

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

La violencia hacia la mujer es un tema latente y alarmante a nivel mundial, esta afecta la vida de las mismas en gran medida. La presencia de distorsiones cognitivas y de dependencia emocional pueden ser un factor que contribuya a la permanencia en relaciones violentas, ya que estas mujeres se sienten vulnerables e indefensas y muchas veces culpables, aceptando esa situación y condenándose a sufrir en silencio cuando no se pide o recibe la ayuda necesaria.

Las distorsiones cognitivas en el caso de mujeres víctimas de violencia mantiene estrecha relación con la construcción social y cultural, donde la mujer interpreta de manera errónea la violencia que recibe por su pareja, llegando en muchos casos a justificar su accionar y a autoculparse; provocando esto que decida quedarse en cualquier tipo de contexto, ya sea de noviazgo, concubinato o matrimonio.

Tomando en cuenta otro aspecto más dentro de la violencia hacia la mujer, la dependencia emocional; es ese apego afectivo y sentimental que presenta la mujer en este caso hacia su agresor, el deseo y necesidad de no separarse de él, hacen que la mujer tolere una situación de violencia, una situación que a día a día impide su felicidad y su desarrollo personal.

Es importante estudiar la presencia de estos factores en mujeres que sufren violencia porque permite valorar como afecta su vida, su desarrollo personal, su espacio laboral y social.

Para hablar de distorsiones cognitivas es necesario hablar de la victimización, ya que éste es un proceso de orden cognitivo y emocional a través del cual las personas que han sido ofendidas por el delito llegan a un estado disfuncional, tanto en lo personal como en lo social. El proceso de victimización está relacionado con el contexto cultural y subcultural del cual procede la persona y se relaciona también con todos los insumos culturales recibidos durante el proceso de socialización.

Cuando una mujer ha sufrido violencia en el ámbito de su relación conyugal o ha sufrido agresiones sexuales, los conceptos de valor que se encuentra en la sociedad activan una serie de creencias que podrían acelerar el proceso de victimización o bien llevarla a rechazar cualquier tipo de ayuda.

Este trabajo se enfoca específicamente en tratar dos áreas que pueden estar presentes en las mujeres víctimas de violencia. Las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional.

Teniendo en cuenta que la calidad de vida de una persona está influida por la forma en que percibe su entorno, interpreta las acciones de los demás y los mensajes que estos le transmiten; es indispensable estudiar estas dos variables que están estrechamente relacionadas en mujeres víctimas de violencia, en este caso de aquellas que asisten al programa “MUJERES AUTÓNOMAS Y EMPRENDEDORAS” de la unidad de Gestión Integral de la Mujer perteneciente a la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado.

La mujer víctima de malos tratos, va sufriendo un proceso de disminución progresiva de su autoestima, se atribuye esta disminución a los mensajes negativos y continuos enviados por el maltratador. (Vázquez Mezquita,1999, S/P). Tomando en cuenta el aporte de este autor se puede señalar que si bien estos mensajes negativos afectan la autoestima de la mujer no es el único aspecto, ya que al disminuir la autoestima también provoca que la mujer asuma y acepte estos mensajes como reales, creyendo ser merecedora por alguna actitud suya, justificando a su pareja y manteniéndose en esa relación ya sea por las interpretaciones erróneas o por la dependencia emocional que presente.

Para esclarecer un poco esta temática se mencionan algunas investigaciones sobre la violencia hacia la mujer, tomando en cuenta ambas variables en diferentes ámbitos.

