humanos (1993) adoptó la declaración de Viena y el Programa de Acción donde se reconocen los Derechos Humanos de las mujeres como parte de los derechos humanos universales y afirma que las violencias por razón de sexo deben ser eliminadas. Admite que son el resultado de prejuicios culturales que son incompatibles con la dignidad y el valor de la persona.

Hay que destacar muy especialmente la “Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer” (ONU, 1994) en la que se define la violencia contra la mujer (también llamada violencia de género o violencia sexista) como “todo acto de violencia basado en el género que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de la libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la vida privada” e incluye “la violencia física, sexual y psicológica en la familia, incluidos los golpes, el abuso sexual de las niñas en el hogar, la violencia

relacionada con la dote, la violación por el marido, la mutilación genital y otras prácticas tradicionales que atentan contra la mujer, la violencia ejercida por personas distintas del marido y la violencia relacionada con la explotación; la violencia física, sexual y psicológica al nivel de la comunidad en general, incluidas las violaciones, los abusos sexuales, el hostigamiento la intimidación sexual en el trabajo, en instituciones educacionales y en otros ámbitos, el tráfico de mujeres y la prostitución forzada; y la violencia física, sexual y psicológica perpetrada o tolerada por el Estado, dondequiera que ocurra”.<sup>44</sup>

Las diferentes formas de violencia contra las mujeres a las que se refiere la definición propuesta por la ONU, expuesta anteriormente, están presentes, según los casos, con mayor o menor probabilidad a lo largo de los diferentes momentos del ciclo vital de las mujeres.

En la declaración de la Organización de las Naciones Unidas sobre la eliminación de la violencia contra la mujer, en los artículos 1 y 2 se especifica que violencia contra la mujer significa cualquier acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino, que tenga o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o psicológico para la mujer, que incluye las amenazas de tales actos, la coacción, o la privación arbitraria de la libertad tanto si se produce en la vida pública como en la privada.

Abarca los siguientes actos:

- A) La violencia física, sexual o psicológica que tenga lugar en la familia, incluyendo los malos tratos, el abuso sexual de niños en el ámbito familiar, la violencia relacionada con la dote, la violación marital, la mutilación genital femenina y otras prácticas tradicionales dañinas para la mujer, los actos de violencia perpetrados por otros miembros de la familia y la violencia referida a la explotación.

---

<sup>44</sup> Organización de las Naciones Unidas (1994). *Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer*.

- B) La violencia física, sexual o psicológica que suceda dentro de la comunidad, que incluye la violación, el abuso sexual, el acoso y la intimidación sexual en el trabajo, en instituciones educativas o en otros lugares de la comunidad, el tráfico sexual de las mujeres y la prostitución forzada.
- C) La violencia física, sexual o psicológica perpetrada o tolerada por el estado donde quiera que esta ocurra.

La conferencia internacional sobre población y desarrollo (1994), adoptó el Programa de Acción que recalca que el avance de la igualdad en materia de género, el empoderamiento de la mujer y la eliminación de todas las formas de violencia contra la mujer, son las piedras angulares de los programas relacionados con la población y el desarrollo. Exhorto a los gobiernos a tomar medidas de amplio alcance para prevenir y eliminar todas las formas de explotación, maltrato, acoso y violencia contra la mujer así como medidas para rehabilitar a las víctimas.

La Convención de Belém do Pará en el año 1994 adoptada por la Organización de los Estados Americanos (OEA), ha significado un innegable avance en el sistema interamericano, al establecer el propósito de los derechos humanos de las mujeres a una vida libre de violencia y de los deberes de los Estados en cuanto a la adopción de medidas, a nivel de leyes y políticas públicas nacionales, para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres en el ámbito público y privado.

El concepto de empoderamiento aplicado a las mujeres surge en 1984 en la India lo introduce en la III Conferencia Mundial de la Mujer celebrada en Nairobi en 1985. Posteriormente toma plena vigencia a partir de la IV Conferencia de Pekín. Este término se refiere al aumento de la participación de las mujeres en el acceso al control de recursos materiales (físicos, humanos o financieros), intelectuales e ideológicos hasta llegar a una contribución plena para la construcción de la sociedad que permita su participación en igualdad de condiciones con los hombres, tanto en la vida económica y política como en la

toma de decisiones a todos los niveles. Todo ello supone para las mujeres ganancias en autoestima, educación, información y derechos, es decir poder.

Según la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Distrito Federal define el empoderamiento de las mujeres como aquel “proceso que permite el tránsito de las mujeres de cualquier situación de opresión, desigualdad, discriminación, explotación o exclusión hacia un estadio de conciencia, autodeterminación y autonomía, que se manifiesta en el ejercicio pleno de sus derechos y garantías.”<sup>45</sup>

Las unidades de atención y prevención de la violencia familiar se apegan a los estatutos que marca la ley para lograr el empoderamiento brindando atención especializada a todas aquellas personas que viven algún tipo de violencia familiar ofreciendo un modelo único de atención el cual se centra en identificar la problemática, determinar las prioridades de la víctimas, orientar, canalizar, brindar acompañamiento y seguimiento así como brindar orientación jurídica legal y psicológica.

Dicho término es adoptado por las instituciones gubernamentales que luchan por conseguirlo aunque el concepto de empoderamiento surge desde la lucha feminista, como un término orientado a identificar mecanismos y condiciones para que las mujeres equilibren su poder frente a los hombres.

“El empoderamiento se relaciona, con el poder, cambiando las relaciones en favor de aquellos que con anterioridad tenían escasa autoridad sobre sus propias vidas.”<sup>46</sup>

Psicológicamente el empoderamiento de la mujer tiene que ver con el poder que esta tiene sobre recursos físicos, humanos, financieros, de su propio ser y regulación de sus emociones, y control sobre la ideología como son creencias,

---

<sup>45</sup> Op. cit p 10.

<sup>46</sup> Casique, I. (2004). Poder de decisión y autonomía de la mujer mexicana. Análisis de algunos condicionantes. México. Universidad Nacional Autónoma de México.

valores y actitudes involucrando el manejo de sus emociones para alcanzar un crecimiento emocional de manera inteligente y eficiente que le permita tener relaciones sanas. Si el poder significa control, el empoderamiento, por tanto, es el proceso de ganar control y responsabilidad sobre lo que se siente, piensa y hace involucrándose primero a uno mismo y después a los demás.

En la cuarta Conferencia Mundial sobre la mujer se reconoce que la eliminación de la violencia contra la mujer es esencial para la igualdad, el desarrollo y la paz. Exhorto a los estados a reconocer la vulnerabilidad frente a la violencia de las mujeres que pertenecen a grupos como los refugiados, los desplazados, inmigrantes y las personas con discapacidades.

La Organización Mundial de la Salud ha identificado la violencia contra las mujeres como un factor esencial en el deterioro de su salud, ya que las agresiones físicas, psíquicas y sexuales, sean estas puntuales o repetitivas, de baja o alta magnitud provocan serios daños en quien la sufre. La violencia de género no tiene barreras de clase, casta, educación, sexualidad, cultura, raza ni edad, la gran mayoría de los actos violentos, particularmente de agresiones sexuales, son producidas por hombres, frecuentemente el agresor es un hombre conocido, en cuyo caso la probabilidad de abusos repetitivos es mayor, la violencia de género se comete fundamentalmente cuando existen vínculos afectivos o de parentesco, familia, padres, hijos, marido, compañero sexual, amigos , y cuando existen vínculos laborales con autoridad (relaciones

En definitiva, es un hecho que a lo largo de los últimos años diversos organismos internacionales han ido reconociendo la importancia de la violencia de género como problema social y de salud, y a su vez han incentivado la necesidad de estudiarla y elaborar estrategias destinadas a la búsqueda de soluciones.

A finales de los años setenta surgen en los Estados Unidos los llamados Estudios de las Mujeres (o de Género o Feministas), directamente relacionados con el movimiento feminista y que venían a unir la práctica política con la

revisión crítica del conocimiento científico y sus sesgos androcentricos, con el objetivo final de participar en la mejora de la situación de las mujeres y de alcanzar el principio de igualdad de oportunidades. Esta ola de feminismo académico se extiende rápidamente a las diferentes disciplinas, y entre ellas a la Psicología.

Cuando hablamos de Psicología feminista nos referimos al “intento de desmitificar la pretendida neutralidad del conocimiento psicológico y de cuestionar los valores, prejuicios y estructuras de autoridad académica y científica tradicionales, poniendo de manifiesto el androcentrismo subyacente a una buena cantidad de presupuestos de la Psicología tradicional”.<sup>47</sup>

El concepto de androcentrismo se refiere a la adopción de una visión del mundo que toma al hombre como centro y medida de todas las cosas, partiendo de la idea de que la mirada masculina es la única posible y universal, por lo que se generaliza para toda la humanidad.

En este sentido los estudios feministas contribuyen a la revisión crítica de los planteamientos androcentricos en los supuestos teóricos de partida y en la metodología de investigación empleada, generando planteamientos y puntos de vista completamente nuevos. En el caso de la psicología, además de otros temas de gran interés, como son el estudio crítico de las diferencias en las aptitudes, la personalidad o el comportamiento, “la Psicología feminista comenzó a centrar su atención en la reflexión sobre aquellos problemas que afectaban de una manera muy directa y cotidiana a la vida de las mujeres, y entre ellos, como no podía ser de otra forma, en la violencia contra las mujeres”.<sup>48</sup>

---

<sup>47</sup> Bosch, E., Ferrer, V. (2002). La voz de las invisibles. Las víctimas de un mal amor que mata. Valencia. Cátedra.

<sup>48</sup> Barbera, E., Bonilla, A., Martínez, I. (2004). Psicología y género. Madrid. Cátedra.

## **2.4 La Violencia Contra las Mujeres en la Agenda Pública de México.**

A finales de la década de los setenta, los grupos organizados de mujeres llamaron la atención de la sociedad y del Estado sobre el problema de la violencia de género. Las primeras acciones que se impulsaron para convertir este asunto en una prioridad del Estado mexicano, consistieron en reformas legislativas para tipificar los delitos sexuales y la apertura de centros de atención a víctimas de violencia sexual en Colima y el Distrito Federal.

La Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer, conocida como “Convención de Belém do Pará”, representa un instrumento jurídico vinculante para los Estados que la ratifican. México lo hizo el 26 de noviembre de 1996. La importancia de la Convención radica en que conceptualiza la violencia contra las mujeres y establece las bases jurídicas para desarrollar legislación, acciones y políticas públicas en la materia.

La Convención obliga a los Estados a adoptar medidas legislativas y programas públicos encaminados a desactivar los procesos estructurales que provocan la violencia contra las mujeres. La importancia de la Convención radica en que conceptualiza la violencia contra las mujeres y establece las bases jurídicas para desarrollar legislación, acciones y políticas públicas en la materia. La Convención obliga a los Estados a adoptar medidas legislativas y programas públicos encaminados a desactivar los procesos estructurales que provocan la violencia contra las mujeres.

Estos componentes se basan en seis directivas que se describen a continuación:

- La prevención de la violencia. Especialmente se recomienda la eliminación de actitudes discriminatorias y desequilibrios económicos que refuerzan el lugar subordinado de las mujeres en la sociedad.
- Servicios de atención. Brindar un conjunto de servicios para atender a las víctimas de violencia como: albergues, líneas telefónicas; atención médica, psicológica y de apoyo comunitario y social que permita a las mujeres salir del círculo de la violencia.



- Garantizar la justicia y eliminar la impunidad. Los Estados tienen la responsabilidad de otorgar recursos justos y efectivos a las mujeres víctimas de violencia, la reparación de los daños sufridos, la restitución, la compensación, la rehabilitación, y la garantía de protección y prevención.
- Sistemas de registro de información e indicadores que permitan llevar a cabo el diseño y el monitoreo de programas y acciones para mejorar la eficacia de la respuesta del Estado, así como evaluar el impacto en la reducción de la incidencia del problema.
- Fortalecimiento de las capacidades de las y los servidores públicos que participan en la sanción, atención y prevención de la violencia contra las mujeres.

Asimismo, en julio de 1996 se decreta en México la primera Ley de Asistencia y Prevención de la Violencia Intrafamiliar. Estos primeros cambios legislativos facilitaron la adopción de mecanismos procesales ágiles y rápidos para resolver los conflictos, decretar medidas precautorias de protección a las víctimas y disolver el vínculo matrimonial cuando existiese una decisión fundada en la presencia de la violencia familiar.

Posteriormente en 1997 se publica el decreto que reforma, adiciona y deroga diversas disposiciones de los códigos civil, penal y de procedimientos en materia común para el Distrito Federal y para toda la República en materia federal. Las reformas incorporaron el derecho de todos los miembros de la familia a que se respete su integridad física y emocional. Además se tipifican como delito las acciones de violencia familiar, sancionando a quien atente contra la integridad de cualquier miembro de la familia, independientemente de su sexo y edad. A partir de estas reformas, en todas las entidades federativas se crearon leyes y/o disposiciones que sancionan y buscan prevenir la violencia contra las mujeres en la familia. De igual manera, desde 1999 se formulan en el país programas nacionales de atención y prevención de la violencia en la familia: se emite la Norma Oficial Mexicana de Salud (NOM-190-SSA1-1999), acciones precursoras para el desarrollo de políticas públicas en la materia.

La Norma Oficial Mexicana de Salud (NOM-190-SSA1-1999) establece los criterios que deben guiar la atención médica de la violencia familiar. Su importancia reside en que especifica los términos del registro de información y de atención a las víctimas en el sistema de salud, de tal suerte que estas tengan la posibilidad de contar con antecedentes legales para acceder al Sistema Judicial en busca de una sanción hacia el agresor.

De acuerdo con las especificaciones de esta NOM, las y los prestadores de los servicios de salud tienen la obligación de: Promover, proteger y restaurar la salud física y mental de las y los usuarios involucrados en situación de violencia intrafamiliar. Brindar consejos sobre alternativas para atender los problemas de violencia del usuario (proporcionar información médica). Detección de probables casos.

Las dependencias del Sistema Nacional de Salud, por su parte, tienen la obligación de: Ofrecer tratamiento, rehabilitación o referencias a instancias especializadas. Diseñar, aplicar y evaluar programas de promoción de la salud-educación. Propiciar la coordinación o concertación con otras instituciones. Sensibilizar y capacitar a las y los prestadores de servicios.

En 2007 se promulga la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia que obliga al Estado a intervenir de forma directa para evitar cualquier tipo de agresión contra mujeres y niñas, y por primera vez establece disposiciones como la alerta de género y reconoce jurídicamente la Violencia Femenicida.

El marco jurídico o legislativo nacional en la materia, ha posibilitado la articulación de acciones y la disposición de servicios de atención y prevención como las líneas telefónicas gratuitas, asistencia jurídica, apoyo psicológico, refugios, así como charlas educativas y conferencias de carácter preventivo para quienes padecen violencia.

HITOS PARA ELIMINAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES EN MÉXICO	
DECADA.	
1970	La violencia contra las mujeres emerge como un problema público. La noción que prevalecía en la discusión era la de “mujeres golpeadas” o “mujeres maltratadas”. Se crean los primeros servicios de atención a mujeres víctimas de violencia sexual.
1980	Durante esta década se habla principalmente de violencia intrafamiliar o violencia domestica. Se crean las primeras agencias especializadas en delitos sexuales en tabasco y en el distrito federal, así como centros de orientación y apoyo para las mujeres. Se realizan las primeras acciones para orientar y promover los cambios legales tipificados en los códigos penales; también se reconoce la violencia intrafamiliar como causal de divorcio.
1990	A nivel internacional, en 1993 se da a conocer la Declaración de Viena en el marco de la Conferencia sobre Derechos Humanos y en 1994 la Convención de Belém do Pará. Se crean leyes para la prevención y atención de la violencia familiar en varios estados del país, que establecen diversas disposiciones para desarrollar servicios de atención y prevención de la violencia. En 1999 se aprueba la Norma Oficial Mexicana NOM-190-SSA1-1999. Se crean programas nacionales de Atención a la Violencia y se aplican encuestas nacionales que permiten obtener datos sobre la violencia en todo el país. Se crea la Ley de Asistencia y Prevención de la Violencia Intrafamiliar en el Distrito Federal; y en 1997 se reforman los códigos en materia federal y común para tipificar como delito y atender la violencia en la familia.
2000	2001 se crea el Instituto Nacional de las Mujeres INMUJERES.  2002 se crea el Instituto Nacional de las Mujeres del Distrito Federal. INMUJERES DF.  2006 se crea la Fiscalía Especial para la atención de delitos relacionados con actos de violencia contra las mujeres en el país.  2007 La Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia Ley Federal. Establece las modalidades y tipos de violencia a sancionar y la coordinación entre la federación, los estados y municipios.  2008 Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Distrito Federal. La Fiscalía Especial para los Delitos de Violencia contra las Mujeres y Trata de personas, ambas adscritas a la PGR. Por primera vez se asignan recursos etiquetados de la federación para prevenir, atender, sancionar y eliminar la violencia contra las mujeres.

Cuadro 2. Antecedentes para la erradicación de la violencia en México.

## **2.4.1 Instituto Nacional de las Mujeres INMUJERES.**

Mención aparte recibe el Instituto Nacional de la Mujeres por ser una de las primeras instituciones en su tipo que aporó atención y ayuda a la mujer al interesarse en los aspectos de su desarrollo alejados de la violencia.

El Instituto Nacional de las Mujeres Creado por su ley publicada en el Diario Oficial de la Federación el 12 de enero de 2001, como un organismo público descentralizado de la administración pública federal, con personalidad jurídica, patrimonio propio, autonomía técnica y de gestión para el cumplimiento de sus atribuciones, objetivos y fines.

El objetivo específico del Instituto Nacional de las Mujeres, relativo a la violencia contra las mujeres es: La promoción de la cultura de la no violencia, la no discriminación contra las mujeres y de la equidad de género para el fortalecimiento de la democracia. “La creación del Instituto refleja el compromiso del gobierno de México en el ámbito internacional, relativo a crear o fortalecer los mecanismos institucionales para la promoción de la mujer y la igualdad de oportunidades, dotándolos de recursos adecuados de toda índole, personalidad jurídica y autonomía presupuestal, así como respaldo político al más alto nivel para que, entre otros, impulsen y vigilen la aplicación de políticas de género en forma transversal.”<sup>49</sup>

Durante siglos las mujeres han luchado para que la sociedad reconozca la igualdad de género desde las diferencias biológicas que distinguen a los hombres y mujeres, y por los efectos negativos que se generan en las relaciones, las actitudes, los comportamientos, la cultura de personas e instituciones. La búsqueda por hacer valer la igualdad jurídica, social y familiar llevó a las mujeres promotoras de los derechos humanos a cabildear, realizar campañas y manifestarse públicamente para colocar la igualdad de género en la agenda de las políticas públicas.

---

<sup>49</sup>Instituto Nacional de las Mujeres. <http://www.inmujeres.gob.mx>

Además, han exigido el reconocimiento de los derechos de las mujeres como derechos humanos, y que la violencia contra las mujeres y las niñas sea considerada como una violación de los mismos.

Día Internacional de la Mujer 8 de Marzo de 1857, Ciudad de Nueva York, EUA. Las mujeres trabajadoras de la fábrica textilera Cotton realizan una gran manifestación por las calles cercanas a la misma para reclamar mejores condiciones de trabajo y reducción de la jornada laboral. La manifestación fue brutalmente reprimida por la policía, dejando un saldo de 120 mujeres muertas; unas por disparo de arma de fuego y otras quemadas en el incendio provocado en las instalaciones de la fábrica. Ese mismo día se llevó a cabo el funeral masivo de las víctimas, lo que dio lugar a una de las manifestaciones más grandes que se recuerdan en la Ciudad de Nueva York. Se realizó una marcha silenciosa, que más adelante se volvería el símbolo del movimiento obrero mundial. El 8 de marzo de 1910, Copenhague, Dinamarca en el marco de la Segunda Reunión Mundial de las Socialistas, Clara Zetkin propone la institucionalización del Día Internacional de la Mujer. Las mujeres reunidas aprueban de forma unánime la propuesta y escogen el 8 de Marzo para conmemorar la muerte de las mujeres trabajadoras de la fábrica textilera Cotton. El 19 de junio al 2 de julio de 1975, se celebró la Primera Conferencia Mundial de la Mujer en la Ciudad de México. En 1910 se hizo la declaratoria del 8 de Marzo como Día Internacional de la Mujer, conmemorándose por primera vez en 1911. Participaron más de un millón de mujeres demandando el derecho a votar, a ocupar cargos públicos, a trabajar y a la enseñanza vocacional, así como el fin de la discriminación en el trabajo. Pero no fue hasta 1975 cuando, en el marco de la Primera Conferencia Mundial de la Mujer, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) lo formaliza, a través de acuerdos con los países miembros, con el siguiente enunciado: "La mujer es un miembro activo y con plenos derechos, y a la vez parte importante para el desarrollo de los pueblos". Desde ese momento, cada 8 de Marzo se conmemora el Día Internacional de la Mujer.

Día Internacional de la No Violencia Contra la Mujer Instituido en el Primer Encuentro Feminista Latinoamericano y del Caribe celebrado en Bogotá, Colombia, en 1981 en honor a las hermanas Mirabal, muertas el 25 de Noviembre de 1960. Patria, Minerva y María Teresa Mirabal, también conocidas como las hermanas mariposas por ser éste el nombre secreto de Minerva en sus actividades políticas clandestinas contra la tiranía trujillista, fueron tres mujeres de la República Dominicana, que lucharon por la libertad política de su país, oponiéndose firmemente al régimen impuesto. Por esta actitud fueron perseguidas, encarceladas varias veces y finalmente brutalmente asesinadas. En este encuentro las mujeres denunciaron la violencia de género a nivel doméstico, la violación y el acoso sexual a nivel de estados incluyendo la tortura y los abusos sufridos por prisioneras políticas.<sup>50</sup>

Como resultado de estos movimientos, y en respuesta por parte del Estado Mexicano, el principio fundamental de igualdad jurídica entre hombres y mujeres se integró a la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en 1974, mediante la reforma al Artículo 4º. A partir de 1975 las reformas legislativas en pro de la igualdad jurídica destacan la labor para alcanzar un objetivo común: la equidad de género. En ese tema, fueron reformados algunos instrumentos normativos como códigos civiles y penales en varios estados de la República Mexicana, lo que busca garantizar los derechos de las mujeres. En 1980 se creó el Programa Nacional de Integración de la Mujer al Desarrollo, el cual propuso un conjunto de iniciativas específicas orientadas a promover el mejoramiento de la condición social de las mujeres. En 1985, se instaló una Comisión para coordinar las actividades y los proyectos sectoriales en la materia y preparar la participación de México en la Tercera Conferencia Mundial sobre la Mujer (Nairobi, 1985). Todos los esfuerzos anteriores fueron reconocidos por el Comité de la Convención Internacional para la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW).

