

# MIEDOS Y CREENCIA IRRACIONALES EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA CONYUGAL

Alexandra Flores Elías ” [\[\\*\]](#)

y

Carla Velasco Arze

Universidad Católica Boliviana “ San Pablo”

## INTRODUCCIÓN

La violencia contra la mujer, en especial por compañeros íntimos, ha sido señalada como un problema prioritario en la salud pública por su magnitud, gravedad (tanto en términos físicos como psicológicos) y costos de atención. No sólo genera daños en las mujeres víctimas, también implica riesgos para los hijos.

Como parte del análisis de los factores contextuales que parecen intervenir es esta problemática se encuentra que, dentro de la estructura familiar predominante en nuestra sociedad (familia patriarcal), el padre ("macho") es la cabeza de la familia y por lo tanto tiene la máxima jerarquía lo cual le atribuye el derecho de aplicar las medidas que él considere necesarias para preservar y reforzar esa autoridad, conservar la posesión sobre su esposa e hijos y mantener la unidad familiar así sea fundamentada en el miedo. En cuanto a la mujer, ésta ocupa un papel secundario ya que en la gran parte de los casos depende económicamente de su compañero, y la dependencia económica determina también que exista en ella una dependencia psíquica e ideológica, respecto del hombre.

Dentro del análisis de la violencia, como realidades presentes desde hace mucho tiempo y de las cuales recién se comienza a tener conciencia social en Bolivia, se observa un alto índice de casos, donde la más generalizada es la violencia física, seguida de otras formas de agresión, como psicológica y sexual, quedando todas ellas íntimamente articuladas entre sí en un proceso cíclico de creciente intimidación, desvalorización y desprotección. . (Plan de desarrollo y erradicación de la violencia contra la mujer, 1994)

En Bolivia la Brigada de Protección a la Familia se constituye en la principal Institución encargada de atender casos de violencia conyugal, entre otros, razón por la cual fue elegida como el ámbito en la que se realizó la presente investigación.

A la mencionada Institución, acuden las víctimas de maltrato en busca de ayuda, siendo la principal función de la Brigada, salvaguardar la seguridad de las víctimas y buscar la reconciliación entre estas parejas, encontrar en ella orientación psicológica y acciones tendientes a lograr el compromiso del agresor de suspender el maltrato. Pese a ello, dentro del alto índice de casos denunciados se observa que muchos de ellos son reincidentes, es decir que las víctimas se ven en la necesidad de denunciar en segunda, tercera o en un número mayor de veces, el maltrato físico, psicológico y o sexual que sufren. Esto se constituye en un indicador de que la persona permanece con el agresor a pesar de la violencia ejercida en repetidas ocasiones en su contra y al fracaso de estrategias derivadas de denuncias anteriores.

Lo mencionado da cuenta de la insuficiencia de las acciones institucionales para proporcionar alternativas eficaces de intervención para esta problemática.

Si bien se reconoce la multiplicidad de factores que intervienen en el fenómeno de la violencia conyugal, es de interés de la presente investigación, profundizar en los motivos que conducen a que las víctimas opten por continuar viviendo con el agresor y por lo tanto continúen arriesgándose a ser víctimas de esta violencia.

Desde el punto de vista de la Psicología Cognitiva Comportamental es en el análisis integral de la interacción de variables emocionales, cognitivas, comportamentales y ambientales, donde se consigue comprender las formas de interacción de las personas con su entorno, es decir la comprensión de las formas de resolver las situaciones que enfrentan. Así desde esta perspectiva para conocer los factores que influyen, se analizan las creencias irracionales como factor cognitivo central que al ser consideradas como configuraciones cognitivas formadas individualmente o culturalmente, son nociones preexistentes de la realidad, que sirven de lente perceptual. En la evaluación, las creencias determinan la realidad de “como son las cosas” en el entorno y modelan el entendimiento de su significado (Wrubel, 1981). Son estas creencias las que actúan como parámetro para dirigir y dar sentido a la conducta al mismo tiempo que permiten configurar las emociones.

Por otra parte a nivel emocional es muy importante el estudio de los miedos ya que estos se activan por la percepción de daño o peligro, la cual involucra tanto lo físico como lo psicológico, estas pueden ser amenazas o peligros para el bienestar de la persona, por tanto este es considerado como una advertencia emocional de que se aproxima un daño.

Llama la atención, en el presente estudio, el hecho de que si bien en parte la función auto protectora del miedo conduzca a las víctimas a hacer repetidas denuncias, no consiga ser determinante a la hora de tomar acciones que pudieran poner un alto de manera definitiva a esta situación, en especial cuando estas acciones pueden conducir a una ruptura en la relación de pareja. Aparentemente existen otras creencias y temores, probablemente relacionados con la consecuencia de perder a la pareja, que consiguen ser más intensos que el miedo a continuar siendo víctimas de este tipo de violencia.