Dentro del **ámbito internacional**, se encontró una investigación sobre: “Distorsiones cognitivas en víctimas de violencia intrafamiliar y sexual”, realizada por Johanna Jaramillo en Quito- 2011; este estudio tuvo como objetivo principal el de identificar distorsiones cognitivas, que determinan la victimización de la mujer, en una muestra de 20 mujeres, 10 casadas víctimas de violencia intrafamiliar y 10, entre 15 y 30 años, víctimas de violencia

sexual. Para este estudio se utilizaron los siguientes instrumentos: el inventario de Distorsiones Cognitivas de Ruiz y Luján y la escala de Autoestima de Rosemberg. Se obtuvo como resultado una correlación positiva moderada entre las distorsiones cognitivas y la victimización. Las distorsiones cognitivas encontradas en esta población fueron las siguientes: Falacia de recompensa (80%), filtraje (60%), falacia de justicia (45%), visión catastrófica (40%), falacia de razón y los debería (35%), falacia de control e interpretación del pensamiento (30%), y falacia de cambio y culpabilidad (25%). (Jaramillo J., 2011: 6).

Otro estudio realizado en Perú- 2013 por L.C. Espíritu, sobre “Dependencia Emocional en mujeres violentadas y mujeres no violentadas de la H.U.P El Satélite de Nuevo Chimbote”, con una muestra de 132 mujeres, entre 18 a 40 años violentadas y no violentadas. Los resultados indican que existen diferencias altamente significativas en la dependencia emocional en mujeres violentadas de 82,2% en el nivel alto y muy alto ($p = 0,00 < 0,01$); se encuentran miedo a la ruptura 86,3%; prioridad de la pareja 84,9%; y subordinación-sumisión 80,9% en contraposición de un 5,1% en el nivel bajo y muy bajo de la dependencia emocional en mujeres no violentadas (Espíritu, 2013: 8).

Un estudio realizado en Perú por Jesús Aiquipa, titulado “Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja” de enfoque cuantitativo y estrategia asociativa comparativa identificó la relación entre la dependencia emocional y la violencia de pareja en una muestra conformada por dos grupos de usuarias del servicio de psicología de un centro de salud nacional, unas maltratadas y otras no. Demostró una relación estadísticamente significativa entre las variables estudiadas. Y además que tres de las siete dimensiones de la dependencia emocional (miedo a la ruptura, prioridad de pareja y subordinación y sumisión) se sitúan como las más relacionadas a la violencia de pareja. Es decir, las víctimas de violencia dependientes 25 emocionales están dispuestas a tolerar conductas perjudiciales para su persona y prolongar su padecimiento con tal de evitar la separación. (Aiquipa, 2015:24).

Según datos **en el ámbito nacional**, existe una investigación realizada por Licet Patsi titulada “Relación entre los Esquemas Desadaptativos con la Dependencia Emocional en Mujeres en Situación de Violencia de pareja en el Centro de Promoción de la Mujer Gregoria Apaza”,

tiene como objetivo principal determinar la relación que existe entre las variables Esquemas Desadaptativos y Dependencia Emocional. Este trabajo fue llevado a cabo en la ciudad de La Paz en una muestra constituida por 40 mujeres del Centro de Promoción de la Mujer Gregoria Apaza (que asisten por primera o segunda vez al servicio legal). La investigación es de tipo descriptivo- correlacional, que pretendió establecer si existe una relación entre los esquemas desadaptativos y la dependencia emocional. Se describieron las características de los Esquemas desadaptativos en mujeres en situación de violencia de pareja. Así también se describieron las características de la dependencia emocional que manifiestan los sujetos mencionados y se estableció la relación entre ambas variables de la población identificada. Los resultados, muestran un índice de correlación del 0.582, estableciendo una correlación positiva media entre las dos variables. Una correlación positiva media indica que sí existe un nivel de relación entre estas dos variables, sin embargo, el nivel de relación no es muy fuerte. Vale decir, que en presencia de Esquemas Desadaptativos no hay una relación fuerte a manifestar Dependencia Emocional.

Se pudo identificar que sí existe presencia de Esquemas desadaptativos tempranos en mujeres del Centro de Promoción de la Mujer Gregoria Apaza. El 27% de los sujetos podrían ser diagnosticados con Esquemas desadaptativos, de igual manera el 27% de las mujeres podrían ser diagnosticadas con dependencia emocional.