---

<sup>50</sup> Instituto del tercer mundo. (2000). Guía de las mujeres 2000. América Latina. Editores Asociados.

Finalmente, por iniciativa de varios partidos políticos y aprobados por mayoría por todas las fracciones parlamentarias representadas por el Congreso de la Unión, el 12 de enero de 2001 se publicó en el Diario Oficial de la Federación la Ley del Instituto Nacional de las Mujeres. Es mediante esta ley que se crea una instancia para brindar atención a las mujeres mexicanas.

Actualmente, el Instituto Nacional de las Mujeres opera con el Programa Nacional para la Igualdad entre Mujeres y Hombres 2009-2012 (Pro igualdad), “programa especial que engloba las acciones de la Administración Pública Federal y establece una plataforma de líneas básicas de acción y objetivos para garantizar los derechos humanos de las mujeres, la no discriminación, el acceso a la justicia y a la seguridad, así como fortalecer las capacidades de las mujeres para potenciar su agencia económica a favor de mayores oportunidades para su bienestar y desarrollo.”<sup>51</sup>

El Proigualdad prevé siete objetivos estratégicos: institucionalizar una política transversal con perspectiva de género en la Administración Pública Federal y construir los mecanismos para contribuir a su adopción en los poderes de la unión, en los órdenes de gobierno y en el sector privado.

También garantizar la igualdad jurídica, los derechos humanos de las mujeres y la no discriminación; el acceso de las mujeres a la justicia, la seguridad y la protección civil, así como su acceso a una vida libre de violencia.

Además, fortalecer las capacidades de las mujeres para ampliar sus oportunidades y reducir la desigualdad de género, así como potenciar la agencia económica de este sector en favor de mayores oportunidades para su bienestar y desarrollo. Otro de sus objetivos es impulsar el empoderamiento de las mujeres, su participación y representación en espacios de toma de decisión en el Estado y consolidar la cultura democrática.

---

<sup>51</sup> Op. cit. p 77.

## **2.4.2 Unidades de Atención y Prevención de la Violencia Familiar (UAPVIF).**

Para atender de manera puntual la problemática de violencia familiar en el Distrito Federal; las instituciones cuyas actividades contribuyen a brindar información, orientación y asesoría psicológica, médica y jurídica de acuerdo a su competencia se encuentran: la Dirección General de Igualdad y Diversidad Social (DGIDS) con la Red de UAPVIF's y el Albergue para Mujeres que Viven Violencia Familiar; El Instituto de las Mujeres del Distrito Federal (INMUJERES); la Dirección General de Localización Telefónica (LOCATEL); la Procuraduría General de Justicia del Distrito Federal (PGJ-DF) mediante la Subprocuraduría de Atención a Víctimas del Delito y Servicios a la Comunidad, la Fiscalía Central de Procesos en lo Familiar y la Fiscalía Central de Investigación para Menores; así como la Secretaría de Salud del Distrito Federal.

La promulgación en Julio de 1996 en México de la primera Ley de Asistencia y Prevención de la Violencia Intrafamiliar, fue única en su tipo, estuvo impulsada desde la sociedad civil, primera en la historia moderna y su creación permitió la constitución del Primer Albergue de Mujeres Maltratadas en el DF. Su implementación contemplo recursos, modalidades para asistir y prevenir la violencia familiar, a través de las 16 Unidades de Atención y Prevención de la Violencia Familiar (UAPVIF) en las Delegaciones. Dichas Unidades son pertenecientes a la Dirección General de Igualdad y Diversidad Social está adscrita al Sector Central de la Secretaría de Desarrollo Social y tiene sus antecedentes en tres instituciones que le precedieron: la Dirección General de Protección Social, la Dirección General de Política Social, la Dirección General de Equidad y Desarrollo Social; las cuales se han venido sucediendo desde el 1º de Julio de 1997. En 1998 se inaugura la primera UAPVIF en la delegación Iztapalapa. Sus principales objetivos son formular, promover y ejecutar políticas, estrategias, programas y acciones integrales de gobierno que promuevan la igualdad, la equidad, el acceso a una vida libre de violencia y el ejercicio pleno de los derechos económicos, sociales y culturales de las y los habitantes de la



Ciudad de México reconociendo la diversidad social, sexual, cultural, generacional y de género; poniendo énfasis en las personas, familias y grupos de la población que viven situaciones de exclusión y discriminación que limitan o impiden su acceso a niveles de bienestar más justos y equitativos.<sup>52</sup>

Su Misión es conducir procesos que generen una cultura e institucionalidad de la igualdad, el buen trato y la vida libre de violencia entre las y los habitantes del DF., mujeres y hombres, de manera democrática y participativa y reconociendo su diversidad social, de manera que se logre el pleno ejercicio de los derechos económicos, sociales, culturales, sexuales y reproductivos. Su Visión es alcanzar la igualdad y el desarrollo social, a través de la educación de la sociedad en el marco del buen trato y la vida libre de violencia, de manera que se transformen las relaciones ciudadanas, comunitarias y familiares; poniendo énfasis en la participación e inclusión de las mujeres y familias que menos acceso tengan al ejercicio de sus derechos; y transformando las prácticas institucionales con el fin de que exista, entre las diferentes instituciones, claridad de fines y de métodos a partir de la perspectiva de género, así como coordinación y sinergia. Brinda atención especializada a todas aquellas personas que viven algún tipo de violencia familiar a niños, adolescentes, adultos jóvenes y adultos mayores, a hombres generadores o receptores de Violencia Familiar, así como a niños a partir de los 7 años. Su modelo de atención es desde la perspectiva de género para las víctimas de violencia ofreciendo Atención Integral, Legalidad, Efectividad, Auxilio Oportuno y Respeto a los Derechos Humanos.

En la actualidad se rige por la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Distrito Federal promulgada en el año 2008. **Ofrece** a través de la implementación del Modelo único de Atención del Sistema Red UAPVIF, Refugio y Casas de Emergencia. La atención que se brinda es: Gratuita,

---

<sup>52</sup> Dirección general de igualdad y diversidad social.  
[http://www.equidad.df.gob.mx/vfamiliar/red\\_uapvif.html](http://www.equidad.df.gob.mx/vfamiliar/red_uapvif.html)

confidencial, oportuna; además de atención en las áreas: Jurídica, Psicológica y de Trabajo Social. En caso de ser necesario se ofrecen las alternativas de casas de emergencia o de albergues. Los albergues o refugios son lugares que sirven de resguardo, cobijo o bien alojamiento a cierto grupo de personas. Cuenta con albergue propio donde puede acudir la víctima con sus hijos, Si la víctima vive una situación en donde cree que sus hijos/as y ella están en grave peligro, el Refugio les brinda un lugar temporal durante un periodo máximo de tres meses; en él existen áreas como: Trabajo Social, Médica, Jurídica e Infantil, que le permiten reflexionar sobre su vida y los cambios que necesita para poder vivir con dignidad. Así mismo se brindan pláticas, talleres y diversas actividades que ayudaran a la víctima a elevar su autoestima y alejarse de la violencia.

El Refugio o Albergue es un espacio de protección temporal para mujeres y sus hijos que viven violencia familiar y que carecen de redes sociales y familiares. Su ubicación es confidencial por motivos de seguridad. Actualmente tiene una capacidad de 95 personas. El Refugio funciona las 24 horas, los 365 días del año y cuenta con personal especializado en materia de violencia familiar. Las mujeres y sus hijos e hijas ingresan a esta institución de manera voluntaria y pueden permanecer hasta 3 meses. Son referidas básicamente por las 16 Unidades para la Atención y Prevención de la Violencia Familiar, ubicadas en cada una de las delegaciones políticas del D.F. Los Institutos Delegacionales de la Mujer en el D.F. La Procuraduría General de Justicia del D.F. La Comisión de Derechos Humanos del D.F. Su objetivo es proporcionar un modelo de atención integral, en un espacio específico, a mujeres y sus hijas e hijos, que han sido receptores de violencia familiar; con servicios multidisciplinarios que ofrezcan un proceso de reflexión, análisis y construcción de planes de vida sin círculos de violencia, a través de diversas aportaciones y prácticas profesionales, que incluyen procesos re-educativos ante el fenómeno de la violencia familiar. Establecer mecanismos específicos de prevención y atención que tiendan a proporcionar herramientas útiles para prevenir futuros maltratos en mujeres y sus hijas e hijos. Fortalecer la autoestima y la autonomía.

El área de Trabajo Social: En esta área se brinda información sobre lo que es la violencia familiar; y se orienta acerca de lo que debe hacer la víctima en una situación de violencia familiar.

El Área Jurídica: Se ofrecen alternativas legales, que permiten solucionar el problema de Violencia Familiar por medio de la aplicación de la Ley de Asistencia y Prevención de la Violencia Familiar para el Distrito Federal; como son:

Conciliación: En este proceso se busca que las partes involucradas resuelvan los puntos y cuestionamientos del conflicto de violencia familiar, concluyendo con la firma de un convenio, aunque en la actualidad se busca derogar este punto ya que la institución considera que la violencia no es conciliatoria.

Amigable composición: Consiste en que las partes nombren a un Árbitro, quien emitirá una resolución en la que determine quién genera la violencia familiar, aplicando la sanción correspondiente.

El Área Psicológica: Se ayuda a buscar alternativas que permitan solucionar la violencia familiar que se genera en su familia. Fortalece a la víctima para exigir sus derechos; eleva su autoestima y mejora su calidad de vida. Se ofrece enseñanza para la toma de decisiones y la resolución de conflictos de manera pacífica, justa e igualitaria.

La atención que se brinda en las Unidades cuenta con 3 áreas fundamentales y es el siguiente:

- Trabajo social: Tiene como propósito conocer la situación en que se encuentra la usuaria a través de un diagnóstico social que permite conocer su historia familiar y redes sociales de apoyo, los problemas y necesidades que la aquejan, y ofrece alternativas de solución a dichas necesidades con el fin de que las mujeres visualicen un proyecto de vida. El seguimiento del área de trabajo social es elaborado y enviado de

forma mensual por parte de la trabajadora social que atiende a la beneficiaria. Se encarga principalmente de detectar las necesidades del usuario. Se llena un oficio con la información del usuario del cual cuentan con tres oficios diferentes a llenar según sea el caso: Receptor/a, Generador/a y finalmente Información y Orientación. Posteriormente en base a sus necesidades se agenda una cita con el área de Psicología o Jurídica.

- **Área Jurídica:** Orienta a las aseguradas en cuanto al conocimiento de sus derechos y de las instituciones que las protegen, asimismo traza una estrategia jurídica para el inicio de trámites legales en materia familiar, a través de la canalización a defensoría de oficio o instancias correspondiente. En el seguimiento mensual se registra el avance del proceso jurídico que ha iniciado, la institución donde lleva dicho proceso y la etapa procesal en la que se encuentra. Solo brinda asesoría, no efectúa denuncias. Se da en el caso de ser necesario acompañamiento a las víctimas. Efectúan una Constancia de Hechos, donde se hace constar el estado en que llegó la víctima. Cuando se presentan delitos sexuales estos se canalizan a otras instituciones del gobierno del Distrito Federal o bien a alguna Asociación Civil. Cabe destacar que no se obliga a nadie a denunciar.
- **Área Psicológica:** El Área psicológica tiene como finalidad reparar el daño que causa la violencia, elevar la autoestima de las mujeres, para la toma de decisiones asertivas y el empoderamiento, enfocado al inicio de una vida libre de violencia, a través del rompimiento de esquemas tradicionales y roles estereotipados, ya que, como se señaló en el diagnóstico, las mujeres víctimas de violencia familiar desarrollan una baja autoestima, escasas o nulas redes de apoyo, dependencia económica y emocional, derivado principalmente de una cultura sustentada en la desigualdad de género.

Para este proceso se cuenta con una ficha de seguimiento psicológica que es enviada de forma mensual por parte de la institución donde la beneficiaria acude a recibir su acompañamiento terapéutico, en donde se plasma por parte de la psicóloga: el número de sesiones a las que acude, el pronóstico terapéutico, las recomendaciones y observaciones en relación a la evolución que presentan en cuanto al trato y educación sin violencia de sus hijas e hijos. Se brinda terapia individual, grupal y grupos de reflexión. Se obliga a los usuarios en general a terminar con cada uno de los procesos de la terapia, para continuar con los siguientes.

*Terapia Individual:* El usuario asiste a 2 sesiones por mes con una duración de 60 a 90 minutos manejada principalmente con Terapia Sistémica. El Psicólogo es quien determina el fin de la terapia para continuar con la grupal.

*Terapia Grupal:* Se maneja 1 sesión semanal con una duración de 2 horas aproximadamente. Su principal objetivo es encontrar similitudes con otras víctimas. El Psicólogo es quien se encarga de determinar el fin de las sesiones.

*Grupo de Reflexión:* Se maneja 1 sesión semanal con una duración aproximada de 2 horas y media, su principal objetivo es tratar diversos temas de interés como la vida con violencia, sexualidad, toma de decisiones, prevención de violencia, entre otros. Se cumplen aproximadamente con 14 sesiones y el Trabajador Social o Psicólogo es quien determina el fin de las sesiones.

El Gobierno de la Ciudad de México en cumplimiento con su compromiso de llevar a cabo acciones que favorezcan la eliminación de todas las formas de discriminación y violencia hacia las mujeres, trabaja para que las mujeres que viven violencia extrema en sus familias, puedan acceder al “Seguro contra la Violencia Familiar”. Los requisitos y perfil de acceso son:

- Mujeres residentes del Distrito Federal que se encuentran en situación de violencia familiar con escasas o nulas redes de apoyo.

- Ser valorada por las instancias canalizadoras como víctima de violencia familiar de alto riesgo.
- Iniciar proceso de acompañamiento psicológico.
- Contar con algún antecedente jurídico.

Cada derechohabiente recibirá un monto mensual de \$1,537.00 (mil quinientos treinta y siete pesos), hasta por un año para todas las aseguradas. Se entregan \$1,500.00 (mil quinientos pesos) y \$37.00 (treinta y siete pesos) se aplican en la contratación de un seguro de vida para la asegurada. Sólo en ocasiones especiales que designe la Dirección General de Igualdad y Diversidad Social el tiempo de apoyo se podrá extender hasta por un periodo superior a un año y no superará el año y medio. El apoyo económico busca generar las condiciones mínimas de independencia económica para apoyar la toma de decisiones en el terreno jurídico y psicológico. Dicho apoyo económico, aunado al acompañamiento psicológico, jurídico y social, fortalecen la condición emocional y social de las mujeres logrando su plena autonomía.

La Dirección General de Igualdad y Diversidad social, cuenta con proyectos y/o programa, talleres para la reinserción social de las Víctimas. Al término del apoyo económico y terapéutico del programa se espera que las mujeres víctimas de violencia familiar y víctimas de trata hayan elevado su autoestima, independencia y empoderamiento para la toma de decisiones asertivas, además de contar con las herramientas necesarias para su reinserción social, esto se logra a través de la incorporación a las tres áreas fundamentales en las cuales se inserta a las aseguradas del programa.

La violencia familiar es la expresión más cotidiana y naturalizada de la violencia contra las mujeres en todos los ciclos de su vida, es el reflejo de relaciones de desigualdad social y aunque tiene un origen multifactorial, su raíz más profunda proviene de las relaciones de subordinación, los roles sociales, la distribución del poder, la educación, la cultura, el acceso a la justicia e incluso las posturas político-religiosas dominantes en nuestra sociedad.

Para establecer un marco de referencia sobre las principales características del fenómeno de la violencia familiar, es necesario observarla desde diferentes dimensiones, con el fin de incidir sobre los complejos factores que ocasionan relaciones de abuso de poder entre los sexos. En efecto, la construcción cultural de roles tradicionales que integran la identidad genérica de hombres y mujeres propicia relaciones asimétricas en cuanto al acceso a los derechos y oportunidades en el caso de las mujeres y que a partir de esta desigualdad e inequidad, se establezcan formas de relaciones violentas. La violencia no se reduce únicamente a los golpes, sino que comprende toda una gama de actos psicológicos, físicos y sexualmente coercitivos, así como la explotación y el abuso económico practicados contra las mujeres por su pareja, todo ello sin el consentimiento de la mujer.

Con la operación de las Unidades de Atención y Prevención de la Violencia Familiar (UAPVIF) en cada una de las Delegaciones del Distrito Federal; un Refugio para Mujeres que Viven Violencia Familiar y sus hijas e hijos; la instalación de una Casa de Emergencia para Mujeres Víctimas de Violencia Familiar durante el tercer trimestre del periodo Julio a Septiembre de 2010, el sistema en su conjunto llegó a 105,707 personas, a través de los servicios de atención (25%), prevención (63%), detección y canalización (11%), maltrato infantil (1%).<sup>53</sup>

En contraste con el período Julio a Septiembre de 2011, se sumó la cantidad de 290,060 personas, correspondiente a la atención y prevención de la Violencia Familiar; de los cuales correspondió al tema de a la atención (11.3%), prevención (84.3%), a la detección y canalización (3.6%), el en maltrato infantil (0.7%).<sup>54</sup>

---

<sup>53</sup> Informe sobre Violencia Familiar de las Instituciones del Distrito Federal. (2010). 50 Sesión Ordinaria.

<sup>54</sup> Informe sobre Violencia Familiar de las Instituciones del Distrito Federal. (2011). 54 Sesión Ordinaria.

Comparación del último trimestre del año 2010 y 2011 de atenciones en las UAVIF.

Año 2010	Año 2011
<b>AREA PSICOLOGIA</b> Entrevista psicológica 2,757 Intervención en crisis 54 Seguimiento 852 Terapia inicial Agresores 327 Terapia inicial Víctimas 2,659 Impresión Diagnóstica 29 Valoración 213 <b>Subtotal 6,891</b>	<b>AREA PSICOLOGIA</b> Entrevista psicológica 1752 Intervención en crisis 37 Seguimiento 921 Terapia inicial Agresores 129 Terapia inicial Víctimas 970 Impresión Diagnóstica 6 Valoración 281 <b>Subtotal 4096</b>
<b>AREA JURIDICA</b> Asesoría jurídica 2,793 Elaboración de constancias administrativas 1,052 Seguimiento Jurídico 924 Canalizaciones del Área Jurídica 767 Comparecencias 120 <b>Total Jurídico 5,656</b>	<b>AREA JURIDICA</b> Asesoría jurídica 2,840 Elaboración de constancias administrativas 1,026 Seguimiento Jurídico 963 Canalizaciones del Área Jurídica 916 Comparecencias 24 <b>Total Jurídico 5,769</b>
<b>AREA SOCIAL</b> Visitas de Trabajo Social 29 Canalización de Trabajo Social 459 Reconquista 7 Seguimiento 895 <b>Subtotal 1,390</b>	<b>AREA SOCIAL</b> Entrevistas iniciales de información y orientación 1,328 Entrevistas iniciales a víctimas de violencia familiar 3039 Entrevistas iniciales a agresores/as 433 Visitas domiciliarias y acompañamientos 40 Canalizaciones de Trabajo Social 340 Seguimiento 1,282 <b>Subtotal 6,462</b>
La edad que más se presenta es de mujeres de 26 a 30 años con un 17.2% seguidas por mujeres de 31 a 35 años con 15.5% y por último mujeres de 21 a 25 años con 14.3%. El estado civil que la víctima tiene con el agresor es casada. El nivel escolar de las mujeres víctimas de violencia familiar se sitúa en primer lugar el grado de secundaria completa con el 26.5% primaria completa con el 18.6% y media superior completa con 15.2% La mayoría son mujeres que se dedican al hogar.	Mujeres de 26 a 30 años de edad con un 17.3%, seguido del rango entre 31 a 35 años con un 16.6%; sin mucha diferencia en el tercer lugar se encuentra las mujeres de 36 a 40 años, con un porcentaje de 15.7%. El estado civil que la víctima tiene con el agresor es casada. El nivel escolar de las mujeres víctimas de violencia familiar se sitúa en primer lugar el grado de secundaria completa con el 27.2%, seguido de los niveles de medio superior incompleta con el 10.7% y medio superior completa con 10.6%. La mayoría son mujeres que se dedican al hogar.
El tipo de violencia corresponde a: Psicoemocional: 98.1% Física: 84.8% Sexual: 79.3% Todos: 84.8	El tipo de violencia corresponde a: Psicoemocional: 28.1% Física: 24.2% Sexual: 23.5% Todos: 24.2%



Existe una cifra oculta de casos que no se denuncian por diferentes situaciones, a saber: la falta de información sobre la problemática y el desconocimiento sobre el lugar donde se brinda atención a esta con sus respectivos procedimientos, el temor a denunciar por el simple hecho de vincularse con agentes del Ministerio Público, la exposición de su persona hacia el agresor si no se obtienen las restricciones necesarias para contenerlo y por último el impacto que tiene la violencia sobre la persona agredida que en muchos de los casos viven sistemáticamente por años las agresiones, pero el control que se tiene sobre ellas es contundente, de tal manera que sólo se libera cuando existe un evento grave para comenzar a actuar.

Asimismo en la mayoría de casos atendidos en las Unidades de Atención y Prevención de la Violencia Familiar, el Refugio para mujeres que viven violencia familiar y Casa de Emergencia se observan carencias de económicas para que las víctimas puedan vivir de manera independiente ante la imposibilidad de potenciar sus recursos propios al no encontrar un empleo, por bajo o inexistente perfil académico, la falta de capacitación para el trabajo y la escasa experiencia laboral, ya que han dedicado una mayor parte de su vida a las actividades domésticas, además de que enfrentan la problemática de no contar con apoyos para el cuidado de sus hijas e hijos durante el tiempo que pueden destinar a laborar, aunado al daño que causa la violencia en sus vidas y las de sus hijas e hijos. La violencia económica se sustenta en una visión tradicionalista de los roles de género que coloca a los hombres como el proveedor de los recursos económicos, mientras que las mujeres quedan colocadas en una posición de vulnerabilidad que se refuerza en un círculo de pobreza: pobreza-violencia-baja productividad-bajos ingresos-pobreza.

Para combatir las causas que generan el problema de la violencia se cuenta con tres las estrategias cuyas principales acciones son las siguientes:

- Se cuenta con estancias que les brindan seguridad y protegen su integridad física y emocional (refugio y casa de emergencia para

mujeres, sus hijas e hijos víctimas de violencia familiar extrema), ya que el principal temor de las mujeres ante este fenómeno es perder su seguridad y la de sus niñas y niños. Además de los Refugios del Gobierno de la Ciudad se cuenta con refugios de las organizaciones sociales especializados, y en algunos casos, con las redes familiares y/o sociales que puedan ofrecer la seguridad que requiere la víctima de violencia.