Por tanto la presente investigación esta orientada a determinar los principales contenidos de los miedos y de las creencias irracionales que experimenta a víctima. Y a la vez los resultados de dicha investigación podrán dar una pauta a futuras investigaciones, ya sea para la prevención o intervención de casos de violencia intrafamiliar. Así el presente estudio pretende constituirse en un primer acercamiento al tema, desde una perspectiva integral, considerando primordialmente la cognición y la emoción. En el mismo mediante diferentes instrumentos se intenta identificar los contenidos más frecuentes de las creencias y de los miedos en mujeres que han sido víctimas en más de una oportunidad, de violencia conyugal.

## **Objetivos**

## **Objetivo General**

Identificar y describir los contenidos más frecuentes de los miedos y las creencias irracionales presentes en mujeres, víctimas de agresión por parte de su pareja.

## **Objetivos Específicos**

- Identificar los contenidos más frecuentes de los miedos presentes, en las mujeres víctimas de violencia conyugal.
- Identificar los contenidos más frecuentes de las creencias irracionales relacionadas con las víctimas de violencia conyugal.
- Relacionar los principales contenidos de miedos con las creencias irracionales más frecuentes en mujeres víctimas de violencia conyugal.

## **MÉTODO**

### **Características de la investigación**

La presente investigación es tipo no experimental, es decir que se realizó sin manipular deliberadamente variables. Por lo tanto es una investigación de tipo descriptiva, donde se observaron fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos (Hernández, Fernández y Baptista, 1998). El método que se utilizó es de encuesta, que implica la obtención de información de un grupo de individuos (Dane, 1990), de forma sistemática, y obedece a la necesidad, como se ha indicado, de obtener información con el fin de describir las características sociológicas o psicológicas de una población, además de pretender conocer la relación entre las variables en incluso puede ser planteada en función de cuestiones teóricas (Anguera, T., Arnau, J., y col., 1995).

### **Participantes de la investigación**

La población que participo en la presente investigación cumplió ciertos requisitos; primero, mujeres que fueron objeto de violencia conyugal, ya sea de tipo física, y/o sexual, en la investigación no se evaluó la agresión psicológica específicamente, bajo el concepto que los otros dos tipos de violencia, involucran también violencia psicológica. La agresión debió haber sido perpetrada por la pareja, sea esta el esposo o conviviente, considerándose como requisito que sean mujeres que denuncien la agresión por segunda o más veces, es decir que sea un caso reincidente. También se tomó como requisito que estas parejas hayan procreado hijos dentro de la relación, ya que este es un factor considerado como determinante en el momento de considerar la separación de la peraza (Sagot, M., 2000, OPS). La edad no fue un factor que se tome en cuenta debido a que la violencia conyugal es un problema que afecta a toda la sociedad sin discriminación de edades.

Se utilizó un tipo de muestreo no probabilístico, debido a que la población se fue constituyendo poco a poco, ya que las mujeres participantes de la investigación se presentaron voluntariamente a formular la denuncia.

Tomando en cuenta que la población denunciante, que cumple con los criterios de selección requeridos para la investigación, es de 55 personas al mes (dato

proporcionado por el departamento de estadística de la Brigada de Protección a la Familia), es que se vio por conveniente tomar como participantes de la investigación a 40 casos.

## **Ambiente**

La aplicación de los instrumentos de investigación se llevo a cabo en instalaciones de la Brigada de Protección a la Familia – zona central de la ciudad de La Paz.

## **Variables**

En respuesta al interés por profundizar en el conocimiento respecto a algunos de los factores que influyen en que víctimas de violencia conyugal permanezcan en esa situación de violencia, y, reconociendo la importancia de la cognición y la emoción sobre el comportamiento, se definieron las dos variables centrales de la investigación: como variable I los miedos, por ser considerados como una de las emociones que definen formas de acción en las situaciones en que se evidencian; y como variable II las creencias que en su calidad de estructuras cognitivas que determinan los contenidos de la evaluación de las situaciones, definen formas de comportamiento y orientan el sentido de este.

## **Instrumentos**

### **Inventario de miedos.**

Este instrumento esta diseñado para determinar los principales contenidos de miedos que puede tener la mujer víctima de violencia conyugal, según la presencia e intensidad de los mismos. Este listado consta de los datos personales y de una lista de 42 miedos relacionados con las 6 categorías tomadas en cuenta en la investigación, considerando 7 ítems para cada categoría.