Finalmente, respecto a la dependencia emocional los sujetos que se encuentran en una relación de concubinato manifiestan inseguridad, temor por una separación temporal que ocasionaría desconfianza de perder a su pareja por lo que necesitan constantes expresiones de afecto que reafirmen su amor que representa un 50% (miedo a la soledad, ansiedad de separación, modificación de planes y expresión afectiva). (Patsi, 2017: 87).

El Instituto Nacional de Estadística publicados en la ciudad de La Paz, informó con base en la Encuesta de Prevalencia y Características de la Violencia contra las Mujeres (EPCVcM) 2016, que el 74,7% de las mujeres casadas o en unión libre, vivieron alguna situación de violencia a lo largo de su relación, mientras que, en los últimos 12 meses previos a dicha encuesta, 44 de

cada 100 mujeres de 15 años o más de edad, casadas o unidas, manifestaron agresiones por parte de su pareja.

A lo largo de su relación sentimental, 69,3% de mujeres sufrió algún incidente de violencia psicológica, 50,3% soportó violencia física, 34,0% violencia sexual y 31,3% violencia económica. (INE, 2018, S/P).

Otra investigación a nivel nacional llevada a cabo en la ciudad de La Paz, por El Fondo de Población de las Naciones Unidas, UNFPA, y la Universidad Mayor de San Andrés, UMSA, presentaron los resultados de la investigación “Violencia de género”. La investigación evidencia que la violencia psicológica es la forma de violencia más cotidiana en las relaciones de pareja de las personas encuestadas de San Andrés. Humillaciones, burlas, ridiculización, insultos y amenazas son las situaciones de violencia que más identifican especialmente las mujeres. En segundo lugar, está la violencia física y luego la violencia sexual. (UNFPA, UMSA, 2017, S/P).

Finalmente, en el **ámbito local** no se han encontrado investigaciones respecto a las variables de estudio que permitan tener un conocimiento amplio a cerca de la temática.

A partir de lo expresado en párrafos anteriores, se formula la interrogante que orientó el proceso investigativo en los siguientes términos:

¿Qué distorsiones cognitivas presentan las mujeres víctimas de violencia, que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado, y cuál es su nivel de dependencia emocional?

1.2. Justificación

La conformación de una relación basada en la tolerancia y el respeto hoy parece un ideal, esto lo confirman los altos índices de violencia de género, feminicidios, casos de amenazas y acosos por parejas actuales y pasadas, registrados en los últimos años; y pese a que estos datos deberían generar gran inquietud en la sociedad, existen escasas investigaciones acerca de este tema. Asimismo, son pocos o nulos los estudios sobre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia en nuestro contexto.

La presente investigación resulta, de gran importancia, porque si vivir dentro de una relación violenta es difícil, lo es más aun presentando distorsiones cognitivas que van a provocar dificultades en la víctima para interpretar ciertos mensajes que fácilmente pueden ser un factor de impedimento para que una mujer pueda romper una relación violenta, generándole mayor sufrimiento y desventaja. Las distorsiones cognitivas van desde “es normal que tu pareja te golpeé” hasta, “no podrás hacer nada sin mí” lo cual, va a inferir en su estado de ánimo y auto percepción de manera negativa. Además, la dependencia emocional quita la libertad de poder decidir correctamente a la víctima, de ver y valorar con claridad su relación; ser dependiente emocionalmente impide terminar una relación cuando es necesario hacerlo, ya que ningún hecho violento es justificable.

Así también, es importante estudiar estos temas porque no han sido de amplio abordaje en nuestro contexto, y es necesario conocer a cabalidad diversos factores que van a agravar y poner en mayor desventaja a las personas que sufren violencia, ya que este hecho no es el único problema.

Esta investigación pretende describir y demostrar científicamente que la presencia de distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia pueden agravar la situación de la víctima, también se pretende manifestar que dentro de la violencia existen otros problemas que deben ser tratados y trabajados al momento de relacionarse con personas que viven y sufren violencia.