- El apoyo económico que contribuye a liberar a la mujer de su agresor pues contribuye a salir de la situación de dependencia económica en la que se encuentra, además de posibilitar que asistan a sus terapias psicológicas y realicen las gestiones jurídicas pertinentes.
- El acompañamiento, integrado por atención terapéutica durante un año, la cual se brinda a través de las instituciones especializadas en el tema de violencia familiar (Red UAVIF, organizaciones de la sociedad civil y otras dependencias gubernamentales) donde debe acudir la beneficiaria del programa a recibir atención psicológica especializada. Así la mujer se incorpora durante un año a este proceso de transformación dependiendo de las particularidades de cada caso para lograr la reparación del daño, su empoderamiento y la desnaturalización de la violencia.<sup>55</sup>

Parte de este proceso es la asesoría jurídica para la toma de decisiones en cuanto al inicio trámites legales en materia familiar y/o penal como: divorcio, pensión alimenticia, guarda y custodia, reconocimiento de la paternidad, pérdida de la patria potestad, averiguaciones previas por el delito de violencia familiar, abuso sexual, violación según el caso, para garantizar la impartición de justicia, el reconocimiento y cumplimiento de derechos y obligaciones a favor de la víctima, sus hijas e hijos. En cuanto al área de trabajo social, está se encarga de dar seguimiento, orientación a cada caso para elaborar un plan de acción

---

<sup>55</sup> Dirección general de igualdad y diversidad social.

[http://www.equidad.df.gob.mx/vfamiliar/seguro\\_violencia\\_reglas2011.html](http://www.equidad.df.gob.mx/vfamiliar/seguro_violencia_reglas2011.html)

social que permita a las mujeres reinsertarse en el ámbito social en sus distintas esferas: laboral, educación, salud, económica y cultural.

La violencia tiene efectos devastadores y de largo efecto en las mujeres y demás receptores, y los costos que como fenómeno global tiene para la sociedad son muy elevados tanto si los evaluamos en términos económicos, como si se consideran en términos del sufrimiento y los daños emocionales que produce para todos los implicados como baja autoestima, inseguridad, temor a vivir, entre otros.

### **CAPÍTULO III.**

#### **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LA VIOLENCIA.**

Cuando hablamos de la inteligencia casi siempre nos referimos a la Inteligencia Mental o Coeficiente Intelectual (ci) incluso a lo largo de las múltiples investigaciones en Psicología acerca de la Inteligencia se han desarrollado diversos instrumentos para medirla. Estas medidas de inteligencia humana se crearon, en principio, como una herramienta de ayuda para los educadores que, así, podían orientar el contenido educativo que ofrecían a sus alumnos, teniendo en cuenta su capacidad y limitaciones. Pero el concepto de Coeficiente Intelectual resulta limitado, porque no tiene en cuenta otros aspectos importantes y complejos que encierran el cerebro y el comportamiento humano. En la actualidad se empieza a demostrar la importancia que tienen las emociones como condicionadoras de nuestro comportamiento, pasándose de un concepto cerrado e inmóvil, que hablaba de la inteligencia como algo fijo e innato, a otro mucho más abierto y moldeable, el concepto de Inteligencia Emocional.

Desde un punto de vista evolutivo, la violencia es una respuesta de supervivencia genéticamente determinada de un individuo u organismo a un medio ambiente lleno de peligros naturales ante la necesidad de supervivencia tales como el hambre, la sed, los depredadores etc. Para sobrevivir a estos eventuales peligros ha sido históricamente necesario actuar de manera violenta, de forma que existen diversas teorías que nos hablan acerca de ello generando un punto de partida donde se habla de la utilidad de la violencia en algunos

momentos de la historia del hombre y una aproximación al porque del origen de dicha violencia.

### **3.1 Teorías Psicológicas en Relación con la Violencia.**

La violencia existe desde siempre; violencia para sobrevivir, violencia para controlar el poder, violencia para sublevarse contra la dominación, violencia física y psíquica.

Por otra parte los irrefrenables procesos revolucionarios que tienen lugar en ese orden social traen consigo que la mujer entre en lucha competitiva con el hombre y que, lo que hasta ahora se tuvo por específicamente masculino, la acapare a ella también, por más que no se le reconozcan los mismos meritos que al hombre en igualdad de rendimientos. De ahí que el papel de la mujer sea paradójico: ser un hombre de segunda categoría, aspecto que evidencia una forma clara de violencia donde pareciera que los espacios para la mujer están “limitados” y que es ella quien tiene que luchar por obtenerlos.

Los etólogos, en sus investigaciones sobre el comportamiento innato de los animales, llegaron a la conclusión de que el instinto agresivo tiene un carácter de supervivencia. Por lo tanto, la agresión existente entre los animales no es negativa para la especie, sino un instinto necesario para su existencia.

Charles Darwin, en su obra sobre “El origen de las especies por medio de la selección natural”, proclamó al mono como padre del hombre, argumentando que sus instintos de lucha por la vida le permitieron seleccionar lo mejor de la especie y sobreponerse a la naturaleza salvaje.

El mayor aporte de Darwin a la teoría evolucionista fue descubrir que la naturaleza, en su constante lucha por la vida, no sólo refrenaba la expansión genética de las especies, sino que, a través de esa lucha, sobrevivían los mejores y sucumbían los menos aptos.

Los psicoanalistas consideran que la violencia es producto de los mismos hombres, por ser desde un principio seres instintivos, motivados por deseos que son el resultado de apetencias salvajes y primitivas. El origen de las preocupaciones de los psicólogos por la cuestión de la agresividad comienza en la época moderna con William James (S:XIX). Para 1908 McDougall comenzó a designar el problema bajo el ropaje del instinto y poco después, Freud lo considero como un instinto biológico, en 1939 volvió a ponerse de actualidad gracias al grupo de psicólogos (Dollard, Doob, Miller, Mowrer y Sears).

Buss, en 1969 y Feshback en 1970 establecen la dicotomía agresión-enfado, que se inicia con cualquier estímulo que provoca enfado y que supone siempre un intento de hacer sufrir a la víctima y de la agresión instrumental que se inicia con la presencia de un reforzador que es poseído por la victima. En este ultimo tipo de agresión no tiene porque existir enfado. El agresor actúa por un deseo de ganar la competición y obtener un refuerzo. Para explicar esto se han postulado dos grandes clases de teorías. Primeramente aparece el grupo de las teorías activas. Estas se basan en una agresividad innata y consustancial a los individuos. En un segundo grupo estarían las teorías reactivas que se caracterizan por situar el origen de la agresión en el medio ambiente que rodea al individuo y perciben esta como una reacción de emergencia ante los elementos externos hostiles. Entre las teorías reactivas hay que destacar la teoría de la frustración-agresión que postula la motivación de la agresión en la interferencia del entorno en los objetivos del sujeto. Su origen se basa en el conductismo. La teoría del aprendizaje social también reactiva sostiene que las nuevas conductas agresivas pueden darse por la imitación de modelos agresivos. El reforzamiento directo es algo básico para este tipo de conductas. Según Dolf Zillman (hostilidad-agresión 1979) la única forma de combatir la conducta agresiva es privarla de su utilidad. Entonces para reducir esta equivalencia hay que mitigar los incentivos de la conducta agresiva a la par que se distribuyen equitativamente comodidades y servicios.

Entre las teorías activas hay que destacar a la teoría psicoanalítica que establece que la agresión se produce como resultado de un instinto de muerte. Utiliza un modelo hidráulico para explicar la personalidad. Hoy en día es contemplada por escepticismo por muchos psicólogos. Otra de las teorías activas proviene de Lorenz y Tinbergen que partiendo de la conducta animal, buscan generalizar sus resultados al ser humano. Postulan que la agresión puede darse de manera regular ya que hay mecanismos de “carga y descarga” que funcionan regularmente.

En los últimos tiempos se tiende a no creer en esta agresividad innata. Scherer (1975) y Montagu (1978) son algunos de los que han criticado la existencia de impulsos agresivos en el ser humano.

El psicólogo Alberto Bandura, de acuerdo con el filósofo francés, estima que el comportamiento humano, más que ser genético o hereditario, es un fenómeno adquirido por medio de la observación e imitación. En idéntica línea se mantiene Ashley Montagu, para quien la agresividad de los hombres no es una reacción sino una respuesta: el hombre no nace con un carácter agresivo, sino con un sistema muy organizado de tendencias hacia el crecimiento y el desarrollo de su ambiente de comprensión y cooperación.

Bandura, Ellis, Beck, Meichenbaum, Psicólogos cognitivos que fundaron la Terapia Cognitivo-Conductual considera que las personas nacemos con una herencia y un determinado temperamento, con los cuales comienza a interactuar con su entorno, aprendiendo pautas de comportamiento, tanto beneficiosas como perjudiciales para sí mismo y/ o para los demás. El término conducta se entiende en un sentido amplio, abarcando conductas visibles, así como pensamientos, sentimientos y emociones. Es en la interacción familiar temprana y en el intercambio social y cultural posterior, donde se produce el proceso de adquisición de nuestra manera habitual de pensar, sentir y actuar. Así sentimos miedo en algunas situaciones, alegría en otras, aprendemos a resolver ciertos problemas, mientras que otros se nos van de las manos.

Consideran que el enojo es una emoción natural y universal, producto de la percepción de injusticia, falta de respeto, violación de los derechos, frustración entre otros; es una emoción secundaria precedida por otros sentimientos tales como el dolor, la vulnerabilidad y la emoción del miedo e involucra un pensamiento, una reacción fisiológica que provoca una conducta para la defensa así mismo considera que con un entrenamiento adecuado permite que la persona se haga responsable de sus pensamientos, sentimientos y conductas y por ende sepa elegir responsablemente como se va a comportar frente a los problemas que la vida le presenta.

El proceso de aprendizaje no es unidireccional, se trata de una compleja secuencia de interacciones, por lo que no somos receptores pasivos de la influencia del medio. Todo aprendizaje ocurre siempre en un individuo que trae consigo una determinada constitución genética y una historia personal y única. Esto explica que ante una misma situación cada persona reaccione de manera diferente. El enfoque cognitivo-conductual investiga cómo aprendemos, es decir los principios que explican el aprendizaje, tanto de comportamientos deseables como perjudiciales. El qué aprendemos, es algo que depende de la constitución genética y, fundamentalmente, de las experiencias de vida particular e intransferible de cada persona.

### **3.1.1 El Poder como parte Fundamental en el Desarrollo de las Relaciones.**

El poder es, en principio, un concepto neutro. Se define como tener la potencia, la facilidad, el tiempo o lugar de hacer algo. Poder es la capacidad para influir en la vida del otro. Desde ahí, en todas las relaciones hay un componente de poder, en el momento que la persona crea una relación con otra, adquiere la capacidad para influir en la vida de la otra persona y para dejarse influir por ella. Esa capacidad, se emplea siempre, porque se influye, se comparte, se puede emplear positivamente o negativamente. Cuando se hace negativamente, buscando el daño en el otro o anteponiendo el beneficio propio al riesgo de ese daño, entonces se es violento.



Es importante entonces saber cómo se adquiere ese poder sobre otra persona y ser consciente de él, para poder decidir tanto el uso que se le da como a quien se otorga ese poder. Es parte del proceso de madurez y autonomía. Existen varias formas de adquirir poder sobre otra persona García menciona: Amor: El vínculo afectivo conlleva poder sobre la persona que se vincula, el amor es una forma de poder que es esencial comprender como tal.

El mismo afecto que una persona siente hacia otra y que puede hacerle crecer y sentir bien, acompañada y comprendida, puede utilizarse para destruir, aislar o anular al otro. Todas las personas tienen poder sobre las personas que les aman, igual que aquellos a quienes aman tienen poder sobre ellos. Ocurre con todas las personas con las que se establece un vínculo afectivo, no solo la pareja: padres, hijos, amigos, etc.

Autoridad: Las personas que están en una posición de autoridad (moral, legal, organizativa...) adquieren un poder sobre las personas que están a su cargo. La policía o el gobierno lo adquieren sobre la población, el jefe sobre sus trabajadores, los profesores sobre sus alumnos o los padres y madres sobre sus hijos, entre otros.

Fuerza: La forma de poder más básica es la fuerza física. En principio, toda persona que sea más fuerte físicamente que otra o que pone a otra persona en una situación de debilidad física obtiene una situación de poder sobre ella.

Diferencia: Hay diferencias (social, económica, de género, raza...) que, fruto de situaciones establecidas socialmente, generan una situación de inferioridad en unas personas o colectivos y de superioridad y poder en otros.<sup>56</sup>

Dentro de toda relación humana se puede manejar el poder de dos formas:

- *Positivamente.* Posibilitando el crecimiento individual a través de las relaciones, para lograr un beneficio para el que lo vive, o en beneficio

---

<sup>56</sup> García, A.L. (2006). *El fracaso del amor: género e individualismo en el siglo XIX mexicano*. México. Universidad Autónoma del Estado de México.

grupales o una labor de protección. En ese caso es un poder legitimado socialmente. La fortaleza física empleada en positivo sirve para garantizar la protección, el amor para el crecimiento, la autoridad para la educación y la regulación del bien grupal, y la diferencia social para el enriquecimiento y la apertura mental de los individuos.

- *Negativamente.* Generando violencia, produciendo un daño en quien lo recibe, la fuerza física genera lesiones físicas; el amor dependencia y manipulación; la autoridad se vuelve autoritarismo y la diferencia crea desigualdad. Todas ellas son formas de violencia y dañan el desarrollo de quien las recibe.

La autoridad es la entidad de donde emanan las ordenes o disposiciones que obligan a los ciudadanos y donde reside el poder de obligar o castigar; la capacidad para guiar la conducta de otra persona bien por una responsabilidad de protección y cuidado de la persona o por un bien grupal. La autoridad es una forma de poder, legitimado y acordado socialmente, aceptado por quien la recibe y puede variar según las sociedades, culturas y personas. Que usada en positivo, sirve para garantizar la protección y el pleno desarrollo de las personas, además de una cierta organización social. La autoridad que se utiliza vulnerando las normas en las que viene enmarcada y que han sido acordadas para obtener un beneficio propio o por otros motivos, entonces es autoritarismo, una forma de violencia.

El poder es una dimensión universal de las relaciones humanas que está detrás de ambas cosas, autoridad y violencia. Hacer conscientes las dinámicas de poder subyacentes a las relaciones ayuda a reconocer las propias conductas violentas, a reconocer cuando se cruza el límite de la violencia.

No se debe confundir el poder que se tiene con la autoridad que se gana: la autoridad es esencial para garantizar el desarrollo óptimo de las personas y el orden social pero hay que diferenciarla de la violencia y promover la firmeza en

las estrategias de autoridad no violentas. La autoridad es tan necesaria como educativa. El poder en cambio se ejerce y se ha de aprender a manejarlo.

Es importante acuñar una noción de poder que no haga exclusiva referencia al gubernativo, sino que contenga la multiplicidad de poderes que se ejercen en la esfera social, los cuales se pueden definir como poder social. Foucault en su definición del poder; habla del subpoder, de "una trama de poder microscópico, capilar", que no es el poder político ni los aparatos de Estado ni el de una clase privilegiada, sino el conjunto de pequeños poderes e instituciones situadas en un nivel más bajo. No existe un poder; en la sociedad se dan múltiples relaciones de autoridad situadas en distintos niveles, apoyándose mutuamente y manifestándose de manera sutil.

Para Foucault el autor de La microfísica del poder, el análisis de este fenómeno sólo se ha efectuado a partir de dos relaciones: 1) Contrato - opresión, de tipo jurídico, con fundamento en la legitimidad o ilegitimidad del poder, y 2) Dominación - represión, presentada en términos de lucha - sumisión. El problema del poder no se puede reducir al de la soberanía, ya que entre hombre y mujer, alumno y maestro y al interior de una familia existen relaciones de autoridad que no son proyección directa del poder soberano, sino más bien condicionantes que posibilitan el funcionamiento de ese poder, son el sustrato sobre el cual se afianza. El poder se construye y funciona a partir de otros poderes, de los efectos de éstos, independientes del proceso económico. Las relaciones de poder se encuentran estrechamente ligadas a las familiares, sexuales, productivas; íntimamente enlazadas y desempeñando un papel de condicionante y condicionado. En "los intelectuales y el poder" indica que el poder no es un fenómeno de dominación masiva y homogénea de un individuo sobre los otros, de un grupo sobre otros, de una clase sobre otras; el poder contemplado desde cerca no es algo dividido entre quienes lo poseen y los que no lo tienen y lo soportan. El poder tiene que ser analizado como algo que no funciona sino en cadena. No está nunca localizado aquí o allá, no está nunca en manos de algunos. El poder funciona, se ejercita a través de una

organización reticular. Y en sus redes circulan los individuos quienes están siempre en situaciones de sufrir o ejercitar ese poder, no son nunca el blanco inerte o consistente del poder ni son siempre los elementos de conexión el poder transita transversalmente, no está quieto en los individuos.

### **3.1.2 El Amor como una forma de Poder.**

El amor, como forma de poder, es un elemento clave para la comprensión de la violencia interpersonal. Cuando una persona tiene establecido un vínculo afectivo con otra, adquiere la capacidad de influir en su vida ejerciendo el poder, y esa capacidad u oportunidad la puede usar en positivo para favorecer el crecimiento y el bienestar de la persona a la que quiere o puede usarla para hacerle daño.

Crear un vínculo afectivo conlleva siempre un riesgo. Cuando se crea intimidad entre dos personas que comparten sus debilidades, sus secretos y sus miedos, además, ambas personas pasan a ser un referente vital para el otro y lo que hace, dice o piensa tiene importancia para él o ella y condiciona su desarrollo y bienestar. Cuando este vínculo es enriquecedor el amor que se siente por otras personas como lo es la familia, la pareja, los hijos y/o los amigos, enriquece la vida de la persona, la lleva al aprendizaje, al cambio y la evolución personal, a la paz interior al sentirse aceptado incondicionalmente y a su crecimiento y autonomía.

Sin embargo, esa misma capacidad puede ser empleada para hacer daño, en ese momento el conocimiento que ambas personas tienen del otro, que ha sido proporcionado en momentos de intimidad puede ser utilizado para hacer mal y la presencia de esa otra persona conlleva sufrimiento.

Una relación suele conllevar a las personas a ser felices y hacer sentir bien, a veces se recibe y se hace daño, pero en este continuo, lo que suele presidir la relación es el cuidado y la protección. Cuando lo que prima en la relación es el daño (de nuevo definida desde el daño en el desarrollo de quien la vive, a su integridad y dignidad) se suele romper esa relación. Es aquí donde viene el

problema de las relaciones que por diversos factores no son capaces de romper esa relación y permanecen anclados en vínculos afectivos destructivos, con la misma fuerza y capacidad de influencia en su vida y en su desarrollo que la que tienen los vínculos afectivos positivos.

Hay relaciones afectivas, como adultos, que no son relaciones maltratantes porque no es la violencia lo que preside la relación pero que si son violentas en el sentido de dañinas para su desarrollo. Una relación afectiva puede aislar a la persona de su entorno, puede frenar su desarrollo personal y/o profesional y, sin embargo cuesta verla como violencia ya que se justifica el acto porque se hace por amor. Cuando ese aislamiento y dependencia se llevan al extremo, en el que es el daño a la persona lo que preside la relación, estamos en maltrato, haya o no además violencia física.

Por otro lado, está el manejo del poder en la violencia desde la perspectiva de los agresores o agresoras, para poder ejercer la violencia sobre otra persona tiene que tener poder sobre esa persona y la manera más fácil de tenerlo es:

- Por un lado, estar cercano a la víctima, tener una posición de autoridad y a ser posible un vínculo afectivo, de este modo se tendrá una posición de poder sobre la víctima.
- Por otro lado elegir la víctima más vulnerable posible o anularla hasta hacerla incapaz de autonomía, de esta forma la posibilidad de ejercer la violencia es mayor.

La sociedad necesita creer que los entornos afectivos como la familia, la pareja y las amistades deben ser entornos positivos y protectores. La realidad de la violencia prueba que en muchos casos lo son, pero también son los ámbitos donde más existe y más sistemáticamente se vive la violencia.

### **3.2 Origen de las Emociones.**

Desde finales del siglo XX se ha generado insistencia en resaltar el papel de las emociones en nuestra vida cotidiana, que se diría que se acaban de descubrir y

desde luego, no es así, en la historia del ser humano se han venido dando, en la vida cotidiana como en el arte, casi siempre hablamos de lo que amamos u odiamos, de lo que nos gusta y de lo que detestamos, de lo que necesitamos y disfrutamos, es decir, nuestras conversaciones giran casi siempre alrededor de las personas y cosas que nos producen emociones. Evidentemente la novedad no puede ser que nos hayamos enterado de que existen las emociones, o de que juegan un importante papel en nuestras vidas, de hecho lo mismo sucede con todas las dimensiones psicológicas básicas del ser humano, capacidades tales como la de aprender de la experiencia, la de representarnos mentalmente la realidad, o la capacidad de desarrollar un lenguaje, son innatas, al igual que necesidades tales como disponer de seguridad física, afecto psicológico y autonomía personal.

Lo que sí ha cambiado y cambia, a lo largo de la historia es la cultura es decir, el entorno en que vivimos y el comportamiento que realizamos para relacionarnos con él. Esto ha hecho cambiar la manera en que desarrollamos y utilizamos nuestras capacidades psicológicas innatas, así como la forma en que intentamos cubrir nuestras necesidades fundamentales.

Nuestro comportamiento ha cambiado a lo largo del tiempo no porque hayan cambiado nuestras capacidades innatas, sino porque hemos evolucionado culturalmente. Es decir, lo que ha ido cambiando es el conjunto de conocimientos que tenemos sobre cómo manejar la naturaleza, y el conjunto de reglas de interacción con las que nos relacionamos con los demás seres humanos. Esos conocimientos y esas reglas son herramientas psicológicas compartidas socialmente que nos permiten desarrollar y ampliar nuestras capacidades básicas dando lugar a nuevos comportamientos.<sup>57</sup>

En este contexto, sin embargo tanto el concepto de emoción como su manejo, solo cambian muy ligeramente, las emociones se siguen viendo como algo

---

<sup>57</sup> Zaccagnini, J. (2004). *Inteligencia Emocional. La relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Madrid. Biblioteca Nueva.

negativo y opuesto a la razón. Son lo irracional, lo que proviene de la parte animal del ser humano y por tanto deberán ser reprimidas, o quedaran acotadas en ámbitos donde se puedan ejercer y desfogar sin perturbar el orden social o la integridad moral individual.