En función a la bibliografía revisada se definieron los contenidos de miedos más frecuentes en casos de violencia intrafamiliar (Sagot, M., 2000, OPS) y estos fueron:

- El miedo a la soledad.
- El miedo a la indefensión económica.
- El miedo a la crítica social.
- El miedo a las represalias físicas por parte de su pareja o familiares.
- El miedo a perder a los hijos.
- El miedo a no contar con los recursos personales para conseguir los objetivos, resolver problemas (Capacidad personal).

### **Registro de creencias.**

Este instrumento consta con una serie de afirmaciones usadas para determinar con que creencia irracional hay mayor conformidad. Este registro fue modificado, primero reduciéndolo a 40 de 100 afirmaciones que era el original, pero siguiendo el mismo formato de calificación y manteniendo las 10 principales creencias planteadas por McKay como las más comunes. Además se adaptó el lenguaje, tomando en cuenta el contexto de aplicación del mismo.

## Procedimiento

Fase 1: Selección de las participantes

Fase 2: Aplicación de los instrumentos

Etapa 1: Entrevista con las participantes

Etapa 2: Aplicación del Listado de Miedos

Etapa 3: Aplicación del Registro de Creencias

Fase 3: Procesamiento y análisis de datos

## RESULTADOS

La primera variable considerada en la presente investigación son los miedos, dentro de los cuales se tomaron en cuenta seis categorías de los mismos, que son: “Miedo a la soledad”, “Miedo a la indefensión económica”, “Miedo a la crítica social”, “Miedo a perder a los hijos”; “Miedo a las represalias físicas” y finalmente “Miedo a no contar con los recursos personales”. Los resultados obtenidos de las seis categorías se los describirán en la figura 1 y tabla 1, en la cual se puede apreciar la comparación entre las dos mayores intensidades, es decir el miedo extremo y el moderado.

Tabla 1. Comparación de las Categorías de miedos en dos rangos de intensidad.

Categorías de Miedos	Miedo Extremo	Miedo Moderado
Miedo a las Represalias Físicas	90 %	7,5 %
Miedo a Perder a los Hijos	57,5 %	17,5 %
Miedo a la Indefensión Económica	52,5 %	30 %
Miedo a la Crítica Social	17,5 %	42,5 %
Miedo a la Soledad	15 %	20 %
Miedo a no Contar con los Recursos Personales	0 %	70 %

El contenido de miedo que tiene el porcentaje más alto es el Miedo a las Represalias Físicas, donde un noventa por ciento de la muestra, que equivale a treinta y seis mujeres, tomadas en cuenta en la presente investigación, demuestran tener miedo extremo ante esta posibilidad lo que les impide actuar en el momento de pensar en separarse de su pareja a consecuencia de la agresión; este porcentaje es seguido por la categoría de Miedo a perder a los hijos, donde un cincuenta y siete punto cinco por ciento tiene miedo extremo y un diecisiete punto cinco por ciento miedo moderado. De la misma manera, la tercera categoría que presenta un porcentaje alto, es la de Miedo a la indefensión económica, donde un cincuenta y dos punto cinco por ciento de las mujeres tienen miedo de forma extrema y un treinta por ciento de forma moderada. Estas tres categorías mencionadas, son la que presentan mayores porcentajes de miedo extremo.