Una persona con interpretaciones erróneas de las conductas y/o mensajes es incapaz de valorar la realidad desde una perspectiva objetiva y correcta, desconoce su valor propio, se vuelve vulnerable, sin contar que las distorsiones cognitivas se van formando o agravando en el periodo de violencia, dando lugar a que la víctima se confunda cada día más dañando su seguridad y capacidad de reflexiva. Empezará a sentirse culpable, a justificar ciertas acciones o tratos, a aceptar roles u obligaciones como mandatos que fueron diseñados exclusivamente para las mujeres, dañando así su integridad e independencia tanto emocional como económica.

La dependencia emocional, va a obnubilar a aquella persona que viva una relación violenta, va a dañar la percepción y valoración de los hechos impidiendo que esta pueda romper la relación. Entonces, esta investigación se realiza para que como sociedad se pueda reflexionar acerca de patrones, estructuras y constructos sociales que pueden impedir el ejercicio de relaciones sanas y equitativas basadas en el respeto y tolerancia, así también, es importante reflexionar sobre los vínculos afectivos, sobre cómo nos relacionamos con la pareja, en pro de tener relaciones funcionales y equilibradas.

Los principales beneficiarios serán las mujeres víctimas de violencia quienes a través de la devolución de los resultados podrán conocer las distorsiones cognitivas y el nivel de dependencia emocional que presentan, así también serán beneficiadas las instituciones correspondientes; las que a partir de los datos brindados podrán elaborar programas o estrategias de intervención para ayudar a esta población tomando en cuenta estas variables.

Finalmente, se beneficia la sociedad en general ya que se contará con una investigación científica que demuestre que las distorsiones cognitivas y la dependencia son temas que deben incorporarse al momento de hablar de la violencia y sus víctimas, debido a que dentro de la violencia existen otros problemas. También, permite conocer la incidencia de estos temas y por ende los efectos en la vida de las mujeres víctimas.

En consecuencia, el trabajo de investigación tiene diversos aportes como:

Aporte teórico. – La presente investigación aporta conceptos y teorías que permiten una mejor comprensión del tema a estudiar. Permite al lector interiorizarse en la temática, entendiendo la complejidad de la misma.

Aporte práctico. – Los datos e información que brinda el presente trabajo de investigación pueden ser útiles como material de consulta, también como base para realizar futuras investigaciones.

La información acerca de las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia puede ayudar a realizar o crear estrategias de intervención en beneficio de este sector por las instancias correspondientes.

Aporte metodológico. – Para la realización de esta investigación se adaptó un instrumento, el “Inventario de Pensamientos Automáticos de Ruiz y Lujan”. La adaptación consistió en la modificación de algunos reactivos, contextualizándolos a las variables y población de estudio de acuerdo a los objetivos planteados; la adaptación fue de forma en la mayoría de los ítems y no así de fondo con la finalidad de recabar información precisa. Se modificó los ítems debido a que estos eran generales y ambiguos, y no apuntaban específicamente a las distorsiones cognitivas en una población que ha sufrido o sufre violencia. Así también, se elaboró una guía de entrevista con la finalidad de recabar y profundizar la información.

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

2.1. Pregunta científica

¿Qué distorsiones cognitivas presentan las mujeres víctimas de violencia, que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado, y cuál es su nivel de dependencia emocional?

2.2. Objetivos

2.2.1. Objetivo general

Identificar las distorsiones cognitivas presentes en mujeres víctimas de violencia y el nivel de dependencia emocional de las mismas que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado.

2.2.2. Objetivos específicos

- Determinar los principales pensamientos automáticos en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado.

- Describir los pensamientos distorsionados que presentan las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado.

- Diagnosticar el nivel de dependencia emocional de acuerdo a sus dimensiones: miedo a la ruptura, miedo e intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja, necesidad de acceso a la pareja, deseos de exclusividad, subordinación y sumisión, y deseos de control y dominio, en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado.