EPOCA	QUE SON LAS EMOCIONES	QUE HAY QUE HACER CON ELLAS
La Grecia Clásica	Impulsos inescapables puestos en el alma humana por los dioses para gobernar caprichosamente el comportamiento de los mortales.	Lo único que se puede hacer es sufrirlas pasivamente. Por tanto, solo cabe aceptar las consecuencias, tanto para bien como para mal.
La Edad Media	Impulsos negativos (tentaciones) con los que el “mundo”, el “demonio” y la “carne” tratan de alejarnos del recto camino que va al “cielo”.	Resistir y vencer las tentaciones o confesar el pecado y hacer penitencia, en caso de sucumbir a ellas al objeto de ganarse el “cielo”.
La Modernidad	Impulsos irracionales que nos pueden apartar del camino lógico y correcto que señala la razón pura.	Reprimirlas o esperar para desfogarlas en contextos íntimos o inocuos tales como las relaciones personales o el ocio.
La Posmodernidad	Estados psicológicos (información) debidos a la interacción de los pensamientos y los sentimientos que nos produce la interacción con el medio en que vivimos.	Utilizar esa información para comprendernos mejor a nosotros mismos y a los demás, mejorando así nuestra calidad de vida y la de los que nos rodean.

Cuadro 3. Visión de las emociones en cada década, desarrollada por Zaccagnini (2004)

A partir de esa evidencia se llega a la conclusión de que las emociones adecuadamente interpretadas pueden y deben ser una guía efectiva para orientar e impulsar nuestro comportamiento e incluso, para mejorar sus resultados, dando lugar a una significativa mejora en nuestro bienestar psicológico y en nuestra calidad de vida

### **3.2.1 El Fenómeno de las Emociones.**

Etimológicamente, el término emoción viene del latín emotio-onis, que significa "el impulso que induce la acción". Las emociones son activaciones físicas breves que se desencadenan en nosotros como respuesta a algo, interrumpiendo el flujo normal de nuestra conducta. Existen 5 emociones básicas: Miedo, Alegría, Tristeza, Enojo, Amor.

“Una emoción es un estado global, de carácter psicológico, que es fruto de un gran conglomerado de fenómenos psicológicos complejos e íntimamente relacionados entre sí, y en el que puede encontrarse un sujeto en un momento dado de su vida. Nos brindan estados y situaciones que nos producen efectos muy amplios y variados.”<sup>58</sup>

En primer lugar, nos generan vivencias subjetivas de agrado/desagrado, atracción/repulsión, dolor/placer o alegría/tristeza. En segundo lugar, influyen en nuestro comportamiento mediante impulsos de activación/inhibición, aproximación/huida o agresión/defensa. Y, en tercer lugar, todo ellos viene sustentado por un proceso fisiológico en nuestros cuerpos, que también puede llevarnos a varios estados diferentes, tales como bienestar/malestar-físico, agitación/reposo o tensión/relax y se agrupan en tres dimensiones básicas: cualidad, intensidad y duración.

La primera dimensión sería la dimensión cualitativa, en el sentido de que el estado global que supone una emoción puede ser o bien un estado “positivo” que produce una sensación de bienestar, o bien un estado “negativo” que

---

<sup>58</sup> Goleman, D. (2000). *La inteligencia emocional*. México. Vergara.



produce una sensación de malestar. Así podemos dividir el conjunto de las emociones en dos subconjuntos. El de las emociones positivas, que se reúnen en torno a los conceptos de amor y alegría, y que se refieren a estados agradables que deseamos obtener, por lo que nos aproximamos a lo deseado, y las emociones negativas, que se reúnen en torno al concepto de enojo y tristeza, y que se refieren a estados desagradables que no deseamos sufrir, por lo que intentamos alejar de nosotros aquello no deseado. La segunda dimensión en que pueden moverse las emociones sería la intensidad, ya que el estado emocional, tanto positivo como negativo puede ser desde muy leve a muy intenso. Finalmente la tercera y última dimensión es la duración en el tiempo, ya que los estados emocionales pueden ser respuestas puntuales a ciertas situaciones o predisposiciones que perduran en el tiempo. Los términos que utilizare para señalar esta distinción serán el de reacción emocional para referirnos a una emoción que se presenta de manera puntual durante un tiempo relativamente breve, frente al término sentimiento para referir a una predisposición emocional de carácter más permanente; dejando estado de ánimo como algo de duración intermedia.

Las emociones son componentes básicos que conforman los sentimientos, pueden combinarse dando lugar a infinidad de sentimientos compuestos. Los sentimientos son como tonalidades afectivas que combinan varias emociones. Estos, a su vez, conforman el estado de ánimo, el estado afectivo.

Cuentan con un componente corporal (fisiológico), y se refiere al estado del organismo. Las emociones suponen siempre una alteración del estado de nuestro cuerpo, en mayor o menor medida, dependiendo del tipo de emoción de que se trate. Una emoción siempre supone cambios fisiológicos en nuestro organismo, aunque a veces esos cambios pueden ser mínimos y apenas perceptibles. Un componente perceptual (cognitivo), que se refiere a la toma de conciencia de que estamos en ese estado. Cuando estamos sufriendo los cambios fisiológicos propios de un estado emocional, solemos darnos cuenta de ello, y lo interpretamos en algún sentido aunque no siempre somos

conscientes de esos estados, ya que podemos tener la atención focalizada en otros estímulos. Y un componente motivacional (conductual) que se refiere a la relación de los estados emocionales con el comportamiento.

Los estados emocionales son precisamente la toma de conciencia del resultado de ese balance o evaluación global que la mente tiene que hacer en cada momento acerca de nuestro estado general. Estar en un determinado estado emocional puede suponer que nos sintamos impulsados a realizar determinado tipo de conducta o, por el contrario, puede suponer un bloqueo conductual. No hay que confundir la emoción con la motivación, pues la motivación es específicamente “aquello que necesitamos para satisfacer alguna necesidad psicológica, mientras que la emoción es un conocimiento que incluye información sobre la motivación, pero también sobre los medios de que disponemos y la situación en que estamos, combinando esas informaciones en una evaluación general.”<sup>59</sup>

Darwin, en su libro *La expresión de las emociones en hombres y animales* (1967) supuso que “las respuestas faciales humanas evidenciaban estados emocionales idénticos en todos los seres humanos. Relacionaba la expresión de la emoción con otras conductas y a todas ellas las hacía resultado de la evolución; a partir de ahí intentó compararlas en diversas especies. Sus ideas principales eran que las expresiones de la emoción evolucionan a partir de conductas, que dichas conductas si son beneficiosas aumentarán, disminuyendo si no lo son, y que los mensajes opuestos a menudo se indican por movimientos y posturas opuestas.”<sup>60</sup>

Freud desarrolla los fundamentos del Psicoanálisis, en los que por primera vez se le adjudica a las emociones efectos psicológicos relevantes, aunque de carácter patológico, muy relacionados con los famosos mecanismos de

---

<sup>59</sup> Op. cit. p 60.

<sup>60</sup> Darwin, C. (1967). *La expresión de las emociones en el hombre y los animales*. Madrid. Prometeo.

represión. Freud suponía que se reprime determinado tipo de información personal porque está asociada a emociones demasiado fuertes para ser conscientemente asumidas por la personas pero esas emociones reprimidas acaban saliendo por otro lugar generando la patología psicológica.

Las emociones no son algo que simplemente nos acompañan mientras desarrollamos nuestro pensamiento y nuestro comportamiento cotidiano, sino que en cuanto información acerca del estado global en que nos encontramos resultan ser la guía fundamental que articula dichos razonamientos y pensamientos si no gestionamos adecuadamente nuestros estados emocionales, para saber verdaderamente lo que queremos, de nada nos servirá ser muy inteligentes y disponer de grandes habilidades de comportamiento. No basta con tener intacto el pensamiento y las habilidades comportamentales, necesitamos además ser capaces de coordinarlos adecuadamente y para ello la gestión de los estados emocionales juega un papel crucial.

### **3.3 Inteligencia Emocional.**

Los comportamientos violentos, la ira irracional, el miedo a relacionarse con los demás, implican, de una forma u otra, un fracaso personal. Adiestrar nuestras emociones no quiere decir reprimirlas, significa dilucidar su conveniencia y adecuar su posible expresión. Un componente falto de Inteligencia Emocional puede conducir a la destrucción de nuestras relaciones, afectar nuestra salud y rendimiento.

“La Inteligencia Emocional se trata de una nueva concepción acerca de cómo manejar los procesos emocionales que rompe con los prejuicios negativos tradicionales en el tema, y trata de aprovechar las emociones en positivo.”<sup>61</sup>

Si las emociones nos ofrecen información acerca de nuestros propios procesos mentales, podemos utilizar esa información para profundizar en el conocimiento

---

<sup>61</sup> Bradberry, T., Greaves, J. (2007). *Las claves de la Inteligencia Emocional*. Bogotá. Norma.

de dichos procesos y eventualmente, redirigirlos de forma intencional. En este contexto, la idea de Inteligencia Emocional se refiere precisamente a eso, a la posibilidad de desarrollar las habilidades o destrezas necesarias para manejar y modificar la información emocional de manera positiva y psicológicamente constructiva. Es decir, aprender a utilizarla para influir y mejorar la eficacia de nuestro comportamiento. La idea de prestar atención a la información que ofrecen las emociones surgió en varias formulaciones diferentes y en varios autores distintos, a finales del pasado siglo XX.

Incluso algunos autores utilizaron juntas las palabras inteligencia y emoción. Pero quienes por primera vez definieron claramente el concepto, y quienes utilizaron por primera vez la etiqueta de Inteligencia Emocional como nombre propio, fueron dos psicólogos norteamericanos Peter Salovey Y John D. Mayer; en concreto lo hicieron en un artículo de Psicología infantil que publicaron en 1990. La razón para crear esa nueva etiqueta se apoya en una analogía con la Inteligencia convencional, o C.I (cociente intelectual). Como sabemos la Inteligencia Convencional se refiere a la “capacidad para manejar nuestras destrezas cognitivas, tales como la memoria, el razonamiento, el cálculo, las estrategias de solución de problemas etc., para resolver tareas intelectuales”.<sup>62</sup>

Con todo este nuevo auge de la importancia de las emociones se fue dando lugar a una serie de propuestas acerca del manejo activo y positivo de las emociones, que terminaran enmarcando la aparición de la Inteligencia Emocional. Entre esas propuestas que constituyen los antecedentes del actual concepto de Inteligencia Emocional se suele mencionar el desarrollo de líneas de investigación sobre emoción y cognición, como la de Ortony y colaboradores.

El concepto de Howard Gardner al cual llamo modelo de Inteligencias múltiples, siendo aquella que se refiere a la auto comprensión, el acceso a la propia vida

---

<sup>62</sup> Gardner, H., Kornhaber, M., Wake, K. (2000). *Inteligencia. Múltiples perspectivas*. Madrid. Aique.

emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones de estas emociones y finalmente ponerles nombre y recurrir a ellas como medio de interpretar y orientar la propia conducta y desarrolla 8 tipos de inteligencia: lingüística, lógica matemática, espacial, musical, corporal-cinética, Intrapersonal, interpersonal y naturalista.<sup>63</sup>

Pero esas ideas, y otras similares, resultan bastante alejadas del núcleo conceptual de la Inteligencia Emocional, aunque comparten con ella el punto de partida referido a considerar que el manejo de las emociones resulta muy relevante para el desarrollo personal.

A partir de 1990 Peter Salovey y John D. Mayer continuaron desarrollando su idea de la Inteligencia Emocional, pero pronto sus trabajos comenzaron a desbordar el ámbito inicial de la psicología infantil, ampliando el concepto de manera que se convirtió en una dimensión de la personalidad humana en general. Trataron de hacer más explícitos los contenidos del concepto, diseñaron sistemas para su evaluación e intentaron relacionarlo con otros parámetros de la personalidad y de la psicopatología. Sin embargo, el gran salto cualitativo del tema se producirá en 1995 cuando Daniel Goleman un psicólogo norteamericano lanza un libro sobre Inteligencia Emocional y presenta una heterogénea colección de investigaciones de diversos campos que van desde la neuropsicología a la psicología del trabajo, pasando por la psicología de la personalidad, la psicología infantil y la psicología social.

Según este autor esos trabajos concluyen, de una u otra forma, en la idea de que la gestión de las emociones es muy relevante para orientar eficazmente el comportamiento en la vida cotidiana.

A partir de ese momento el uso del concepto de Inteligencia Emocional que denominare IE a partir de ahora para abreviar, se generalizo tanto en el ámbito académico como en los textos de divulgación psicología y auto-ayuda,

---

<sup>63</sup> Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*. México. Paidós.

convirtiéndose en el símbolo de ese reconocimiento social de la importancia de las emociones en el desarrollo de una vida psicológicamente equilibrada.

En concreto el planteamiento de Salovey y Mayer lo que propone es que para aprovechar las emociones en sentido positivo, aprendamos a interpretarlas no como una reacción automática inescapable, sino como una fuente de información acerca del funcionamiento de los procesos de nuestra propia mente es decir, se trata de caer en la cuenta de que cuando sentimos una emoción no estamos necesariamente atrapados en un proceso mental incomprensible e incontrolable, sino que estamos ante la posibilidad de darnos cuenta de cómo está funcionando nuestra mente, paso a paso, ante una situación determinada. Es decir: percepción, interpretación (evaluación, decisión) acción, descubriremos que no solo podremos intentar reprimir el comportamiento final, sino que podemos hacer mucho más. Podemos analizar y eventualmente modificar, cualquiera de los pasos del proceso. En efecto, no solo podemos evaluar la respuesta que vamos a poner en marcha, sino que también podemos revisar todo el proceso, empezando por nuestra percepción e interpretación de la realidad, siguiendo por la lógica de la decisión con la que estamos asociando esa situación a una respuesta concreta, y terminando por adelantar las consecuencias de que probablemente tendrá nuestra respuesta. En definitiva, si analizamos atentamente nuestros estados emocionales, ya sea en el momento en que ocurren, o con posterioridad, tendremos nada menos que la posibilidad de acceder al conocimiento de los procesos con los que nuestra propia mente está diseñando nuestro comportamiento. Lo cual nos puede permitir a su vez, revisarlos y eventualmente, modificarlos para lograr un comportamiento más efectivo.

La Inteligencia Emocional según Salovey y Mayer consiste en el conjunto de habilidades o destrezas que nos permiten llevar a cabo esa revisión y modificación de nuestros estados emocionales de cara a mejorar nuestro

comportamiento cotidiano permitiéndonos realizar eficientemente tareas como las siguientes.<sup>64</sup>

- Percibir adecuadamente los estados emocionales, asumiéndolos como tales y expresándolos adecuadamente: Atención Emocional.
- Comprender correctamente la naturaleza de esos estados emocionales: Comprensión Emocional.
- Regular esos estados emocionales, impidiendo sus efectos negativos y aprovechando sus aspectos positivos: Regulación Emocional.
- Conocer con mayor profundidad la relación entre las emociones y los pensamientos y otros procesos cognitivos: Facilitación Emocional.

Atención Emocional: Consiste en prestar adecuada atención a las emociones y sentimientos expresándolos de forma conveniente. Evidentemente, si de lo que se trata es de aprovechar la información que nos ofrecen los estados emocionales, la primera condición para lograrlo será percibir correctamente esa información. Esto puede parecer obvio, pero no lo es en absoluto. Porque una cosa es que efectivamente, en cualquier momento de nuestra vida estemos en un estado emocional concreto y otra muy distinta que seamos conscientes de ello. Para lograr esto será necesario prestarle cierta atención a nuestro estado general. Es decir, hay que focalizar la atención en nosotros mismos, de manera que podamos identificar lo que estamos sintiendo en cada momento.

Resulta disfuncional prestarle demasiada atención a las emociones. Es lo que se denomina Rumiación Emocional se trata de prestarle demasiada atención a los estados emocionales, de manera que en lugar de utilizar la información que contienen para tomar decisiones efectivas, nos limitemos a contemplar y vivenciar las sensaciones emocionales sin ir mas allá. Esto hace que no solo no se aproveche la información que poseen, sino que potencia los aspectos negativos de las emociones, pudiendo llegar incluso a bloquearnos

---

<sup>64</sup>Salovey, P., Mayer, J. (1990). Inteligencia Emocional. Imaginación, cognición y personalidad. Madrid. Paidós.

psicológicamente. Es decir, se termina sustituyendo la acción por la mera vivencia emocional.

La primera parte de la habilidad de percibir las emociones que caracteriza la Inteligencia Emocional consiste en saber dedicarle la atención adecuada, ni poca ni mucha, a los estados emocionales. La clave está en ser efectivamente consciente de nuestro estado emocional, pero sin que eso agote todos nuestros recursos mentales y nos sobre capacidad para llevar a cabo otros procesos de análisis y evaluación que nos permitirán sacar partido de la información que contiene ese estado emocional.

La segunda parte de esa primera habilidad se refiere a la capacidad para identificar adecuadamente el tipo y el significado del estado emocional en que estamos. Esto requiere de un conocimiento específico acerca de la relación que existe entre los antecedentes de cada estado emocional (que estímulo nos produce que sensación), las características del mismo (que tipo de emoción nos produce) y las consecuencias o conducta a la que suele llevarnos (acción, inhibición, acercamiento, alejamiento, etc.).

Las emociones se caracterizan por tres dimensiones básicas que son: su cualidad (positiva o negativa) su intensidad (alta o baja) y su duración (puntual o a largo plazo). Por tanto, serán estos parámetros los que deberemos ser capaces de estimar en cada momento para poder afirmar que percibimos adecuadamente la emoción. Cuando percibimos una emoción es importante identificar se trata de algo puntual o de algo de carácter más permanente.

Respecto a la intensidad es muy importante identificar la emoción que estamos sintiendo, para evaluar adecuadamente la importancia de la situación. Tanto la sobrevaloración como la infravaloración sesgan negativamente la información emocional. La cualidad es probablemente el parámetro de mayor riqueza de matices porque, como ya comentamos anteriormente, la variedad de emociones que se pueden llegar a sentir.



Comprensión Emocional: Está relacionada con la capacidad para comprender el significado de la información que nos suministran nuestras propias emociones. Una emoción nos informa de que está en marcha un proceso cuyos pasos principales son: percepción, interpretación, decisión, acción. Comprender un estado emocional exige identificar que es lo que nos produce (percepción), como lo valoramos (interpretación), como vamos a responder a esa situación (decisión) y, finalmente, anticipar las consecuencia de lo que vamos a hacer (acción). Si hacemos ese análisis correctamente, ya sea antes de actuar o, incluso, después de haberlo hecho, estaremos en condiciones de descomponer los pasos y la lógica con la que se ha construido nuestro propio comportamiento. Es decir, la mecánica que nos lleva a actuar como lo hacemos.

La Comprensión Emocional consiste en la capacidad para reconocer y entender las emociones no solamente propias sino también de los demás, y se divide en dos componentes diferentes, por un lado, la comprensión emocional intrapersonal y, por otro lado, la comprensión emocional interpersonal.

El componente Intrapersonal se centra en la subjetividad de las emociones, en las fuentes posibles para identificar las emociones (aspectos verbales y no verbales), la importancia de una adecuada identificación y sus efectos, así como en los factores que ayudan a comprender que es lo que se está sintiendo: identificación de los antecedentes, de los componentes y los consecuentes de esa emoción. El componente interpersonal se refiere a la empatía que es la adopción de perspectivas o capacidad para ponerse en el lugar de otra persona y la comprensión emocional o capacidad para identificar y comprender emociones en los demás.

Regulación Emocional: También recibe el nombre de reparación de los estados de ánimo y ha sido definida como la habilidad de las personas para influir en que emociones tienen, cuando las tienen y como las experimentan y las expresan, o también como cualquier intento que hacen las personas para

modificar en alguna medida la ocurrencia, intensidad o duración de un estado emocional (positivo o negativo), bien alterando alguno de los factores que anteceden a la emoción (situaciones antecedentes), bien modificando algún aspecto de la emoción en si misma (supresión de la respuesta emocional). Tiene dos vertientes: la vertiente negativa hace referencia al estilo represivo de afrontamiento o la inhibición de la experiencia emocional subjetiva (supresión emocional) presenta efectos negativos sobre la salud física y la rumiación ante estados de tristeza parece perpetuar el estado depresivo.

En cuanto a la vertiente con mayor potencial adaptativo se han considerado las técnicas de manejo del estrés, la relajación y el ejercicio físico así como la expresión emocional a través de la escritura.

Facilitación Emocional: Es entendida como la habilidad para asimilar la emoción en el pensamiento. Así, las emociones permiten priorizar el pensamiento y facilitan los juicios y la memoria. Este componente es especialmente relevante, ya que establece una bidireccionalidad entre la emoción y el pensamiento. De esta forma, a la vez que se trabaja la emoción se están desarrollando capacidades cognitivas.

Desde la perspectiva de la IE el objetivo final de la facilitación emocional consiste en lograr la automotivación. Es decir, desarrollar la habilidad de utilizar intencionalmente los estados emocionales para dirigir el propio comportamiento de manera que seamos capaces de alcanzar en cada momento el adecuado estado emocional, de cara a los objetivos que hayamos fijado para esa circunstancia. Se empieza a vislumbrar que las emociones contienen información relevante de cara a la comprensión de nuestro propio comportamiento e, incluso para su manejo efectivo.

Desde esta nueva perspectiva, que lidera la noción de IE, se propone una colaboración entre la razón y la emoción, de manera que sea la emoción quien fije los objetivos vitales, impulsándonos hacia ellos, y la razón la que señale la

forma de alcanzarlos. Visto así, lo que finalmente propone la IE es que potenciemos esa faceta de las emociones como impulsoras del comportamiento. Con ellos se disolvería definitivamente el enfrentamiento entre razón y emoción, de manera que sumen sus fuerzas para impulsar un comportamiento psicológicamente coherente y adaptado.<sup>65</sup>

A partir de aquí no solo seremos capaces de predecir qué estado emocional vamos a sentir en cada situación característica de nuestra vida cotidiana, sino que además podremos generarnos determinados estados emocionales previamente seleccionados a base de crearnos las condiciones que, por experiencia sabemos que lo producen. Con la inteligencia emocional podremos gozar de todo aquello que sentimos, aprender de nuestras experiencias y llegar al autoconocimiento.

### **3.4 Autoestima.**

La autoestima ha sido tema central de diversos estudios y aproximaciones teóricas; autores tales como H. S. Sullivan, K. Horney, E. Fromm y C. Rogers, entre otros, han abordado el tema de la autoestima y sus orígenes. Sin embargo, el término a menudo se da por entendido, aun cuando los autores puedan no estar refiriéndose a lo mismo. Así, W. James indica que la autoestima está determinada por la relación entre las aspiraciones y los logros de una persona, y A. Maslow la categoriza como una necesidad.