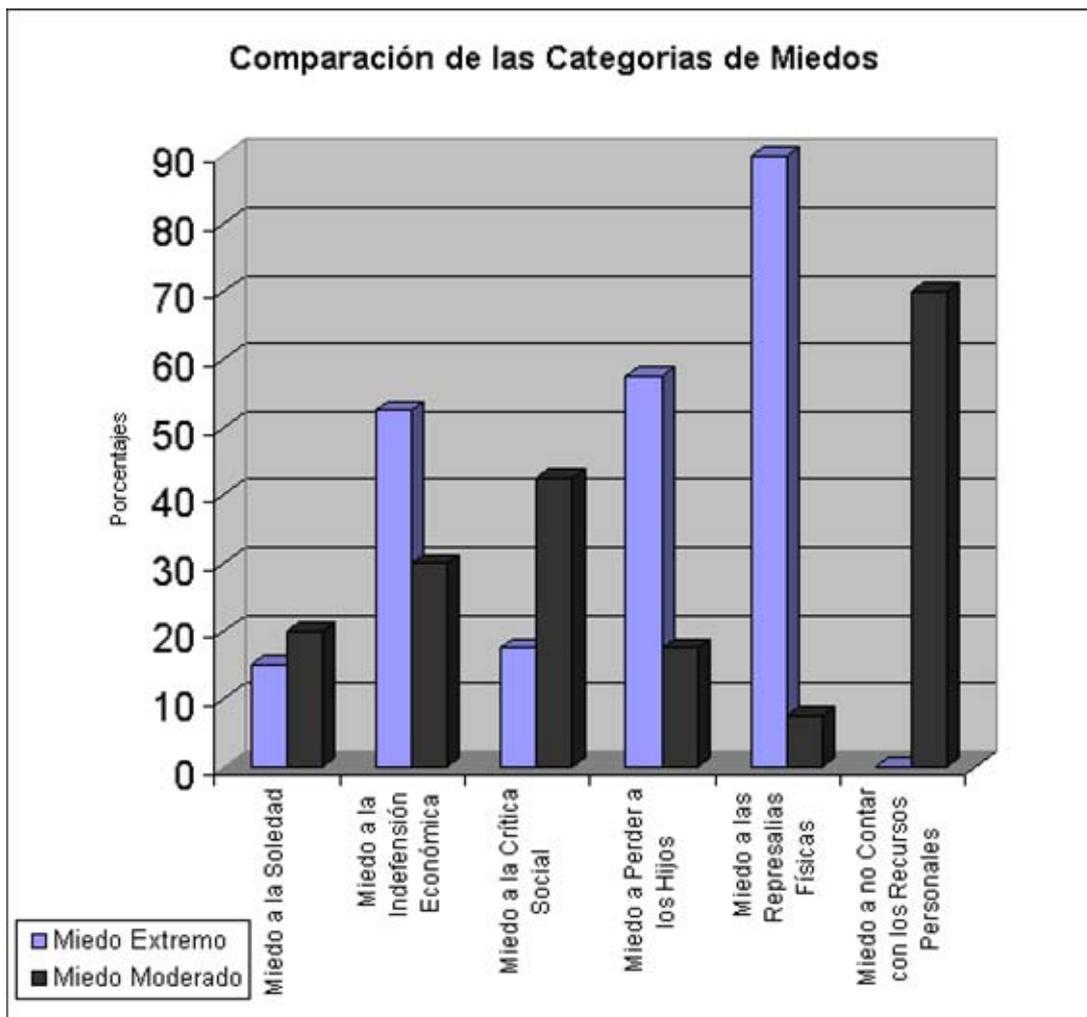


Figura 1. Comparación de las Categorías de miedos en dos rangos de intensidad.

Por otro lado, en la misma figura 1 y tabla 1, se puede ver que la categoría que tiene mayor porcentaje en miedo moderado, es el Miedo a no contar con los recursos personales, donde un setenta por ciento de la muestra se encuentra en este rango. Luego esta el Miedo a la Crítica Social que presenta un cuarenta y dos punto cinco por ciento de mujeres que tienen un miedo moderado ante esta opción. Siendo las dos únicas categorías que presentan porcentajes elevados dentro de este rango de intensidad.

La segunda variable que se tomó en cuenta en la presente investigación fueron las creencias centrales, donde se consideraron las propuestas por Albert Ellis que son retomadas por McKay, Davis y Eshelmann, nombrando 10 creencias básicas, que son las siguientes:

- Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de sus semejantes, familia y amigos.
- Debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que emprende.
- Ciertas personas son malas viles y perversas y deberían ser castigadas.
- Es horrible cuando las cosas no van como uno quisieran que fueran.
- Los acontecimientos externos son la mayoría de las desgracias de la humanidad.
- Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa.

- Es más fácil evitar los problemas y las responsabilidades de la vida, que hacerles frente.
- Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo.
- El pasado tiene gran influencia en la determinación del presente.
- La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido.

De las mujeres que participaron del estudio, donde todas ellas tienen la característica, que son mujeres que han sido víctimas de violencia conyugal y que a pesar de ésta y sus consecuencias continúan conviviendo con el agresor, la creencia irracional que se presenta con mayor frecuencia es la número seis, que tiene el contenido “Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa”, teniendo un noventa por ciento de personas que presentan esta creencia de manera irracional. La segunda creencia con mayor porcentaje de mujeres que la presentan de manera irracional, es la número 5, que equivale al contenido: “Los acontecimientos externos son la mayoría de las desgracias de la humanidad”, teniendo un porcentaje de ochenta y siete punto cinco por ciento de mujeres, esta creencia esta seguida de la número siete, que representa a: “es más fácil evitar los problemas y las responsabilidades de la vida que hacerles frente”, donde un setenta y siete punto cinco por ciento de mujeres presenta esta creencia de manera irracional.