- Establecer el predominio de las distorsiones cognitivas y el nivel de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia según el rango etario de 21 a 39 años y de 40 a 61 años de edad que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado.

2.4. Hipótesis

- Las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado presentan pensamientos automáticos en: visión catastrófica, culpabilidad y falacia de recompensa.

- Los pensamientos distorsionados que presentan las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado son referentes al rol de género y a la inferioridad de la mujer.

- El nivel de dependencia emocional que presentan las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado es moderado, existiendo mayor predominio en las dimensiones: miedo a la ruptura, prioridad de la pareja y subordinación y sumisión.

- El predominio de distorsiones cognitivas y el nivel de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado se encuentra en mujeres de 40 a 61 años edad, a diferencia de las de 21 a 39 años quienes no presentan distorsiones cognitivas y dependencia emocional.

2.5. Operacionalización de variables

Variable	Definición	Dimensiones	Sub dimensiones	Indicadores	Escalas
Distorsiones cognitivas	Son las que determinan las creencias mal adaptativas que producirían la perturbación. Son una falla en el manejo de los procesos de información y, por lo tanto, se vincula a la racionalidad y a alteraciones del pensamiento crítico	Pensamientos automáticos	Filtraje de abstracción selectiva	1.No puedo soportar ciertas cosas que pasan en mi familia. 16.Es terrible que me pase esto. 31.Es insoportable no puedo aguantarlo más	Instrumento: “Inventario de pensamientos automáticos de Ruiz y Lujan”. Nunca pienso eso (0) Algunas veces lo pienso (1) Bastantes veces lo pienso (2) Con mucha frecuencia lo pienso (3)
			Pensamiento polarizado	2.Solamente me pasan cosas malas 17.Mi vida es un continuo fracaso 32.Soy incompetente e inútil	
			Sobregeneralización	3.Todo lo que hago me sale mal 18.Siempre tendré este problema 33.Nunca podré salir de esta situación	
			Interpretación de pensamientos	4.Es correcto que mi pareja me lastime porque está celoso 19.Acepto su actitud porque él me quiere 34.Si mi pareja me cela es porque piensa en mí bienestar	
			Visión catastrófica	5.Si decido separarme de mi pareja no podré ser feliz 20.Si decido terminar la relación con mi pareja perderé el cariño de mis hijos(as) 35.Si me separo de mi pareja seré juzgada negativamente	
			Personalización	6.Soy inferior a mi pareja en casi todo 21.Mi pareja toma mejores decisiones que yo 36.Mi pareja hace las cosas mejor que yo	
			Falacia de control	7.Soy responsable de los actos violentos de pareja 22.Yo soy responsable del sufrimiento de mi familia	

				37.Yo soy responsable del sufrimiento de mi familia
			Falacia de justicia	8.Mi pareja tiene derecho a tratarme con violencia 23.Pienso que él me quiere y por eso actúa de esa manera 38.Mi pareja no me trata como debería hacerlo, y lo merezco
			Razonamiento emocional	9.Si me siento triste es porque tengo problemas mentales 24.e siento culpable y es porque he hecho algo malo 39.Si me pasan estas cosas es porque soy incapaz de hacer las cosas bien
			Falacia de cambio	10.Mis problemas dependen de los que me rodean 25.Si tuviera más apoyo no tendría esto problemas 40.Si tuviera mejor situación económica no tuviese estos problemas
			Etiquetas globales	11.Soy un desastre como persona 26.Todos los hombres los violentos 41.Soy una neurótica, exagero todo lo que me pasa
			Culpabilidad	12.Yo tengo la culpa de todo lo que me pasa, en particular con mi pareja y/o familia 27.La falta de entendimiento en mi relación y/o familia es responsabilidad mía 42.Lo que me pasa es un castigo que me merezco
			Falacia del deber ser	13.Debería de estar bien y no tener estos problemas 28.No debería cometer estos errores 43.Debería recibir más atención y cariño de otros
			Falacia del	14.Sé que tengo la razón y