Coopersmith (1967) considera la autoestima como un juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia si mismo. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conductas manifiesta. La importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser, a nuestra manera de ser y al sentido de nuestra valía personal. Por lo tanto, puede afectar a nuestra manera de estar y actuar en el mundo y de

---

<sup>65</sup> Salovey, P., Mayer, J. (1997). *¿Qué es la Inteligencia Emocional?* Nueva York. Basic Books.

relacionarnos con los demás. Nada en nuestra manera de pensar, de sentir, de decidir y de actuar escapa a la influencia de la autoestima.

El autoconcepto es el concepto propio que uno tiene de si mismo, como te consideras, que imagen tienes de ti, es el propio sentido de la identidad, la percepción que tienes de ti mismo. A diferencia del autoconcepto, la autoestima es un juicio de valor que haces acerca del propio valor y de tu competencia en diferentes dominios.

### **3.5 Habilidades Sociales.**

El término habilidad se utiliza para indicar que la competencia social no es un rasgo de la personalidad, sino más bien un conjunto de comportamientos aprendidos y adquiridos. Son un conjunto de conductas emitidas por el individuo en un contexto interpersonal que expresa sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que, generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas. Como lo que importa no es solo lo que decimos sino como lo decimos, lo cual incluye el uso de todos los símbolos no verbales, es muy probable que los demás reconozcan de inmediato cualquier incongruencia entre lo que decimos y lo que sentimos.

Hay diferentes tipos de habilidades sociales: entre los diferentes tipos que se pueden entrenar existe la asertividad, la empatía (ponerse en el lugar del otro), la comunicación no verbal, la planificación, el establecer metas y objetivos, la resolución de problemas, entre otras. Las habilidades sociales son estrategias aprendidas de forma natural.

Habilidades sociales evaluadas con el cuestionario de Goldstein	
<p><i>Primeras habilidades sociales</i></p> <p>1.- escuchar  2.- iniciar una conversación  3.- mantener una conversación  4.- formular una pregunta  5.- dar las gracias  6.- presentarse  7.- presentar a otras personas  8.- hacer un cumplido</p>	<p><i>Habilidades sociales avanzadas</i></p> <p>9.- pedir ayuda  10.- participar  11.- dar instrucciones  12.- seguir instrucciones  13.- disculparse  14.- convencer a los demás</p>
<p><i>Habilidades relacionadas con los sentimientos</i></p> <p>15.- conocer los propios sentimientos  16.- expresar los sentimientos  17.- comprender los sentimientos de los demás  18.- enfrentarse con el enfado de otro  19.- expresar el afecto  20.- resolver el miedo  21.- autor recompensarse</p>	<p><i>Habilidades alternativas a la agresión</i></p> <p>22.- pedir permiso  23.- compartir algo  24.- ayudar a los demás  25.- negociar  26.- emplear el autocontrol  27.- defender los propios derechos  28.- responder a las bromas  29.- evitar los problemas con los demás  30.- no entrar en peleas</p>
<p><i>Habilidades para hacer frente al estrés</i></p> <p>31.- formular una queja  32.- responder a una queja  33.- demostrar deportividad tras un juego  34.- resolver la vergüenza  35.- arreglárselas cuando le dejan de lado  36.- defender a un/a amigo.  37.- responder a la persuasión.  38.- responder al fracaso  39.- enfrentarse a los mensajes contradictorios  40.- responder a una acusación.  41.- prepararse para una conversación difícil.  42.- hacer frente a las presiones del grupo</p>	<p><i>Habilidades de planificación</i></p> <p>43.- tomar iniciativas  44.- discernir sobre la causa del problema  45.- establecer un objetivo  46.- determinar las propias habilidades  47.- recoger información  48.- resolver los problemas según importancia  49.- tomar una decisión  50.- concentrarse en una tarea</p>

Cuadro 4. Habilidades Sociales según Goldstein.

**ASERTIVIDAD:** Suele definirse como un comportamiento de comunicación maduro en el cual la persona no agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, sino que manifiesta sus convicciones y defiende sus derechos.

Es una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir o perjudicar, actuando desde un estado interior de autoconfianza, en lugar de la emocionalidad limitante.

La asertividad es una actitud intermedia entre una actitud pasiva o inhibida y otra actitud agresiva. Una persona asertiva suele ser tolerante, acepta los errores, propone soluciones factibles sin ira, se encuentra segura de sí misma y frena pacíficamente a las personas que les atacan verbalmente.

La asertividad impide en fin que seamos manipulados por los demás en cualquier aspecto y es un factor decisivo en la conservación y el aumento de nuestra autoestima, además de valorar y respetar a los demás recíprocamente.

La asertividad puede verse como una negociación, un consenso, o un acuerdo con otro, de modo que los dos salgan beneficiados.

## **CAPÍTULO IV.**

### **METODOLOGÍA.**

#### **4.1 Justificación.**

La violencia doméstica ocurre en todos los niveles de la sociedad, no solamente en la clase social baja como anteriormente se pensaba, la violencia no distingue genero, raza, posición económica o cultural, cabe destacar que sus manifestaciones son distintas y en todos los casos sus resultados son los mismos: una desvalorización hacia la víctima.

Con la elaboración de la ley para alejar a las mujeres de la violencia no solo se abre el camino hacia lo legal, sino también hacia lo psicológico y emocional, ofreciéndole a la mujer violentada, mayores posibilidades para obtener una vida sin violencia.

Esta investigación aporta una herramienta elemental de intervención en el ámbito de la Psicología; por medio de la instrumentación y aplicación de un programa de educación emocional encaminado a fortalecer el empoderamiento de la víctima.

Parte de la ardua tarea de lograr el empoderamiento de la víctima incluye tomar en cuenta las relaciones que lleva consigo misma, con su pareja, familia e hijos y en consideración a ello no podemos alejar las emociones que son un componente esencial del ser humano en su interacción y desarrollo con otros mejorando o empeorando sus relaciones así pues el objetivo de la inteligencia emocional seria lograr una mejora de la relación con ella misma y con los otros.

La Inteligencia Emocional ha supuesto un punto de inflexión en el estudio de las emociones, las cuales han pasado de ser elementos perturbadores de los procesos cognitivos a considerarse fenómenos vitales del ser humano brindando mayor importancia a la facultad de desarrollar relaciones sociales sanas y eliminar las destructivas, así como conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos en los otros, crear la propia automotivación y gestionar las relaciones.

#### **4.2 Delimitación del problema.**

La prevalencia de violencia contra la mujer en nuestro país es un fenómeno social imperante, el cual ha llegado a casos extremos como la muerte de mujeres a mano de sus cónyuges o parejas sentimentales. Mucho se ha investigado sobre el problema de la violencia, es por eso que hoy se aborda dicho tema partiendo de la premisa de que es importante investigar en el campo de las emociones y para ser mas especifica de la Inteligencia Emocional, proporcionándole a las víctimas de la UAPVIF Cuauhtémoc, D.F. un programa de educación emocional que le permita fortalecer y eficalizar su empoderamiento logrando el objetivo de alejarse de la violencia.

#### **4.3 Planteamiento del problema.**

¿El programa de educación emocional, puede fortalecer y eficalizar la intervención que ofrecen las Unidades de Atención y Prevención de Violencia familiar del Distrito Federal (UAPVIF) para el empoderamiento de la victima?

#### **4.4 Hipótesis de trabajo.**

Hipótesis de Investigación: Si se aplica un programa de Educación Emocional este fortalecerá y eficalizara el empoderamiento de las víctimas.

Hipótesis nula: La aplicación del Programa de Educación Emocional, no lograra eficalizar y fortalecer el empoderamiento de las víctimas.



Hipótesis alterna: El programa de Educación Emocional a víctimas de violencia favorecerá sus relaciones sociales, su autoconcepto y elevara su autoestima.

#### **4.5 Objetivos de la Investigación.**

Objetivo General.

Fortalecer el empoderamiento de la víctima y eficalizar la atención brindada por la institución.

Objetivos Específicos.

- Entrevistar a los Psicólogos que se encuentren laborando en las unidades de atención y prevención de la violencia familiar (UAPVIF) para determinar el momento adecuado de introducción del programa de educación emocional.
- Instrumentar y aplicar el programa sobre inteligencia emocional donde se enseñe a la victima el autoconocimiento emocional, control emocional, automotivación, reconocimiento de emociones ajenas y habilidades para las relaciones interpersonales, para la mejora de su tratamiento e inserción social.
- Establecer la diferencia de los resultados obtenidos entre la intervención institucional convencional y el que integra el programa de educación emocional.

#### **4.6 Método.**

Tipo de estudio: Descriptivo.

Método de prueba de hipótesis: Prueba U de Mann Whitney.

Variable dependiente: Empoderamiento de la víctima.

Variable independiente: Programa de educación emocional.

#### **4.6.1 Diseño, tipo y controles.**

Diseño: Pre experimental. En los diseños pre-experimentales se analiza una sola variable no existe la posibilidad de comparación de grupos, no se utiliza grupo control, no existe un control sobre la selección de sujetos.

Tipo: Test – Re test de un solo grupo      X ----- O ----- X

En este diseño se efectúa una observación antes de introducir la variable independiente y otra después de su aplicación. Por lo general las observaciones se obtienen a través de la aplicación de una prueba u observación directa.

Controles: Mujeres que sean víctimas de violencia y beneficiaria del programa de la UAPVIF.

#### **4.6.2 Escenario, materiales y sujetos.**

Escenario: Unidad de Atención y Prevención de la Violencia Familiar (UAPVIF) Cuauhtémoc, ubicado en Donceles # 94 Col. Centro Del. Cuauhtémoc México Distrito Federal. Salón amplio con capacidad para máximo 30 personas con sillas para cada una de las personas y un pizarrón para trabajar.

Materiales: Trait Meta Mood Scale TMMS-24 (2004)

Inventario de autoestima de Coopersmith (1967)

Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein (1978)

Programa de Educación Emocional.

Sujetos: La población está integrada por 25 sujetos conformado por mujeres beneficiarias de la UAPVIF Cuauhtémoc.

Criterios de inclusión: Sexo femenino. Víctimas de violencia de 20 a 60 o más años de edad, que participen en grupo de reflexión.

Criterios de exclusión: Víctimas de Sexo Masculino. Victimarios de violencia. Mujeres que se encuentren en terapia grupal o individual.

#### **4.6.3 Instrumentos.**

**Trait Meta Mood Scale TMMS-24** (2004). Instrumento diseñado en para medir los factores del modelo propuesto como son: Percibir emociones de manera eficaz (atención emocional), usar emociones para facilitar el pensamiento (facilitación emocional), comprender las emociones (comprensión emocional) y manejar las emociones (regulación emocional). Desarrollada para recoger los aspectos de la Inteligencia Emocional en concreto sus habilidades para prestar atención a las emociones propias, la influencia de la emoción en el pensamiento, reconocer y entender las emociones propias y de los demás y la noción de que tienen capacidad de influencia sobre sus propias emociones. Adaptación al castellano por Fernandez-Berrocal, Extremera y Ramos 2004, esta versión mantiene la misma estructura que la original y a través de 24 ítems evalúa tres dimensiones (8 ítems por factor) atención, claridad y reparación emocional, a los sujetos se les pide que evalúen el grado en el que están de acuerdo con cada uno de los ítems sobre una escala tipo likert de 5 puntos (1=Nada de acuerdo, 5=Totalmente de acuerdo) cuenta con validez convergente y su confiabilidad dada por el Coeficiente Alpha de Cronbach para cada componente es Atención (0.90) Claridad (0.90) y Reparación (0.86), presenta una fiabilidad test - re test adecuado. Tiempo estimado de administración 10 minutos aproximadamente.

**Inventario de Autoestima de Coopersmith** (1967). Las personas basan su imagen de sí mismos en algunos criterios, siendo estos una base para los 25 reactivos de su inventario:

- A) Significación, el grado en que se sienten amados y aceptados por las personas que le son importantes.
- B) Competencia, el grado en que se sienten capaces de desempeñar tareas.

C) Virtud, la capacidad de alcanzar valores morales y éticos.

D) Poder, habilidad de ejercer influencia en la propia vida y en la de los demás, teniendo, en la medida de lo posible, control de lo que ocurre en el medio ambiente y en el propio medio interno.

Características: afirmaciones con respuestas dicotómicas (si-no). Cuenta con validez de constructo y concurrente y su confiabilidad es evaluado con el coeficiente de Alpha de Cronbach que muestra un valor de 0.81, muestra confiabilidad test – re test. Tiempo estimado de administración 10 minutos aproximadamente.

**Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein.** La lista de chequeo de habilidades sociales fue construida por Goldstein en el año 1978. Los ítems derivan de distintos estudios psicológicos que suministraron información acerca de cuáles son las conductas acertadas que hacen que los sujetos se desenvuelvan correctamente en situaciones sociales.

Los objetivos de la prueba son: Determinar las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales. Identificar el uso de la variedad de habilidades sociales personales e interpersonales. Evaluar en qué tipo de situaciones las personas son competentes o deficientes en el empleo de una habilidad social.

Características: 50 reactivos con escala tipo likert de 5 puntos (1=Nunca, 5=Siempre) tiene una confiabilidad evaluada por el Coeficiente Alpha de Cronbach de 0.91 y muestra validez de constructo. Tiempo estimado de administración 15 minutos aproximadamente.

**Programa de Educación Emocional.** Desarrollado para apoyar y fortalecer el empoderamiento de las victimas haciendo uso de las características de la Inteligencia emocional como son: atención emocional, facilitación emocional, comprensión emocional, regulación emocional, mejora del autoconcepto y elevación de la autoestima así como mejora en las habilidades sociales, favoreciendo las competencias cognitivas y emocionales para facilitar el

afrontamiento de problemas en el sujeto, potenciando el bienestar emocional y social de las personas que asisten a la institución.

El programa tiene una duración total de 12 horas dividido en 6 módulos y cada uno de ellos cuenta con una etapa educativa y una etapa de desarrollo de la competencia donde se trabajan con técnicas de intervención cognitivo-conductual.

#### **4.7 Procedimiento.**

Se instrumentó el programa de educación emocional para víctimas de violencia familiar considerando el plan de trabajo que la institución gubernamental UAPVIF imparte en la actualidad a las usuarias, con el fin de determinar el momento de introducción del programa para iniciar con la convocatoria del programa.

El diseño en el cual está basada dicha investigación es pre-experimental de tipo test - re-test y se trabajó con un grupo conformado por 25 mujeres beneficiarias de la unidad Cuauhtémoc víctimas de algún tipo de violencia.

El programa de Educación emocional se desarrolló en 6 módulos impartidos en 13 sesiones con una duración aproximada de 2 horas cada uno y estuvieron divididos en dos etapas, una educativa enfocada a brindar información, definiciones y características relevantes al tema y una segunda, de desarrollo de la competencia donde se realizaron diversos ejercicios con el fin de que las usuarias desarrollen y apliquen las habilidades adquiridas.

Al finalizar con la aplicación del programa de Educación emocional y de los instrumentos de medición se efectuó la recogida de datos y se procedió a analizarlos con el fin de demostrar el efecto que tuvo la aplicación del programa en las víctimas para efectivizar y fortalecer al programa que la unidad brinda para empoderar a las víctimas.

#### **4.8 Análisis estadístico.**

El diseño test re-test efectúa una observación antes de introducir la variable independiente y otra después de su aplicación, las observaciones se obtienen partiendo de los instrumentos de evaluación utilizados y el análisis de los datos se realizo con la prueba estadística no paramétrica U de Mann Whitney conocida por no tener una distribución libre, no tener normalidad y no contar con desviación estándar.

De acuerdo al análisis de los datos que arrojó la medición de los factores como Inteligencia Emocional, Autoestima y Habilidades sociales se decidió utilizar la prueba U de Mann Whitney ya que estadísticamente cuenta con una potencia alta produciendo así un rechazo de la Hipótesis nula ( $H_0$ ) siendo falsa, cuenta con un control de la variables y maneja datos en forma de intervalo por medio de frecuencias en escala ordinal.

La prueba U de Mann Whitney se utiliza en un diseño de grupos independientes. No depende de la forma que se presenten los datos poblacionales, por lo tanto es adecuada para probar la hipótesis de que ambos conjuntos de datos son muestras aleatorias de poblaciones idénticas, sin importar la forma de las poblaciones considerando que los datos sean de forma ordinal.

#### **4.9 Resultados.**

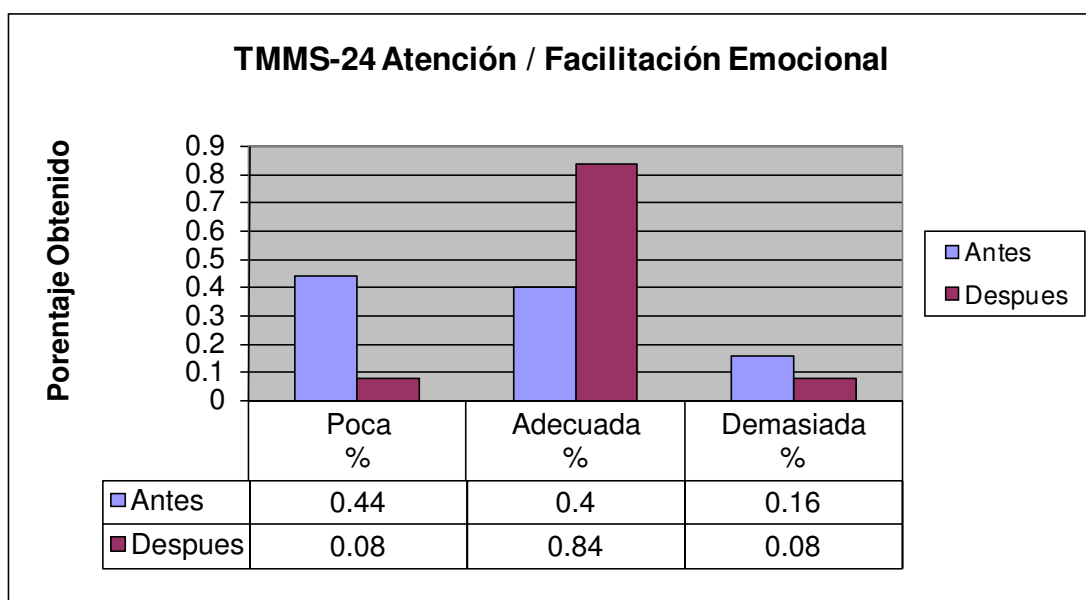
Con la aplicación de la prueba U para la obtención de resultados estadísticos se obtuvo un rechazo de la hipótesis nula con un nivel de confianza del 95%, demostrando que existen diferencias en los grupos y aceptando la hipótesis de investigación precisando que la aplicación del programa de educación emocional fortaleció y eficazizó el empoderamiento de las víctimas señalando que la U mínima calculada es menor a la U tablas respecto al análisis de los 2 instrumentos referentes a la Inteligencia Emocional y Autoestima. Con respecto al análisis del Inventario de Habilidades Sociales se efectuó una conversión a puntaje Z, ya que el número de datos de dicho instrumento rebasa los puntajes

de la tabla U, lo que nos da por resultado un rechazo de  $H_0$  siendo el puntaje Z calculado mayor al puntaje Z tablas.

A continuación se presentan las graficas de los resultados obtenidos, donde se muestra la interacción de los datos que se obtuvieron antes de la introducción de la variable independiente (programa de educación emocional) y después de su introducción, se puede observar claramente como algunos datos ascienden o descienden produciendo un cambio en la variable dependiente (empoderamiento de la victima).

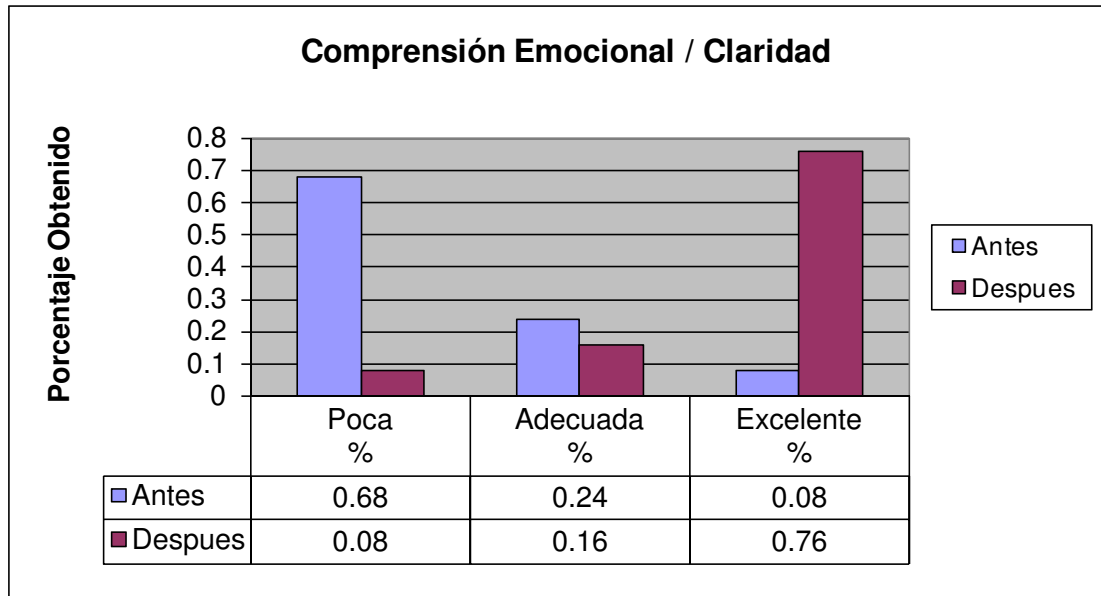
### Trait Meta Mood Scale TMMS-24

#### ATENCIÓN EMOCIONAL / FACILITACIÓN EMOCIONAL.



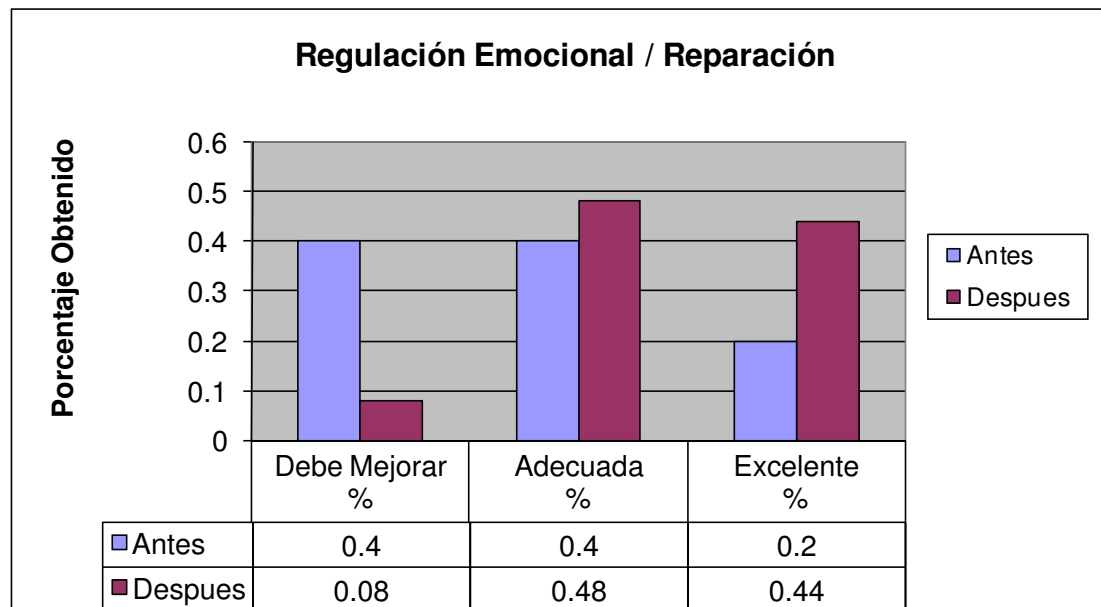
Grafica I TMMS-24 de Inteligencia Emocional factor Atención/Facilitación Emocional, muestra porcentajes obtenidos antes y después de la aplicación del programa de Educación Emocional donde el factor esperado denominado adecuado asciende considerablemente y los factores de poca y demasiada descienden.