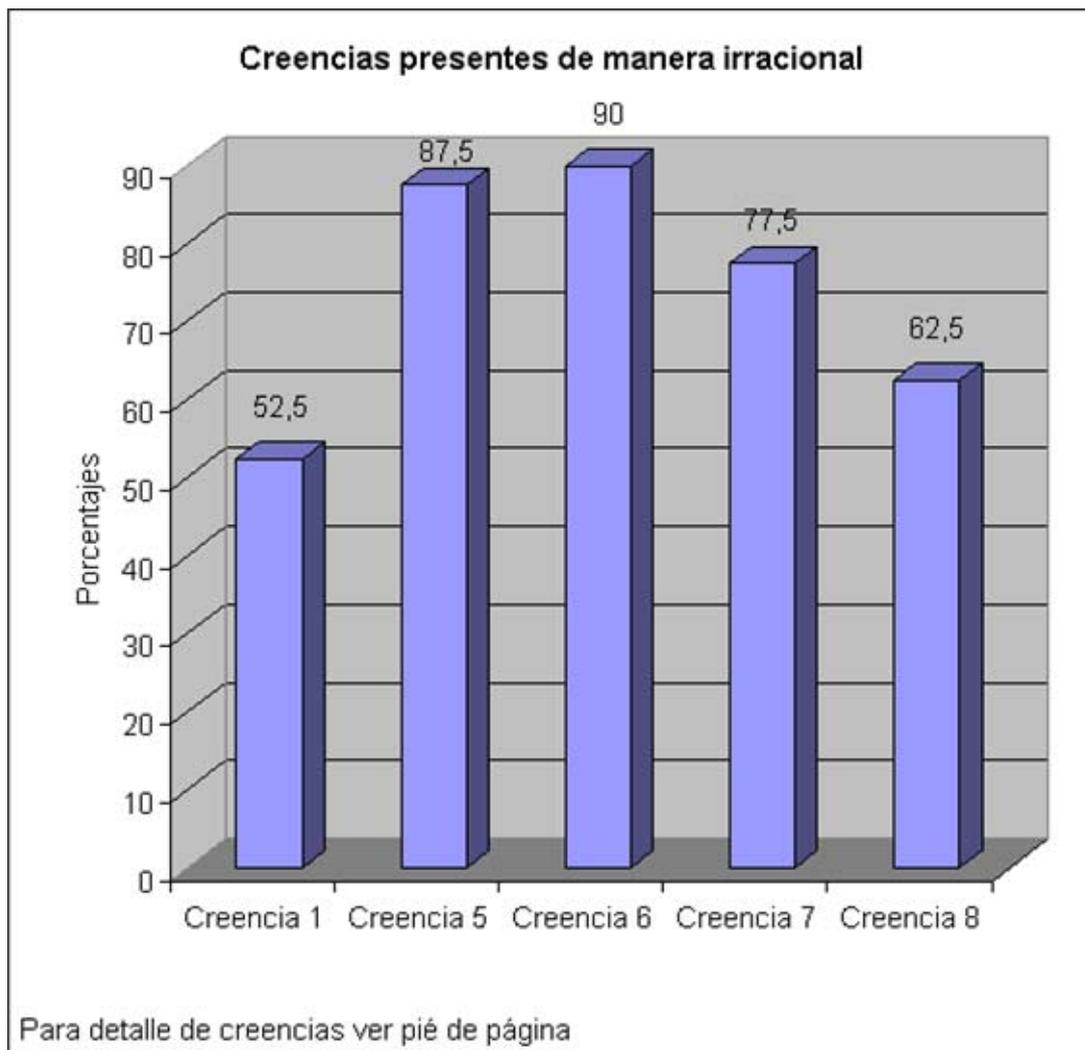


Figura 2. Creencias presentes de manera irracional.

Creencia 1: Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de sus semejantes, familia y amigos.

Creencia 5: Los acontecimientos externos son la mayoría de las desgracias de la humanidad.

Creencia 6: Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa.

Creencia 7: Es más fácil evitar los problemas y las responsabilidades de la vida, que hacerles frente.

Creencia 8: Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo.

Por otro lado esta la creencia irracional número ocho, que equivale decir: “Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo”, que presenta un sesenta y dos punto cinco por ciento de mujeres que tiene esta creencia de manera irracional. Finalmente, la última creencia que se presenta es la número uno, con el contenido: “Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de

sus semejantes, familia y amigos”, teniendo un porcentaje de cincuenta y dos punto cinco por ciento de mujeres que presentan esta creencia de manera irracional.

## **CONCLUSIONES**

La presente investigación está enfocada a poder conocer, describir y relacionar los principales contenidos, tanto de los miedos como de las creencias irracionales, presentes en mujeres que han sufrido de violencia conyugal y a pesar del maltrato continúan conviviendo con el agresor o victimizador.

Así, la identificación de los miedos y creencias irracionales mas frecuentes en mujeres victimas de violencia conyugal obedece al interés de ejecutar una aproximación a los factores que parecen influir sobre la permanencia de estas mujeres en la situación de violencia.

El hecho de que se encuentren efectuando de manera repetida denuncias de maltrato da cuenta de que el problema es percibido como grave por estas mujeres, ellas acuden en busca de un tercero que les permita modificar esta situación. Llama la atención que, como esta ya descrito en lo que se ha denominado el ciclo de violencia, ellas parecen haber atravesado por dicho ciclo y haber experimentado sus etapas llegando a verse cada vez mas disminuida la confianza en que la conducta del agresor cambie, pese a ello se resisten a separarse o distanciarse de él, aunque con este tipo de acciones logran dejar de reforzar y retroalimentar el ciclo y aumentar sus posibilidades de seguridad personal.

La bibliografía existente respecto con tema plantea que existen miedos específicos que parecen dificultar la decisión de separarse del agresor. En la investigación efectuada se verifico que estos miedos están también presentes en nuestro medio y algunos de ellos se identifican como centrales, es decir impiden o dificultan de manera significativa acciones alternativas al sometimiento a la situación de violencia. Cabe resaltar que las participantes no identificaron ningún otro temor importante, además de los propuestos en el instrumento, lo cual confirma la adecuación de las investigaciones, respecto a este tema, a la realidad de las participantes.

La fuerte influencia de estos miedos como factores que mantienen la posición de victimas en las mujeres queda también verificado al analizar el hecho de que, mas alla de identificarlos en un momento en que la persona se encuentra sufriendo en alta intensidad los efectos derivados de la agresión (miedo, rabia, etc.). Se realiza esta afirmación debido a que el instrumento fue aplicado, en el momento en que las participantes realizaban la denuncia de la agresión sufrida pocas horas antes. Ellas aún se encontraban experimentando emociones negativas muy intensas que se esperaba que, como mecanismo de autoprotección, las condujeran a buscar alternativas diferentes que les garantizara el no volver a experimentar esta situación, (se debe recordar que un criterio de selección de las participantes era que debían haber efectuado otras denuncias con anterioridad) pues entonces, las participantes ya habían comprobado que el efectuar la denuncia no era una acción que consiguiera evitarles el ser agredidas nuevamente, factor que puede considerarse como indicador de cuan intensos son los otros temores y su influencia sobre la decisión de continuar conviviendo con el agresor.

Los miedos en este contexto, se analizan como motivadores de comportamientos específicos, al mismo tiempo que en el análisis de sus contenidos permiten, identificar formas de percibir e interpretar la problemática por parte de las víctimas, y los contenidos con que ellas se auto perciben.

La bibliografía respecto a formas de intervención a este problema refiere la necesidad de que la víctima tome la decisión de romper con el círculo de violencia, se decida a tomar una posición de mayor autonomía y consiga poder evitar las acciones agresivas de su pareja, poniéndose a salvo y buscando un espacio físico en primer término, que impida al agresor ejercer violencia física. Esa es la razón por la que en otros países los programas de ayuda a este problema proporcionan casas refugio o espacios físicos específicos, como medida cautelar, donde las víctimas además de apoyo psicológico, encuentran protección.

Sin embargo, se ha visto que lo más difícil es intervenir sobre la dependencia afectiva, económica y social que las víctimas evidencian hacia sus agresores. La psicología permite comprender como esta dependencia se halla sustentada en una percepción de uno mismo como insuficiente o incapaz, de afrontar determinadas situaciones, lo cual lleva a concluir que el otro, pese a ser agresor en los casos de estudio, es necesario y en muchos casos indispensable. Lo mencionado parece ser confirmado por los datos encontrados en la presente investigación, el contenido de los miedos principales: miedo a represalias físicas, a que les quiten a sus hijos y a la indefensión económica muestran los aspectos en los que prioritariamente estas mujeres se perciben con capacidades limitadas.

Datos que permiten concluir que las estrategias de intervención para esta problemática deben ser multidisciplinarias e incluir alternativas como asesoramiento legal, posibilidades de lograr independencia económica, y atención psicológica que las capacite para manejar situaciones de opresión hacia su persona. Resulta entonces importante considerar el logro, por ejemplo, de establecer redes sociales de apoyo que permitan no solo el soporte social, si no también, como se ha visto experiencias en que organizaciones de mujeres trabajan en la elaboración de productos o venta de servicios, conseguir acceso a un soporte económico, son ejemplos de acciones que deben considerarse a la hora de plantear programas tendientes a intervenir y resolver el problema de las mujeres víctimas de violencia conyugal.

Se considera que la intervención psicológica debe ser integral. El lograr proporcionar los recursos antes mencionados es un objetivo que no conseguirá en si mismo modificar la dependencia afectiva característica en estos procesos. No parece ser coincidencia que muchas mujeres víctimas de violencia conyugal, consigan separarse del agresor y tiempo después inicien otra relación de pareja en la que pese a tratarse de una pareja diferente, vuelva a sufrir violencia conyugal.