## COMPRENSIÓN EMOCIONAL / CLARIDAD



Grafica II TMMS-24 de Inteligencia Emocional factor Comprensión Emocional/Claridad se puede observar el cambio de los resultados obtenidos. El factor Excelente muestra un alza después de la aplicación del Programa de Educación Emocional en comparación con los otros datos.

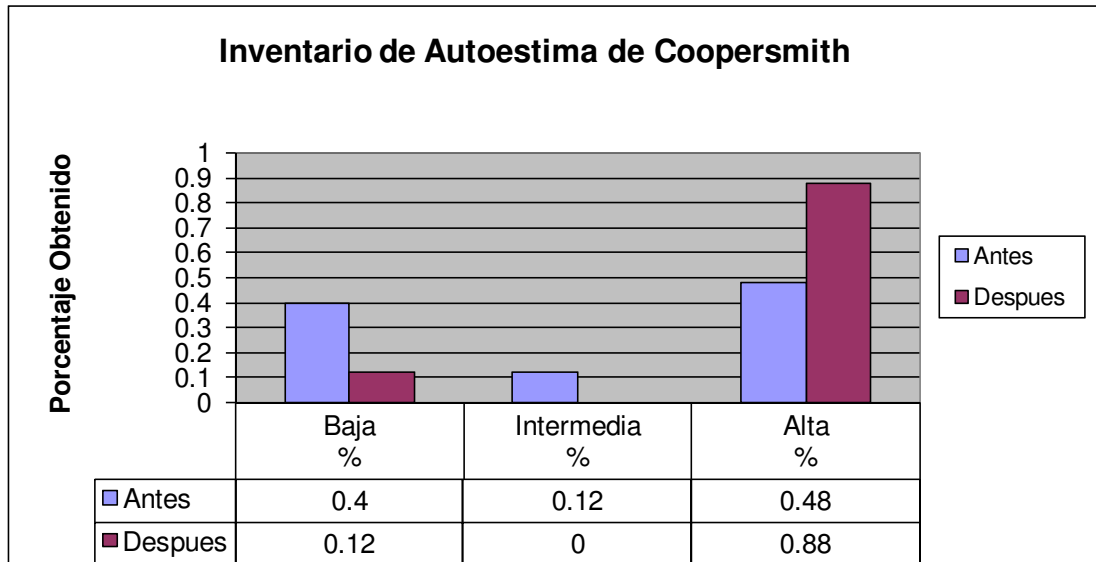
## REGULACIÓN EMOCIONAL ó REPARACIÓN



Grafica III TMMS-24 de Inteligencia Emocional factor Regulación Emocional/Reparación se puede observar como los factores esperados adecuada y excelente ascienden después de la aplicación del programa.

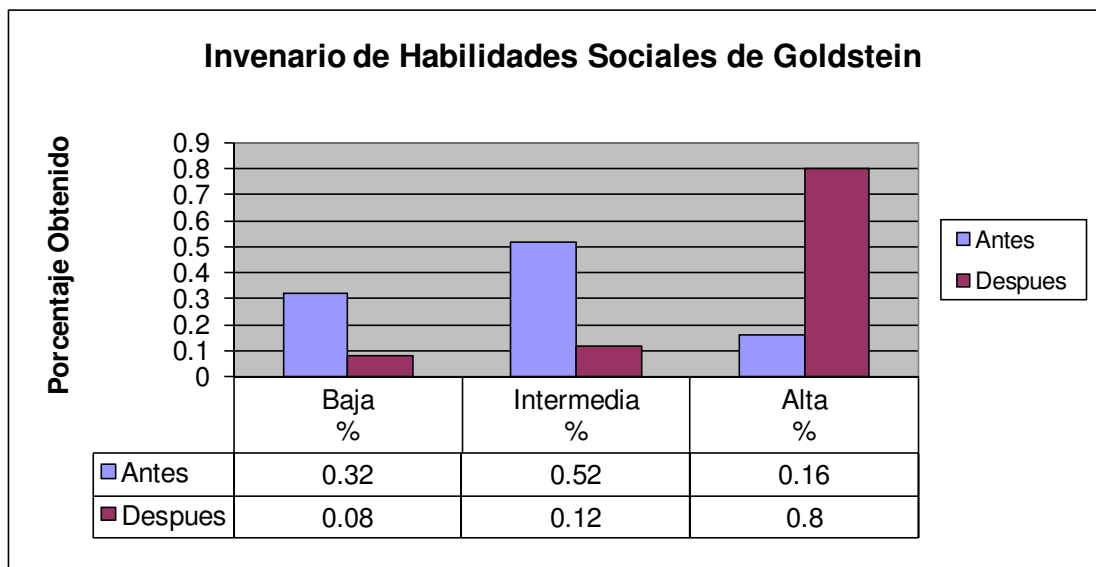


### Inventario de autoestima de Coopersmith.



Grafica IV de Autoestima de Coopersmith los porcentajes ilustrados muestran que el factor de autoestima alta aumento considerablemente después de la aplicación del programa de Educación Emocional.

### Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein.



Grafica V de Habilidades Sociales de Goldstein ilustra la comparación del antes y después de la aplicación del programa de Educación Emocional donde el factor alta ascendió considerablemente.

## **CAPÍTULO V.**

### **DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN.**

La erradicación de la violencia contra las mujeres requiere estrategias de intervención a diferentes niveles que implica tanto tratar las causas estructurales del problema para prevenirlo, como proporcionar a las víctimas los servicios que requieran, inmediatos para su protección y a medio y largo plazo para su recuperación.

La violencia familiar hacia las mujeres es una problemática tan compleja como cuestionante no solo para las personas que la viven, sino para los profesionales que intentan abordarla. El trabajo que se desarrolla en esta temática no resulta efectivo si no modificamos los modelos afectivos que subyacen a las relaciones violentas, sin embargo los programas y estrategias de intervención que se desarrollan no siempre contemplan esta dimensión afectiva.

Parte de las medidas para proteger y atender a las mujeres víctimas de violencia de género y familiar es necesario dotarlas de una mayor confianza en sí mismas, en sus capacidades y en su poder como seres humanos mediante la educación emocional, las oportunidades laborales, la alfabetización general y en materia legal y de derechos humanos.

En cuanto a las acciones deberían desarrollarse simultáneamente en áreas como las siguientes: sensibilización y concienciación de la opinión pública y de los colectivos profesionales implicados, la educación emocional para la no violencia y la resolución pacífica de los conflictos, el control de la publicidad, la

intervención directa para la potenciación primero y la recuperación posterior de las víctimas o la evaluación de las intervenciones y de las medidas adoptadas.

Si aceptamos que en el núcleo del comportamiento violento masculino están las creencias y actitudes misóginas, habrá que plantearse la necesidad de actuar sobre ellas como condición esencial para erradicar este tipo de delito, modificar la educación que reciben los varones que consiste en negar las emociones, comportándose como si no existieran con lo cual se supone el hombre puede orientar más racionalmente su comportamiento sin caer en sesgos emocionales, pero en realidad lo que está ocurriendo es que desarrollan una grave inhibición emocional, es decir a base de intentar ajustarse a ese modelo, han aprendido a ignorar o reprimir la parte de la emoción obteniendo como respuesta a la resolución de las dificultades cotidianas ataques de ira o cólera, relativamente descontrolados, que además de no resultar efectivos para la resolución de los problemas producen en ellos un gran estrés. Modificar la idea de que la mujer solo es receptora de atención y protección por parte del hombre y generadora de amor hacia los hijos, eliminar los mitos entorno al amor y la pareja como: el amor lo perdona todo, quien te cela te ama, el amor es para toda la vida, el amor produce sufrimiento, el amor implica que la pareja desee estar juntos todo el tiempo compartiendo los mismos gustos y aficiones, y creer que el amor puede lograr un cambio en la personalidad o actitudes del otro.

En cambio comprender que las causas que llevan al enamoramiento son de tipo social, biológico y psicológico, por lo tanto nada tiene que ver con el destino o la suerte, que los seres humanos podemos compartir el deseo de dar y recibir amor y placer pero no por ello debemos depositar en el (la) otro (a) la posibilidad de obtenerlo, para que una relación de pareja perdure se necesitan desarrollar habilidades: de comunicación, de resolución de problemas, de contacto físico e instrumentales (roles, obligaciones y responsabilidades de manera que sean equitativas, intercambiables y puedan depender de las circunstancias). Una relación de pareja no se construye a partir de las deficiencias o necesidades personales no cambia la vida del otro (a), la finalidad

es conjugar las historias personales de cada uno, encontrar un objetivo común y trabajar por el objetivamente.

Hoy con la instrumentación, aplicación y obtención de resultados que nos demuestran generaron cambios significativos en las víctimas positivos para su recuperación, se brinda una estrategia de intervención a las instituciones y profesionales encargados de trabajar con este grupo de mujeres, el cual contempla intervenir de forma que brinda a las víctimas la capacidad de re-encontrarse, forjarse y mejorar las características emocionales de su personalidad previniendo y ofreciendo un modelo de atención para tratar a las víctimas eliminando la violencia y eficalizando el empoderamiento de la mujer.

Esta toma de conciencia consolida la idea de que la potenciación de las mujeres en la sociedad es necesaria, la idea del empoderamiento refiere un aumento de la participación de las mujeres en el acceso al control de recursos materiales, intelectuales e ideológicos hasta llegar a una contribución plena para la construcción de la sociedad que permita su participación en igualdad de condiciones con los hombres, tanto en la vida económica, y política como en la toma de decisiones a todos los niveles. Todo ello supone para las mujeres ganancias en autoestima, educación, información y derechos.

En los últimos tiempos este término del empoderamiento ha ido adquiriendo un nuevo sentido, entendiendo que hace referencia también a la toma de conciencia del poder que individual y colectivamente ostentan las mujeres y que tiene que ver con la recuperación de su propia dignidad como personas. En este sentido, se sugiere que la prioridad de las acciones preventivo-asistenciales contra la violencia de género debe ir dirigida no solo hacia la protección, sino también a la dignificación y en definitiva al logro del empoderamiento y de la autonomía de las mujeres para que puedan sentirse autónomas y dueñas de sus decisiones, viviendo en paz con justicia e igualdad de derechos.

En el ámbito psicológico se liga la visión del empoderamiento como estrategia preventiva y de tratamiento centrándonos en el estudio y potenciación de las emociones, mediante la fortaleza del individuo, dirigiendo su atención hacia aquellas características que les permitan aprender, disfrutar y eliminar la victimización.

Recientemente se denomina Resiliencia y se refiere a la calidad y variedad de los recursos psicológicos que poseen las personas para afrontar la vida con éxito en cuanto a lograr un alto bienestar personal que está altamente ligado a la capacidad de ser emocionalmente inteligentes, no se trata de victimizarse sino de generarse y desarrollarse recursos para re definir su papel de mujer.

Cuando se les brinda a las víctimas de violencia la asistencia necesaria dirigida a empoderarse se recuperan de la violencia, en el sentido de que no condiciona su desarrollo en adelante, lo integran de forma no dañina en su relato y con ello combatimos que el ciclo de la violencia dentro de su vida se siga desarrollando impidiendo que en la actualidad cese la violencia que puedan estar ejerciendo hacia algún otro miembro de la familia o bien a futuro se conviertan en generadoras de violencia.

Como profesionales, a la hora de intervenir con las víctimas, es necesario aceptar e identificar que el afecto no siempre protege ni garantiza el crecimiento de quien lo recibe, puede convertirse a veces en un afecto o atención que no promueve el desarrollo, que no genera en la víctima estrategias de resolución de conflictos ni compromiso y pareciera que su intervención va dirigida a colocarse en desventaja ante un grupo de género y oponerse ante él.

Las mujeres víctimas de violencia pueden beneficiarse ampliamente de este programa, que brinda una oportunidad, bien para aprender competencias que nunca llegaron a adquirir por diferentes razones, o bien para potenciar o mejorar competencias adquiridas pero no desarrolladas plenamente logrando empoderarse y con ello mejorando la relación con ella misma y en

consecuencia con los demás, optimizando sus relaciones con una actitud asertiva.

Parte esencial de dicho programa de Educación Emocional es tomar en cuenta la importancia de la autoestima, ya que una baja autoestima puede llevar a sentimientos de apatía, aislamiento, poca capacidad de amar y pasividad, mientras que la alta autoestima se relaciona con personas que se encuentran involucradas en vidas más activas, con sentimientos de control sobre las circunstancias, menos ansiosas y con mejores capacidades para tolerar el estrés interno o externo, son menos sensibles a las críticas, suelen tener mejor salud física, disfrutan de sus relaciones interpersonales y valoran su independencia por ello es significativo trabajar sobre ella.

Asimismo las Habilidades Sociales nos permiten hacer cosas tales como iniciar y mantener relaciones personales; ser aceptados e integrados en los grupos; funcionar de manera efectiva como miembros de equipos; influir en las actitudes, opiniones y comportamiento de los demás; guiar a otras personas; y evitar que ocurran conflictos, o al menos manejarlos con efectividad cuando ocurran, permitiéndole a la víctima desarrollar habilidades para adquirir, mantener y fomentar las relaciones interpersonales, como un modo de ampliar cuantitativa y cualitativamente las redes sociales que ofrezcan y brinden apoyo a la misma.

Es interesante observar la sinergia que se muestra en los aspectos centrales que desarrolla dicho programa, ya que si contamos con un nivel bajo de Inteligencia Emocional este se verá reflejado en una carencia de autoestima y poca habilidad social, y viceversa, si contamos con un nivel alto de Inteligencia Emocional se traducirá en una buena autoestima y buenas habilidades sociales.

Según Salovey la inteligencia emocional está compuesta, más que por competencias de personalidad de carácter estable o fijo, por habilidades que pueden aprenderse a lo largo del ciclo vital a través del entrenamiento adecuado.

En este sentido, una adecuada educación emocional es de gran importancia para lograr una adecuada socialización, mejorar la calidad de vida y como factor de afrontamiento ante problemas.

La educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo. Se plantea que existe una relación bidireccional entre emoción y cognición y por ello potenciando el desarrollo emocional del individuo también se está ejerciendo un efecto favorable sobre sus capacidades cognitivas, es por ello que dicho programa tiene una aplicación práctica directa a la hora de desarrollarse y mediante el afrontamiento para llevarse a cabo por el sujeto en su vida diaria.

## BIBLIOGRAFÍA

- 1.- Asamblea General de las Naciones Unidas. (1981). *Carta Internacional de los derechos humanos de las mujeres*.
- 2.- Badinter, E. (1993). *La identidad masculina*. Madrid. Alianza Editorial.
- 3.- Barbera, E., Bonilla, A., Martínez, I. (2004). *Psicología y género*. Madrid. Cátedra.
- 4.- Bosch, E., Ferrer, V. (2002). *La voz de las invisibles. Las víctimas de un mal amor que mata*. Valencia. Cátedra.
- 5.- Bradberry, T., Greaves, J. (2007). *Las claves de la Inteligencia Emocional*. Bogotá. Norma.
- 6.- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona. Paidós.
- 7.- Casique, I. (2004). *Poder de decisión y autonomía de la mujer mexicana. Análisis de algunos condicionantes*. México. Universidad Nacional Autónoma de México.
- 8.- Chaves, J. (2004). *Perspectiva de Género*. México. Plaza y Valdés.
- 9.- *Clasificación Internacional de enfermedades*. Decima versión. (1992).
- 10.- Corsi, J. (2003). *Maltrato y abuso en el ámbito domestico. Fundamentos teóricos para el estudio de la violencia en las relaciones familiares*. Argentina. Paidós.
- 11.- Corsi, J., (1996). *Violencia Familiar: una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social*. Argentina. Paidós.
- 12.- Corsi, J. (1996). *Violencia masculina en la pareja. Una aproximación al diagnostico y los modelos de intervención*. Buenos Aires. Paidós.
- 13.- Darwin, C. (1967). *La expresión de las emociones en el hombre y los animales*. Madrid. Prometeo.
- 14.- Delgadillo Guzmán L.G., Gurrola Peña G.M. (2000). *Entre la violencia y el amor. Reflexiones desde la psicología*. México: Universidad Autónoma del Estado de México.
- 15.- Echeburúa, E., Fernández-Montalvo, J. (1998). *Manual de violencia familiar*. Madrid. Siglo XXI.



- 16.- Esteinou, R. (2009) Las relaciones de pareja en el México moderno. *Casa del tiempo* 3(26), 64-68.
- 17.- Fernandez-Berrocal, P., Alcaide, R., Dominguez, E., Fernandez-McNally, C., Ramon, N. S., & Ravira, M. (1998). *Adaptación al Castellano de la Escala Rasgo de Metaconocimiento sobre Estados Emocionales de Salovey, et. Al. Datos preliminares*. Libro de Actas del V Congreso de Evaluación Psicológica. Malaga, España.
- 18.- Fernandez-Berrocal, P., Extremera, N. & Ramos, N. (2004). *Validity and Reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta Mood Scale*. Psychological Report.
- 19.- Ferreira, G. (1989). *La mujer maltratada. Un estudio sobre las mujeres víctimas de Violencia Domestica*. Buenos Aires. Sudamericana.
- 20.- García, A.L. (2006). *El fracaso del amor: género e individualismo en el siglo XIX mexicano*. México. Universidad Autónoma del Estado de México.
- 21.- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*. México. Paidós.
22. - Gardner, H., Kornhaber, M., Wake, K. (2000). *Inteligencia. Múltiples perspectivas*. Madrid. Aique.
- 23.- Genovés, S. (1991). *Expedición a la violencia*. México. UNAM-FCE.
- 24.- Goleman, D. (2000). *La inteligencia emocional*. México. Vergara.
- 25.- Heise, L. (1998). *La violencia contra las mujeres: un marco integrado y ecológico*. Barcelona. Greenwood.
- 26.- Hirigoyen, M.F. (2006). *Mujeres Maltratadas: los mecanismos de la violencia en la pareja*. España. Paidós.
- 27.- Horno, P. (2009). *Amor y Violencia. La dimensión afectiva del maltrato*. Barcelona. Desclee de Brouwer.
- 28.- Informe sobre Violencia Familiar de las Instituciones del Distrito Federal. (2009).
- 29.- Instituto del tercer mundo. (2000). *Guía de las mujeres 2000*. América Latina. Editores Asociados.
- 30.- Jewkes, R. (2002). *Violencia ejercida por la pareja: causas y prevención*. Lancet.

- 31.- Kipen, A., Caterberg, M. (2006). *Maltrato, un permiso milenario. La violencia contra la mujer*. Barcelona. Intermon Oxfam.
- 32.- Lara, Ma. A., Verduzco, A., Acevedo, M. & Cortes, J. *Validez y Confiabilidad del Inventario de Autoestima de Coopersmith para adultos en población Mexicana*. Revista Latinoamericana de Psicología, año/vol. 25, numero 002 Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá Colombia pp. 247-255.
- 33.- *Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Distrito Federal.*, (2008).
- 34.- *Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Cuarte edición. (1994).
- 35.- Montero, A. (2001). *Síndrome de Estocolmo Domestico en Mujeres Maltratadas*. En mujeres en red. <http://sss.nodo050org./mujeresred/violencia-am.html>
- 36.- Organización de las Naciones Unidas (1995) Cuarta conferencia mundial sobre la mujer. Beijing.
- 37.- Organización de las Naciones Unidas (1994). *Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer*.
- 38.-Organización Mundial de la salud. (2002). *Informe mundial sobre violencia y salud*.
- 39.- Pagano R. (1999). *Estadística para las ciencias del comportamiento*. México. International Thomson Editores.
- 40.- Rage, E., (1996). *La pareja*. México. Plaza y Valdés.
- 41.- Ramírez, F. (2000). *Violencia Masculina en el Hogar*. México. Pax.
- 42.- Ruiz-Jarabo, C., Blanco, P. (2004). *La Violencia contra las mujeres: prevención y detección, como promover desde los servicios sanitarios relaciones autónomas, solidarias y gozosas*. España. Díaz de Santos.
- 43.-Salovey, P., Mayer, J. (1990). *Inteligencia Emocional. Imaginación, cognición y personalidad*. Madrid. Paidós.
- 44.- Salovey, P., Mayer, J. (1997). *¿Qué es la Inteligencia Emocional?* Nueva York. Basic Books.

- 45.- Sampieri, R., Fernández, C., Baptista, P. (2006). Metodología de la Investigación. México. McGraw-Hill.
- 46.- Seligman, M. (1991). *El optimismo es una ventaja y un placer que se adquiere*. Buenos Aires. Atlántida.
- 47.- Sonkin, D., Durphy, M. (1982). Aprender a vivir sin violencia: un manual para los hombres. Estados Unidos. Volcano.
- 48.- Tartar-Goddet, E. (2005). *Convivir con la violencia cotidiana*. Madrid. Mensajero.
- 49.- Tubert, Silvia. (2003.) *Del sexo al género. Los equívocos de un concepto*. Madrid. Cátedra.
- 50.- Walker, L. (1979). *La mujer maltratada*. Barcelona. Greenwood.
- 51.- Zaccagnini, J. (2004). *Inteligencia Emocional. La relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Madrid. Biblioteca Nueva.
- 52.- [http://www.equidad.df.gob.mx/vfamiliar/red\\_uapvif.html](http://www.equidad.df.gob.mx/vfamiliar/red_uapvif.html)
- 53.- [http://www.equidad.df.gob.mx/vfamiliar/seguro\\_violencia\\_reglas2011.html](http://www.equidad.df.gob.mx/vfamiliar/seguro_violencia_reglas2011.html)
- 54.- <http://www.inmujeres.gob.mx>

ANEXO 1

INSTRUMENTOS

## TMMS-24.

### INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

**No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.**

**No emplee mucho tiempo en cada respuesta.**

1	2	3	4	5
NADA DE ACUERDO	ALGO DE ACUERDO	BASTANTE DE ACUERDO	MUY DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO

1.-	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.-	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.-	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.-	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.-	Dejo que mis sentimientos afecten a mi pensamiento.	1	2	3	4	5
6.-	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.-	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.-	Presto mucha atención a como me siento.	1	2	3	4	5
9.-	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.-	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.-	Casi siempre se como me siento.	1	2	3	4	5
12.-	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.-	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.-	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.-	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.-	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.-	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5

18.-	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.-	Cuando estoy triste pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.-	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.-	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.-	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.-	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.-	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

## INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH.

Edad:

Último grado de estudios:

Instrucciones: A continuación se muestran unas frases. Elige si son características tuyas marcando SI ó NO, dependiendo de tu sentir en este momento. No existen respuestas buenas ni malas.

1.- Generalmente los problemas me afectan poco.	SI	NO
2.-Me cuesta mucho trabajo hablar en público.	SI	NO
3.-Si pudiera cambiaria muchas cosas de mí.	SI	NO
4.-Puedo tomar una decisión fácilmente.	SI	No
5.-Soy una persona simpática.	SI	No
6.-En mi casa me enojo fácilmente.	SI	NO
7.-Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo.	SI	NO
8.-Soy popular entre las personas de mi edad.	SI	NO
9.-Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos.	SI	NO
10. Me doy por vencido muy fácilmente.	SI	NO
11. Mi familia espera demasiado de mí.	SI	NO
12. Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy.	SI	NO
13. Mi vida es muy complicada.	SI	NO
14. Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas.	SI	NO
15. Tengo mala opinión de mi mismo.	SI	NO
16. Muchas veces me gustaría irme de mi casa.	SI	NO

17. Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo.	SI	NO
18. Soy menos bonita que la mayoría de la gente.	SI	NO
19. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo.	SI	NO
20. Mi familia me comprende.	SI	NO
21. Los demás son mejor aceptados que yo.	SI	NO
22. Siento que mi familia me presiona.	SI	NO
23. Con frecuencia me desanimo en lo que hago.	SI	NO
24. Muchas veces me gustaría ser otra persona.	SI	NO
25. Se puede confiar muy poco en mí.	SI	NO



## INVENTARIO DE HABILIDADES SOCIALES DE GOLDSTEIN.

Edad:

Último grado de estudios:

Instrucciones: A continuación encontraras una lista de preguntas que expresan una habilidad, deberás contestar marcando con una "X" según sea el caso de acuerdo a los siguientes puntajes:

Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad.

Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad.

Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.

Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad.

Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad.

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
<b>GRUPO I.</b>					
1.- ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	1	2	3	4	5
2.- ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	5
3.- ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	5
4.- ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5.- ¿Dices a los demás que tú estás agradecida con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	5
6.- ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7.- ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	2	3	4	5
8.- ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	3	4	5

GRUPO II.					
9.- ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	4	5
10.- ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11.- ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12.- ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13.- ¿Ofreces disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	4	5
14.- ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas con mejores y que serán de mayor utilidad que las de otras personas?	1	2	3	4	5
GRUPO III.					
15.- ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	4	5
16.- ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	3	4	5
17.- ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18.- ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	3	4	5
19.- ¿Permites que los demás sepan que tu te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	3	4	5
20.- ¿Cuándo sientes miedo, piensas porque lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	3	4	5
21.- ¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	3	4	5
GRUPO IV.					
22.- ¿Sabes cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides	1	2	3	4	5

a las personas indicadas?					
23.- ¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	4	5
24.- ¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25.- ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5
26.- ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27.- ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28.- ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29.- ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30.- ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	2	3	4	5
GRUPO V.					
31.- ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32.- ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	1	2	3	4	5
33.- ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34.- ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido??	1	2	3	4	5
35.- ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36.- ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga	1	2	3	4	5

no a sido tratada de manera justa?					
37.- ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir que hacer?	1	2	3	4	5
38.- ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39.- ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40.- ¿Comprendes de que y porque has sido acusada y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41.- ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42.- ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
GRUPO VI.					
43.- ¿Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44.- ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causo?	1	2	3	4	5
45.- ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46.- ¿Determinas de manera realista que tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5

47.- ¿Determinas lo que necesitas saber y como conseguir la información?	1	2	3	4	5
48.- ¿Determinas de forma realista cual de tus numerosos problemas es el más importante y cual debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49.- ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50.- ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

**ANEXO 2**  
**CRONOGRAMA**  
**DE**  
**PROGRAMA**  
**DE**  
**EDUCACIÓN**  
**EMOCIONAL**

## CRONOGRAMA DE PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

MÓDULO	TÍTULO DEL MÓDULO	OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
<b>ATENCIÓN EMOCIONAL</b>	¿Por qué lo afectivo es lo efectivo?	Conocer el papel de las emociones en la vida, así como los tipos de emociones y el funcionamiento de estas.	5 hojas blancas por persona. Lápices y crayolas o colores.	65 Minutos.
<b>FACILITACIÓN EMOCIONAL</b>	Las emociones manejando mis pensamientos.	Reflexionar sobre la influencia de la emoción en el pensamiento y brindar estrategias para potenciar las emociones con efectos positivos y debilitar las que tienen efectos negativos.	5 hojas blancas por persona. Lápices y crayolas o colores. 1 fotografía de la persona no actual.	65 Minutos.
<b>COMPRENSIÓN EMOCIONAL</b>	Mis acciones: espejo de mis emociones.	Reconocer y entender las emociones propias y de los demás.	Hojas de cuestionario. Cinta para tapar ojos. Diapositivas con imágenes. Hojas blancas. 3 grupos de tarjetas con historia.	70 Minutos.
<b>REGULACIÓN EMOCIONAL</b>	Manejando mis emociones.	Transmitir a la persona la noción de que tienen capacidad de influencia sobre sus propias emociones aprender estrategias y desarrollar recursos para modificar estas.	3 hojas por persona. Lápices.	65 Minutos

<b>AUTOESTIMA</b>	Dime como te sientes y te diré quién eres.	Trabajar sobre el autoconcepto de la persona, sus competencias y logros para así lograr la elevación de su autoestima.	Diapositivas con imágenes de posturas. 5 Hojas blancas por persona. Lápices.	65 Minutos.
<b>HABILIDADES SOCIALES</b>	Cosechando y sembrando mis relaciones.	Identificar las relaciones interpersonales y la existencia de redes de apoyo así como conocer los distintos estilos de comunicación interpersonal.	3 grupos de tarjetas con 1 situación a desarrollar. Cuestionario. Lápices. 1 chocolate o dulce c/u.	65 Minutos.
Duración Total				12 Horas.



**MODULO I: ATENCIÓN EMOCIONAL. Sesión 1 - 2**

TÍTULO DEL MÓDULO: ¿Por qué lo afectivo es lo efectivo?

OBJETIVO: Conocer el papel de las emociones en la vida, así como los tipos de emociones y el funcionamiento de estas.

FASE EDUCATIVA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Conocer que es y que no es una emoción.</li><li>➤ El papel de las emociones en la vida.</li><li>➤ Tipos de emociones y el funcionamiento de estas.</li><li>➤ Desarrollar un vocabulario emocional más preciso.</li><li>➤ Diferenciar entre el componente fisiológico, el cognitivo y el comportamental de la emoción.</li></ul>	10 Minutos aproximadamente.
FASE DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Formar 5 equipos en donde cada uno de ellos llevara a cabo una representación de alguna situación cotidiana usando 1 de las 6 emociones básicas tratando de que los otros equipos identifiquen que emoción están representando.</li></ul>	10 Minutos aproximadamente.
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Cerrar los ojos y pensar en algún recuerdo infantil, imaginando 1 escena donde haya estado cuando tenía aproximadamente entre 7 y 12 años, evocar todos los elementos de dicho recuerdo incluyendo a las personas que en él se encuentran, para posteriormente pasar a las preguntas: 1.- Cuando alguna vez te mostraste muy triste o llegaste llorando desconsolada, ¿te hacían caso, quien te hacía caso, que frases te decían y que hacían? 2.- Cuando alguna vez te mostraste muy contenta, alegre, feliz eutrófica, ¿te hacían caso, quien te hacía caso, que frases te decían, que hacían?</li></ul>	15 Minutos aproximadamente.

<p>3.- Cuando alguna vez mostraste una fuerte descarga de rabia o ira, ¿te hacían caso, quien te hacía caso, que te decían, que hacían?</p> <p>4.- Cuando alguna vez te mostraste inhibida, con miedo, o cuando sentiste pánico, ¿te hacían caso quien te hacía caso, que te decían, que hacían?</p> <p>5.- Cuando alguna vez mostraste tu afecto, ¿te hacían caso, quienes era, que te decían, que hacían?</p> <p>Ahora escribe 1 carta breve a esa niña que eras dándole permiso para demostrar esa emoción que le prohibieron sentir.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Escribir en una hoja blanca cual de las emociones básicas te cuesta más trabajo expresar</li> <li>➤ Escribir una razón por la que crees que de niña sentiste dicha emoción (aunque no te dejaran pensarlo, sentirlo, expresarlo) hazlo desde tu perspectiva adulta.</li> <li>➤ Enumera 3 situaciones cotidianas en las que puedes sentir dicha emoción básica en la actualidad.</li> <li>➤ Como te sientes con dicha emoción, anota 3 signos físicos y 3 cosas que te dices para tus adentros cuando sientes dicha emoción.</li> <li>➤ Idear formas concretas de expresar dicha emoción de manera inteligente y te descarguen. 2 formar para practicar con otras personas y 2 para practicar a solas.</li> <li>➤ Hacer un contrato consigo misma en el cual se comprometa a partir de ahora a reconocer y expresar de forma más inteligente dicha emoción, redactando el contrato y decorándolo.</li> </ul>	<p>25 Minutos aproximadamente.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retroalimentación.</li> </ul>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>

<b>MODULO II: FACILITACIÓN EMOCIONAL. Sesión 3 - 4</b>	
TÍTULO DEL MÓDULO: Las emociones manejando mis pensamientos.	
OBJETIVO: Reflexionar sobre la influencia de la emoción en el pensamiento y brindar estrategias para potenciar las emociones con efectos positivos y debilitar las que tienen efectos negativos.	
FASE EDUCATIVA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La influencia de la emoción en el pensamiento</li> <li>➤ Distinguir las emociones que potencian el pensamiento frente a las que no lo potencian e incluso lo obstaculizan.</li> </ul>	10 Minutos aproximadamente.
FASE DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Realizar una lista con 5 cosas que harías si fueras 1 persona millonaria. Subraya las cosas que podrías hacer si te lo propusieras sin necesidad de ser millonaria (escoge 1 cosa que puedas hacer en el plazo de 1 mes como máximo explicando el plan de acción para llevarlo a cabo).</li> </ul>	10 Minutos aproximadamente.
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inventa 5 frases que puedan animarte a cumplir dicha actividad (frases cortas que quepan en 1 línea). Elige una frase la que más te guste o se adecue a ti, escríbela en 1 hoja en blanco con letras grandes y decórala a tu gusto con colores o crayolas.</li> </ul>	15 Minutos aproximadamente.
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Con la foto tuya de años atrás, obsérvala atentamente, date cuenta de quien eras entonces, de todo lo que no sabías y ahora sabes. En 1 hoja blanca explica a la persona que eras en la foto algún problema que aun no sabías que ibas a vivir y que puedes hacer para evitarlo o para no sufrir tanto sus consecuencias si es inevitable.</li> </ul>	15 Minutos aproximadamente,
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Escribe 1 frase negativa que has pensado al dirigirte a tu foto y luego 1 frase positiva. Explica si algo cambio cuando observas la foto y piensas en la frase ya sea positiva o negativa, con cual decides quedarte.</li> </ul>	10 Minutos aproximadamente.
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retroalimentación.</li> </ul>	05 Minutos aproximadamente.

**MODULO III: COMPRENSIÓN EMOCIONAL. Sesión 5 - 6**

TÍTULO DEL MÓDULO: Mis acciones: espejo de mis emociones.

OBJETIVO: Reconocer y entender las emociones propias y de los demás.

FASE EDUCATIVA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Prestar atención a dos componentes diferentes: la comprensión emocional intrapersonal y la comprensión emocional interpersonal.</li><li>➤ COMPRENSIÓN EMOCIONAL INTRAPERSONAL: Subjetividad de las emociones.</li><li>➤ Reconocer y discriminar entre distintas emociones.</li><li>➤ Reconocer sus matices y ser consciente de la existencia de emociones mas ambiguas</li><li>➤ Diferenciar entre emoción, sensación y sentimiento.</li><li>➤ COMPRENSIÓN EMOCIONAL INTERPERSONAL: Empatía.</li><li>➤ Saber identificar emociones en los otros.</li><li>➤ Saber identificar posibles causas y consecuencias de las emociones en los otros.</li><li>➤ Saber expresar como se puede sentir 1 persona ante 1 situación determinada.</li><li>➤ Saber expresar como sentiría ella misma en esa situación.</li></ul>	<p>20 Minutos aproximadamente.</p>
FASE DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Resolver 1 cuestionario el cual constara de 10 frases o preguntas referida a 1 emoción. En ellas tendrán que responder que posible emoción y sentimiento se está expresando.</li></ul>	<p>10 Minutos aproximadamente.</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Utilizar los sentidos para percibir sensaciones: táctiles, visuales, auditivas, olfativas, gustativas.</li></ul>	<p>15 Minutos aproximadamente.</p>

<p>➤ Utilizar diapositivas con fotografías que expresen 1 emoción para ser identificadas.</p>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>
<p>➤ Formar 3 grupos donde se les entregaran tarjetas con alguna imagen, el objetivo será que las ordenen y elaboren 1 historia acerca de lo que ven en ellas incluyendo las emociones. Al finalizar deben expresar por equipo como se sentirían si vivieran algo similar.</p>	<p>15 Minutos aproximadamente.</p>
<p>➤ Retroalimentación.</p>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>

**MODULO IV: REGULACIÓN EMOCIONAL. Sesión 7 - 8**

TÍTULO DE MÓDULO: Manejando mis emociones.

OBJETIVO: Transmitir a la persona la noción de que tienen capacidad de influencia sobre sus propias emociones y aprender estrategias y desarrollar recursos para modificar estas.

FASE EDUCATIVA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ En qué consiste y que es la regulación emocional.</li><li>➤ Explicar técnicas que puedan emplear y la utilidad que cada técnica tiene en función de cada situación.</li><li>➤ La capacidad que tiene la persona de influir sobre sus estados emocionales</li><li>➤ Vertiente negativa.</li></ul>	15 Minutos aproximadamente.
FASE DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Llevar a cabo tu autorretrato describiendo como expresas 1 emoción positiva intensamente interna y externamente.</li></ul>	05 Minutos aproximadamente.
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Llevar a cabo tu autorretrato describiendo como expresas 1 emoción negativa intensamente interna y externamente.</li></ul>	05 Minutos aproximadamente.
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Explica brevemente como crees que te ven las demás personas cuando expresas esas emociones (negativa y positiva).</li></ul>	15 Minutos aproximadamente.

<p>➤ Contesta las siguientes preguntas:          ¿Te gusta cómo te ves y te ven los demás expresándote así?          ¿Crees que podrías llevar a cabo 1 acción para modificar ese comportamiento?</p> <p>¿Cuál y como sería?          ¿Para qué serviría?          ¿Con quién la aplicarías?</p>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>
<p>➤ Piensa en algún momento de tu vida en que hayas perdido el control. Querías expresarte pero los sentimientos te abrumaban, eran tantos o pocos, fuertes que te inundaste de emociones, perdiste la compostura. ¿Qué situación fue y como fue?</p>	<p>10 Minutos aproximadamente</p>
<p>➤ Ahora piensa en 1 momento de índole similar donde hayas logrado controlar tus sentimientos de manera positiva.          ¿Cuál fue la diferencia?          ¿Cómo te sentiste?          ¿De qué forma de preparaste para actuar así?          ¿Qué pudiste detectar de tu comportamiento antes, durante y después de la situación?</p>	<p>10 Minutos aproximadamente.</p>
<p>➤ Retroalimentación</p>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>

**MODULO V: AUTOESTIMA. Sesión 9 - 10**

TÍTULO DEL MÓDULO: Dime como te sientes y te diré quién eres.

OBJETIVO. Trabajar sobre el autoconcepto de la persona, sus competencias y logros para así lograr la elevación de su autoestima.

FASE EDUCATIVA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Conocer que es el autoconcepto</li><li>➤ Conocer que es la autoestima</li><li>➤ Conocer que son las competencias.</li><li>➤ Presentar un ejemplo donde se presente el autoconcepto, la autoestima, sus competencias personales, observables y las reconocidas socialmente, sus logros personales y en relación con estos, sus roles, metas y objetivos.</li><li>➤ conocer que aspectos valoran los demás de 1 mismo.</li><li>➤ Reconocer las propias habilidades y aptitudes.</li><li>➤ Utilizar estrategias para que los demás valoren las propias habilidades y se incremente el valor social propio.</li></ul>	<p>15 Minutos aproximadamente.</p>
FASE DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Elabora un autorretrato explicando cómo eres, quien eres, como te visualizas (autoconcepto).</li></ul>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Observa en la diapositiva la imagen de alguna persona que camine muy erguida. Intenta relacionar su postura y su carácter. Ahora observa en otra imagen a 1 persona que lleve siempre la cabeza baja, y explica la relación entre su postura y su carácter.</li></ul>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>



<p>➤ Imagínate que eres otra persona, un personaje de ficción, una persona real, alguien que tu desearías ser, haz 1 historia contando como es, a que se dedica, cuáles son sus ideales, como vive, como habla, como es su vida. Ahora concéntrate en pensar que de esas cosas podrías llevar a la vida real tú, y explica cual sería tu plan de acción.</p>	<p>10 Minutos aproximadamente.</p>
<p>➤ Escribe 1 frase corta de autoaceptacion que refleje tu propia esencia y léela en voz alta.</p>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>
<p>➤ Piensa en 1 persona que te trata de forma falsa o equivocada y escribe como rechazarías sus comentarios con serenidad y elocuencia.</p>	<p>10 Minutos aproximadamente.</p>
<p>➤ Describe alguna muestra de afecto que hayas recibido, de la que guardas 1 grato recuerdo. Te sería posible efectuar dicha muestra a alguien. A quién y por qué?</p>	<p>10 Minutos aproximadamente.</p>
<p>➤ Retroalimentación.</p>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>

**MODULO VI: HABILIDADES SOCIALES. Sesión 11 - 12**

TÍTULO DEL MÓDULO: Cosechando y sembrando mis relaciones.

OBJETIVO: Identificar las relaciones interpersonales y la existencia de redes de apoyo así como conocer los distintos estilos de comunicación interpersonal.

**FASE EDUCATIVA**

**TIEMPO**

- Conocer que es una habilidad social.
- Como se forman las habilidades sociales.
- Para que sirven las habilidades sociales.
- Conocer los distintos estilos de comunicación interpersonal: Asertivo, Agresivo y Pasivo.
- Conocer el papel que juegan las emociones en las relaciones interpersonales.
- Conocer y practicar la escucha activa.
- Aprender a pedir y conseguir ayuda de los demás.

15 Minutos  
aproximadamente.

**FASE DE DESARROLLO DE LA COMPETENCIA**

**TIEMPO**

- Formar grupos de 3 personas y platicar un tema. Uno será el que pregunte, otro será quien hable y el otro será el que escuche y observe. Al final se tiene que exponer de que hablaban y hacer observaciones de que fue lo que falto mencionar y si la atención fue activa.

10 Minutos  
aproximadamente.

- Formar 3 grupos diferentes donde a cada uno se les entregaran unas tarjetas donde se desarrolla una historia y cada uno representara un estilo de comunicación interpersonal jugando con las expresiones faciales, corporales etc. los demás grupos tienen que adivinar que estilo están llevando a cabo.