Así, la intervención psicológica debe integrar estrategias tendientes a lograr que la regulación emocional permita encontrar alternativas de acción que consigan incrementar la noción de capacidad personal para así al auto percibirse positivamente disminuya la probabilidad de establecer relaciones de dependencia afectiva. Si embargo para conseguir este objetivo deben considerarse entre otros además, como factor prioritario a las creencias irracionales. Esto debido a que al constituirse las creencias en los

parámetros que orientan la interpretación de la realidad y de uno mismo, determinan los contenidos específicos que orientan el comportamiento.

Las creencias irracionales identificadas como más frecuentes en esta investigación fueron:

- Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa”.
- Los acontecimientos externos son la mayoría de las desgracias de la humanidad”.

Analizando el contenido de estas creencias se observa que tienen en común el hecho de atribuir a factores externos las causas de los sucesos (Los acontecimientos externos son la mayoría de las desgracias de la humanidad) otorgándoles además el poder de afectar significativamente a la persona (Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa) Ellis y posteriormente Beck, entre otros, alertan respecto a los efectos nocivos de tales irracionalidades, ya que estas creencias conducen al ser humano a sobredimensionar el poder y dominio que tienen factores externos a la persona, mientras se minimiza la noción de capacidad personal para modificar las circunstancias de su vida

En relación al ciclo de violencia conyugal se verifica que este parece iniciarse a partir de una diferencia de poder. El agresor se supone con mayor poder o se ve en la necesidad de probarlo, mientras que la víctima se percibe en desventaja y con un poder inferior al de su pareja.

La utilización de estas creencias irracionales generaría entonces que más allá de diferencias de poder reales (posición económica, fuerza física, etc.) la víctima llegue a la conclusión de que no puede hacer nada por dominar o modificar su situación y retroalimenta no solo su noción de incapacidad personal sino la sensación de poder de su pareja. Acciones en busca de alternativas para su situación de desventaja económica o legal (en el caso de la tenencia de los hijos) son inhibidas o ni siquiera consideradas.

Esto se ve apoyado también con las otras dos creencias más frecuentes: “Es más fácil evitar los problemas y las responsabilidades de la vida, que hacerles frente”, “Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo”, donde el contenido de estas refuerza la idea de insuficiente capacidad, llevando a concluir que es más fácil evitar problemas y responsabilidades que al relacionar con los miedos más frecuentes, podría entenderse como que es más fácil lidiar con la agresión de la pareja que hacerse responsables e independientes económica y socialmente.

El pensar que se necesita contar con algo más fuerte que uno imprime la noción de necesidad de otro sobre la que se gesta y perpetua la dependencia de la pareja y se pasa a verla con mayor poder y como portador de la garantía de bienestar, al menos económico.

Nuevamente la necesidad de un abordaje integral y multidisciplinario para esta problemática queda subrayado. El proporcionar recursos y/o condiciones para preservar su seguridad física, pero sobre todo para conseguir auto sustento económico y asesorarse legalmente, se constituye en oportunidades de aprendizaje que, según el

modelo cognitivo comportamental, permitirán las acciones y experiencias necesarias para modificar las creencias irracionales de las que parten. En otras palabras el asesoramiento psicológico permite cuestionar sus creencias, las cuales se modificaran en la medida en la que vayan comprobando que sus acciones por lograr mayor autonomía le van dando el resultado esperado. Resulta de gran importancia trabajar sobre el contenido de estas creencias, pues mientras las victimas no sean capaces de considerar la posibilidad de modificar las situaciones que experimenten o de conseguir que estas situaciones no tengan el efecto negativo que prevén sobre sus vidas, no conseguirán tomar la decisión de ponerle fin al ciclo de la violencia.

## **Recomendaciones**

Dentro de las recomendaciones que se pueden hacer, se considera que la intervención de esta problemática se debe hacer de manera integral y multidisciplinaria, ya que el lograr proporcionar recursos y/o condiciones para preservar la seguridad física, pero sobre todo para conseguir que estas mujeres se auto sustenten económicamente y que cuenten con un asesoramiento legal, se constituyen en oportunidades para lograr mayor autonomía para conseguir así tomar la decisión de ponerle fin al ciclo de la violencia. Además se considera que dentro de la intervención psicológica se debe conseguir modificar la dependencia afectiva, a través del trabajo sobre los contenidos de la creencias irracionales, para que las víctimas de violencia sean capaces de considerar la posibilidad de modificar las situaciones o conseguir que estas no tengan el efecto negativo que prevén en sus vidas, modificando así también el contenido de los miedos.