15 Minutos  
aproximadamente.

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Responder 1 cuestionario acerca de redes interpersonales <ul style="list-style-type: none"> <li>1.-Quienes o quienes son las personas que siempre están ahí para apoyarte cuando pasas por momentos difíciles?</li> <li>2.-Como es el apoyo que te brindan?</li> <li>3.-Que obtienen ellas de su relación contigo?</li> <li>4.-Que has hecho o que se ha hecho para conservar esas relaciones?</li> <li>5.-Que personas pueden contar contigo en circunstancias similares?</li> <li>6.-Como la/las apoyas?</li> <li>7.-Que obtienes de tu relación con ellas?</li> <li>8.-Que has hecho o que se ha hecho para conservar esa/esas relaciones?</li> <li>9.-Que personas absorben demasiado de tu tiempo y agotan tu energía?</li> <li>10.-Que personas te inspiran y te dan energía?</li> <li>11.-Tienes algún modelo a seguir de alguna persona cercana a ti?</li> <li>12.-Que admiras de ellas?</li> <li>13.-A que personas (si existe 1) consideras tus enemigos?</li> <li>14.-Por qué?</li> <li>15.-Que efecto tiene su oposición en ti?</li> </ul> </li> <li>➤ Ahora que has respondido el cuestionario reflexiona sobre estos asuntos preguntándote si crees que debes tomar alguna acción al respecto. Cual y como lo harías.</li> </ul>	<p>10 Minutos aproximadamente.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Con el chocolate o dulce que traen hacer parejas, ponerse de frente y regalarse el chocolate diciéndose una frase de aliento o una cualidad que consideres la otra persona deba saber.</li> </ul>	<p>10 Minutos aproximadamente.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Retroalimentación.</li> </ul>	<p>05 Minutos aproximadamente.</p>

ANEXO 3

GRAFICAS

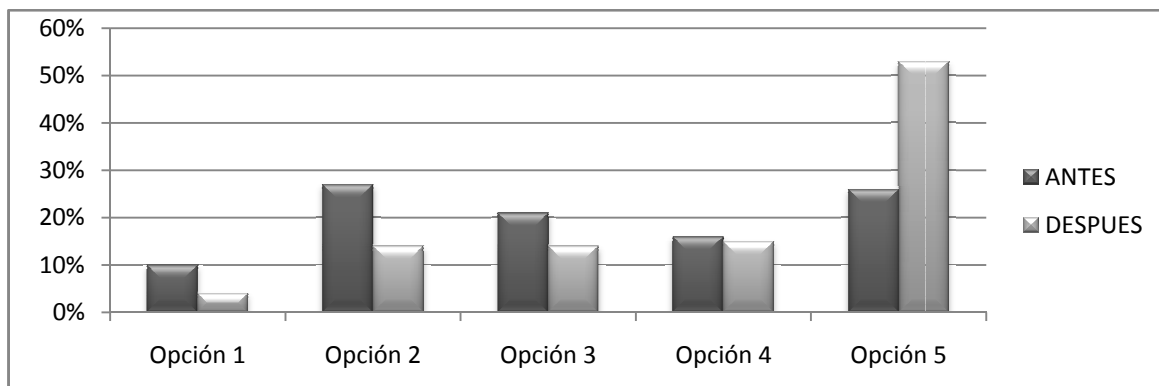
DE

FRECUENCIAS

Trait Meta Mood Scale TMMS-24

**ATENCIÓN**

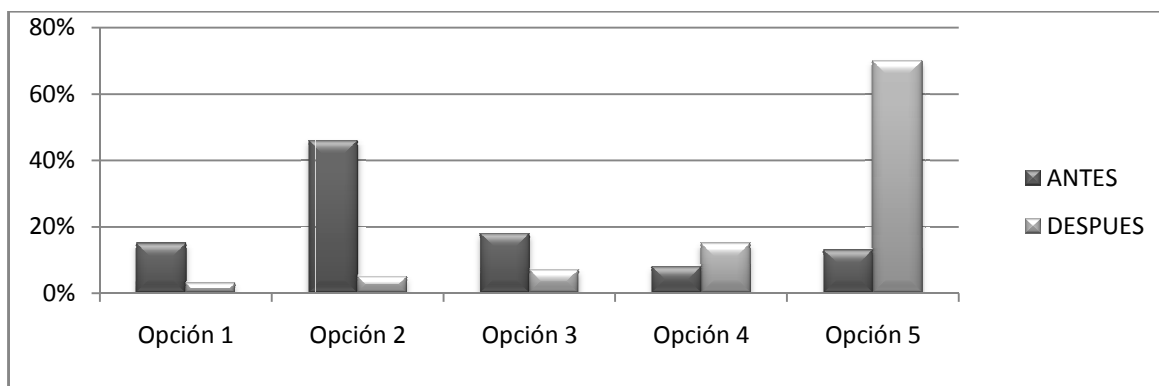
	<b>1 Nada de acuerdo</b>	<b>2 Algo de acuerdo</b>	<b>3 Bastante de acuerdo</b>	<b>4 Muy de acuerdo</b>	<b>5 Totalmente de acuerdo</b>
<b>ANTES</b>	10%	27%	21%	16%	26%
<b>DESPUES</b>	4%	14%	14%	15%	53%



Trait Meta Mood Scale TMMS- 24

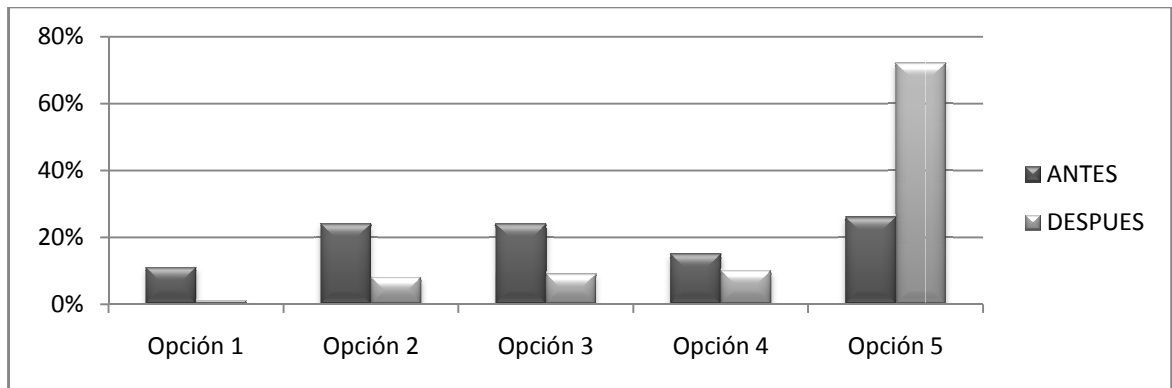
**CLARIDAD**

	<b>1 Nada de acuerdo</b>	<b>2 Algo de acuerdo</b>	<b>3 Bastante de acuerdo</b>	<b>4 Muy de acuerdo</b>	<b>5 Totalmente de acuerdo</b>
<b>ANTES</b>	15%	46%	18%	8%	13%
<b>DESPUES</b>	3%	5%	7%	15%	70%



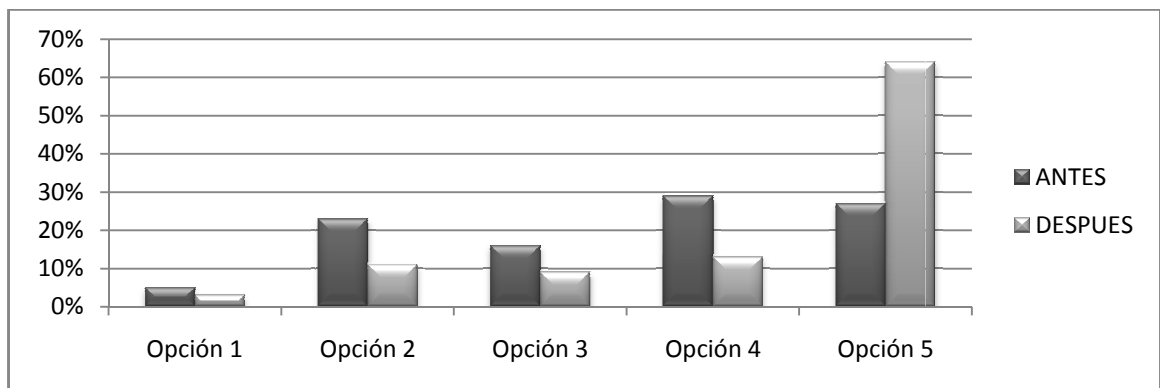
Trait Meta Mood Scale TMMS- 24  
**REPARACIÓN**

	<b>1 Nada de acuerdo</b>	<b>2 Algo de acuerdo</b>	<b>3 Bastante de acuerdo</b>	<b>4 Muy de acuerdo</b>	<b>5 Totalmente de acuerdo</b>
<b>ANTES</b>	11%	24%	24%	15%	26%
<b>DESPUES</b>	1%	8%	9%	10%	72%



Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein.  
**Primeras Habilidades Sociales**

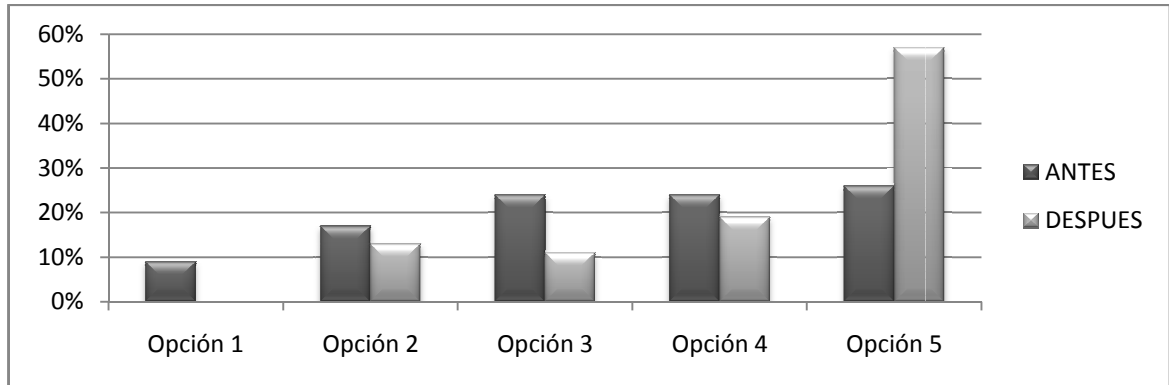
	<b>1 Nunca</b>	<b>2 Muy pocas veces</b>	<b>3 Alguna vez</b>	<b>4 A menudo</b>	<b>5 Siempre</b>
<b>ANTES</b>	5%	23%	16%	29%	27%
<b>DESPUES</b>	3%	11%	9%	13%	64%



Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein.

**Habilidades Sociales Avanzadas**

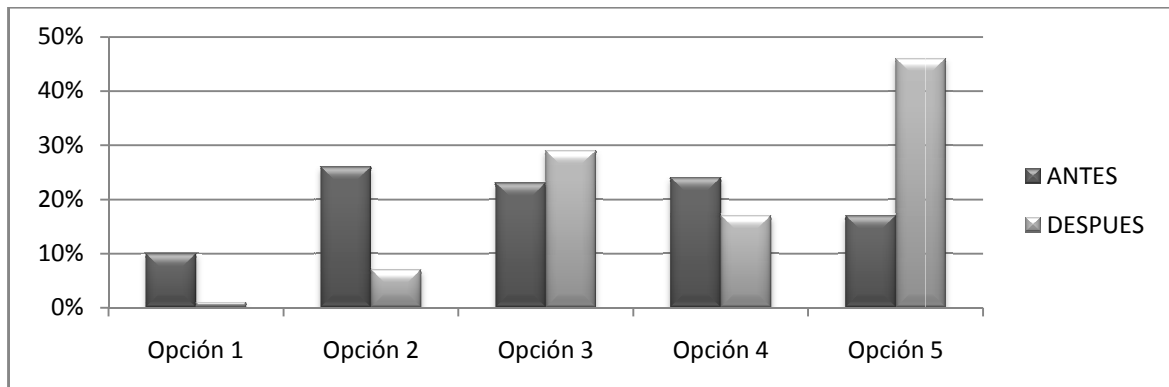
	<b>1 Nunca</b>	<b>2 Muy pocas veces</b>	<b>3 Alguna vez</b>	<b>4 A menudo</b>	<b>5 Siempre</b>
<b>ANTES</b>	9%	17%	24%	24%	26%
<b>DESPUES</b>	0%	13%	11%	19%	57%



Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein.

**Habilidades Relacionadas con los Sentimientos**

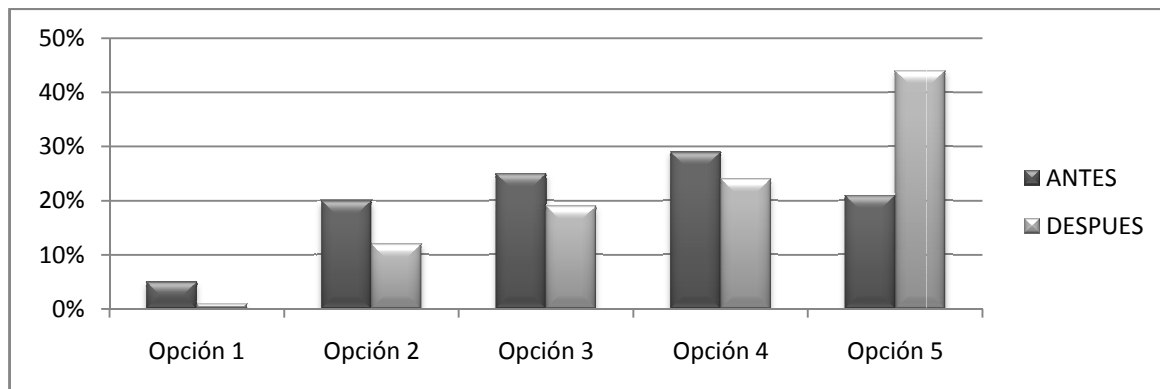
	<b>1 Nunca</b>	<b>2 Muy pocas veces</b>	<b>3 Alguna vez</b>	<b>4 A menudo</b>	<b>5 Siempre</b>
<b>ANTES</b>	10%	26%	23%	24%	17%
<b>DESPUES</b>	1%	7%	29%	17%	46%



Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein.

**Habilidades Alternativas a la Agresión**

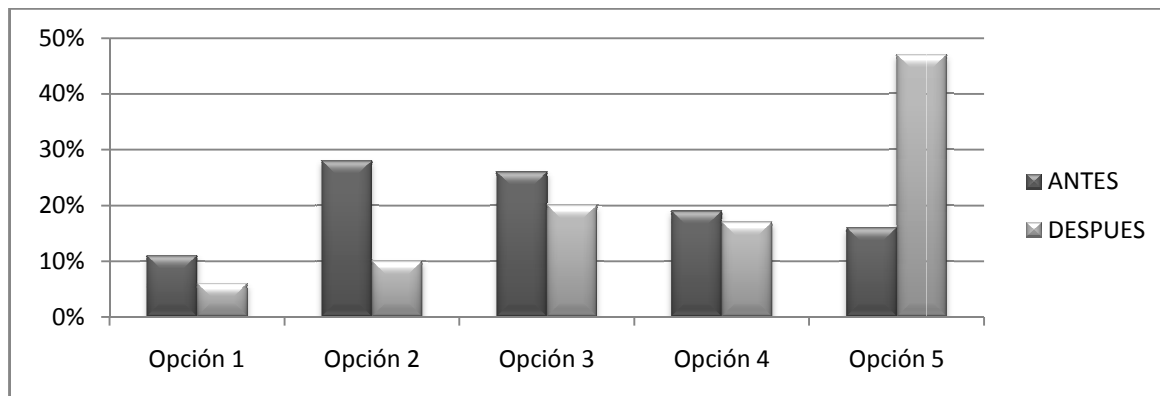
	<b>1 Nunca</b>	<b>2 Muy pocas veces</b>	<b>3 Alguna vez</b>	<b>4 A menudo</b>	<b>5 Siempre</b>
<b>ANTES</b>	5%	20%	25%	29%	21%
<b>DESPUES</b>	1%	12%	19%	24%	44%



Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein.

**Habilidades para hacer frente al Estrés**

	<b>1 Nunca</b>	<b>2 Muy pocas veces</b>	<b>3 Alguna vez</b>	<b>4 A menudo</b>	<b>5 Siempre</b>
<b>ANTES</b>	11%	28%	26%	19%	16%
<b>DESPUES</b>	6%	10%	20%	17%	47%

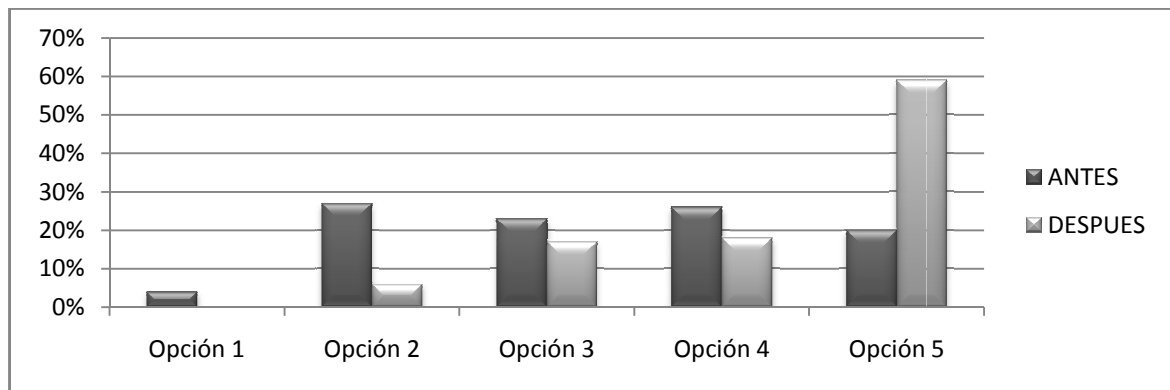




Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein.

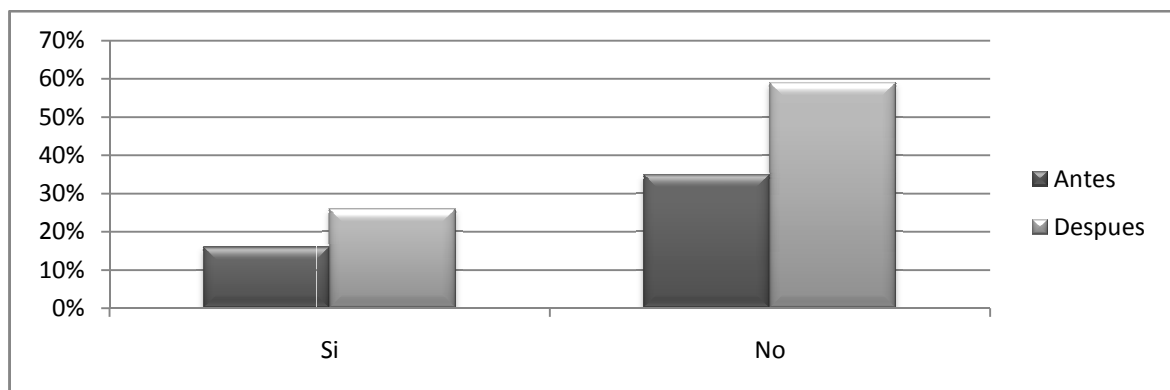
**Habilidades de Planificación**

	<b>1 Nunca</b>	<b>2 Muy pocas veces</b>	<b>3 Alguna vez</b>	<b>4 A menudo</b>	<b>5 Siempre</b>
<b>ANTES</b>	4%	27%	23%	26%	20%
<b>DESPUES</b>	0%	6%	17%	18%	59%



**Inventario de Autoestima de Coopersmith**

	<b>SI</b>	<b>NO</b>
<b>ANTES</b>	16%	35%
<b>DESPUES</b>	26%	59%



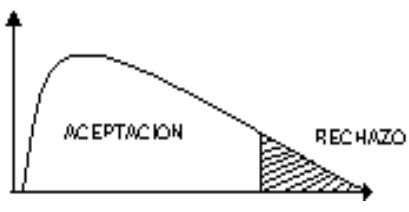
## Docimasia Estadística Trait Meta Mood Scale TMMS-24

PROBLEMA		No. 1	TEST: TMMS-24
Se quiere determinar si la instrumentacion y aplicación del progama de Inteligencia Emocional para mujeres victimas de violencia familiar fortalecio y eficalizo el empoderamiento de las mismas.			
Tamaño de la muestra	25	Nivel de significancia	0.05
Tipo de variables	Discreta	Cuantas muestras	1
Escala de medición	Nominal	Datos apareados	NO
Es normal la distribución?	NO	Datos independientes	SI
Es igual la desviación estándar?	NO	Dato correlacionado	NO
PASO 1 Prueba de Hipótesis	HINV: Existen diferencias en los grupos.		
	H0: No hay diferencias en los grupos (iguales).		
	H1: Existen diferencias en los grupos.		
PASO 2 Método de prueba de hipótesis		Prueba U de Mann Whitney	
PASO 3 Decisión estadística		U min < U tab rechazo H0	
PASO 4 Cálculos		U min cal = 54.4 U tab = 273	
PASO 5 Prueba de decisión		Rechaza SI	Acepta
Dibuje zona de rechazo		Alfa= 0.05	
Una cola derecha			
Una cola izquierda			
Dos colas			
PASO 6 Interpretación de datos		Con un nivel de confianza del 95% rechazamos H0.	
		Indicando que existen diferencias en los grupos demostrando que la aplicación del programa de Educacion Emocional produjo cambios significativos.	
POTENCIA		ERROR TIPO I	SI
EFICIENCIA		ERROR TIPO II	NO

## Docimasia Estadística Inventario de Autoestima de Coopersmith.

PROBLEMA		No. 2	TEST: Autoestima
Se quiere determinar si la instrumentación y aplicación del programa de Inteligencia Emocional para mujeres víctimas de violencia familiar fortaleció y eficazizó el empoderamiento de las mismas.			
Tamaño de la muestra	25	Nivel de significancia	0.05
Tipo de variables	Discreta	Cuántas muestras	1
Escala de medición	Nominal	Datos apareados	NO
Es normal la distribución?	NO	Datos independientes	SI
Es igual la desviación estándar?	NO	Dato correlacionado	NO
PASO 1 Prueba de Hipótesis	HINV:	Existen diferencias en los grupos.	
	H0:	No hay diferencias en los grupos (iguales).	
	H1:	Existen diferencias en los grupos.	
PASO 2 Método de prueba de hipótesis	Prueba U de Mann Whitney		
PASO 3 Decisión estadística	U min < U tab Rechazo H0		
PASO 4 Cálculos	U min cal=	47.4	
	U tab=	273	
PASO 5 Prueba de decisión	Rechaza	SI	Acepta
Dibuje zona de rechazo		Alfa= 0.05	
Una cola derecha			
Una cola izquierda			
Dos colas			
PASO 6 Interpretación de datos	Con un nivel de confianza del 95% Rechazamos H0,		
	la cual indica que existen diferencias en los grupos demostrando que la aplicación del programa de Educación Emocional produjo cambios.		
POTENCIA			ERROR TIPO I SI
EFICIENCIA			ERROR TIPO II NO

## Docimasia Estadística Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein.

PROBLEMA		No. 3	TEST: Hab.Sociales
Se quiere determinar si la instrumentación y aplicación del programa de Inteligencia Emocional para mujeres victimas de violencia familiar fortalecio y efinalizo el empoderamiento de las mismas.			
Utilice $\alpha = 0.10$			
Tamaño de la muestra	25	Nivel de significancia	0.05
Tipo de variables	Discreta	Cuántas muestras	1
Escala de medición	Nominal	Datos apareados	NO
Es normal la distribución?	NO	Datos independientes	SI
Es igual la desviación estándar?	NO	Dato correlacionado	NO
PASO 1 Prueba de Hipótesis	HINV:	Existen diferencias en los grupos.	
	H0:	No hay diferencias en los grupos (iguales).	
	H1:	Existen diferencias en los grupos.	
PASO 2 Método de prueba de hipótesis		Prueba U de Mann Whitney	
PASO 3 Decisión estadística		Z cal > Z tab Rechazo H0	
PASO 4 Cálculos		Z cal = 3130	Z tab= 1.96
Paso 5 Prueba de decisión		Rechaza SI	Acepta
Dibuje zona de rechazo		Alfa= 0.05	
Una cola derecha			
Una cola izquierda			
Dos colas			
PASO 6 Interpretación de datos		Con un nivel de confianza del 95% rechazamos H0.	
		Indicando que existen diferencias en los grupos demostrando que la aplicación del programa de Educacion Emocional produjo cambios significativos.	
POTENCIA	ERROR TIPO I		SI
EFICIENCIA	ERROR TIPO II		NO