Al mismo tiempo la intervención psicológica, se debe enfocar en proporcionar a la persona tanto estrategias de afrontamiento como habilidades de resolución de problemas, lo que implica brindar mejores recursos tanto personales como psicológicos, para el adecuado afrontamiento y toma de decisiones en los momentos en que se presenta la situación de violencia, propiciando así el optimizar el empleo de acciones que eviten el mantenerse en situaciones que ponen en riesgo la integridad física y psicológica.

Otro factor importante a trabajar a nivel psicológicos es la incorporación de habilidades sociales, ya que al carecer de estrategias que mejoren la interacción con el agresor y el entorno, la mujer víctima de violencia conyugal incrementa el miedo de ser agredida nuevamente y al mismo tiempo se mantiene dentro de las situaciones de violencia retroalimentando así las mismas conductas agresivas de su pareja. Por lo cual también debe ser prioritario el trabajo en habilidades sociales.

A nivel preventivo se recomienda la educación sobre la temática, donde se debería buscar orientar e informar sobre la violencia tanto de causas como de consecuencias y al mismo tiempo de posibles alternativas que pueden servir como sustitutos de las conductas violentas. Así también propiciar la orientación a nivel legal y económico, todo esto enfocado a poblaciones tanto de nivel escolar así como las que podrían considerarse con riesgo de sufrir violencia ya sea conyugal o familiar, lo cual no implica solo a mujeres sino también a niños.

## **Limitaciones**

Como principal limitación se encuentra que debido a que se utilizó un tipo de muestreo no probabilístico, los resultados obtenidos no son generalizables al resto de la población que sufre de esta problemática, pero aún así este estudio da pautas de lo que se pretendió investigar, sirviendo así como base para futuras investigaciones y a la vez para el abordaje de la temática, permitiendo actuar no solo en la intervención del mismo problemas, sino también, y más importante, en la prevención de la violencia.

## REFERENCIAS

- Anguera M., Arnau J., Martínez R., et al (1995) MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA. España. Ed: Síntesis.
- Beck A., Freeman A. (1995) TERAPIA COGNITIVA DE LOS TRASTORNOS DE PERSONALIDAD. Barcelona – España. Ed: Paidós.
- Beck A., Rush j., Shaw B, y Emery G. (1983) TERAPIA COGNITIVA DE LA DEPRESIÓN. ED: Desclee de Brouwer, S.A.
- Chertok A. (1992) 60 MENTIRAS QUE NOS COMPLICAN LA VIDA.
- Corsi J. (1995) VIOLENCIA MASCULINA EN LA PEREJA. Buenos Aires – Argentina. Ed: Paidós.
- De Vega M. (1988) INTRODUCCION A LA PSICOLOGÍA COGNITIVA. Madrid. Ed: Alianza.
- Gardner H. (1987) LA NUEVA CIENCIA DE LA MENTE. México. Ed: Paidós.
- Mahoney M.; Freeman A. (1988) COGNICIÓN Y PSICOTERAPIA. Barcelona –España. Ed: Paidós.
- Mayer R. (1986) PENSAMIENTO, RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y COGNICIÓN. Barcelona – España. Ed: Paidós.
- Lazarus R., Folkman S. (1984) ESTRÉS Y PROCESOS COGNITIVOS. España. Ed: Martínez Roca.
- McKay M., Davis M. y Fanning P. (1987). TECNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL). España. Ed: Martínez Roca.
- McKay M., Davis M. y Fanning P. (1987). TECNICAS COGNITIVAS PARA EL TRATAMIENTO DEL ESTRES. España. Ed: Martínez Roca.
- Navarro J., Pereira J. (2000) PAREJAS EN SITUACIONES ESPECIALES. Barcelona – España. Ed: Paidós.
- Navas J. (1988) PROCESOS E INNOVACIÓN DE LA TERAPIA RACIONAL EMOTIVA – UNA VISIÓN CONDUCTUAL COGNOSCOTIVA. ED: Jay – Ce Printing.
- Osgood C. (1986) CURSO SUPERIOR DE PSICOLOGÍA EXPERIMENTAL. México. Ed: Trillas.
- Reeve J. (1994) MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN. España. Ed: McGraw – Hill.
- Sagot M. (2000) RUTA CRITICA DE LAS MUJERES AFECTADAS POR LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR EN AMERICA LATINA (ESTUDIO DE CASO DE 10 PAISES). Organización Panamericana de la Salud.
- Policía Nacional (1998) MANUAL DE PROCEDIMIENTOS POLICIALES CONTRA LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR O DOMÉSTICA. La Paz – Bolivia.
- Velasco C. (2000) MODELO DE EVALUACIÓN DIAGNÓSTICO COGNITIVO COMPORTAMENTAL PARA ALTERACIONES EMOCIONALES. La Paz – Bolivia. Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Boliviana.

[\[\\*\] a\\_flores\\_e@hotmail.com](mailto:a_flores_e@hotmail.com)