			tener la razón	no me entienden 29.No quieren reconocer que estoy en los 44.Tengo la razón y voy a imponer mis decisiones	
			Falacia de recompensa divina	15.Aunque ahora sufra algún día tendré mi recompensa 30.Ya vendrán mejores tiempos 45.Tarde o temprano las cosas irán mejor.	
		Pensamientos distorsionados	Roles de género e inferioridad de la mujer	1.Las mujeres son inferiores a los hombres 2.Si el hombre es el que aporta dinero en casa, la mujer debe estar subordinada a él 3.El hombre es el responsable de la familia, por lo que la mujer debe obedecer 4.La mujer debe tener la comida y la cena a punto para cuando el hombre vuelva 5.La obligación de una mujer es tener relaciones sexuales con su pareja, aunque en ese momento no le apetezca 6.Una mujer no debe llevar la contraria a su pareja 7.Una mujer que permanece conviviendo con un hombre violento debe tener un serio problema psicológico. 8.Para muchas mujeres, el maltrato por parte de sus parejas es una muestra de preocupación por ellas. 9.Cuando un hombre pega a su pareja, ella ya sabrá por qué 10.Si las mujeres realmente quisieran, sabrían cómo prevenir nuevos episodios de violencia. 11.Muchas mujeres provocan deliberadamente a sus parejas para que pierdan el control y las golpeen. 12.El hecho de que la mayoría de las mujeres no llame a la policía cuando están siendo	Instrumento: “Inventario de pensamientos distorsionados sobre la mujer y el uso de la violencia (IPDMUV-R)” Falso (F) Verdadero (V).

				maltratadas es una prueba de que quieren proteger a sus parejas.	
			Legitima- ción de la violencia como un medio para resolver conflictos	13.Los profesores de la escuela hacen bien en utilizar el castigo físico contra niños que son repetidamente desobedientes y rebeldes. 14.Los niños realmente no se dan cuenta de que sus padres maltratan a sus madres a no ser que sean testigos de una pelea. 15.Para maltratar a una mujer hay que odiarla 16.La mayoría de los hombres que agreden a sus parejas se sienten avergonzados y culpables por ello. 17.Lo que ocurre dentro de una familia es problema únicamente de la familia 18.Muy pocas mujeres tienen secuelas físicas o psíquicas a causa de los malos tratos. 19.En muchas ocasiones los hombres maltratan a sus parejas porque ellas les fastidian. 20.La mayoría de las personas que ejercen algún tipo de violencia son personas fracasadas o perdedoras. 21.Las personas que ejercen violencia tienen graves problemas psicológicos y a menudo no saben lo que hacen.	
Dependen- cia emocional	La dependencia emocional reemplaza la dependencia económica o social, muy frecuente en relaciones en el pasado y que hacían	Miedo a la ruptura (MR)		5.Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado. 9.Me digo y redigo: “¡se acabó!”, pero luego llego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él/ella. 14.Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella. 15.Tolero algunas ofensas de	Instrumento: “Inventario de dependencia emocional (IDE)”. Alto: 71 a 99. Moderado: 51 a 70.

<p>perder la libertad individual. Según el autor la dependencia emocional que es una dependencia afectiva hace que la persona invierta mucha energía psicológica para mantener su relación a toda costa a pesar de encontrarse bajo la sumisión y sometimiento, por el temor extremo que experimenta al imaginar perder a su pareja, llegando a perder su identidad y libertad. (Villegas, 2005: 29).</p>		<p>mi pareja para que nuestra relación no termine. 17. Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja. 22. Estoy dispuesto(a) hacer lo que fuera para evitar el abandono de mi pareja. 26. Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi relación de pareja no se rompa. 27. Para que mi pareja no termine conmigo, he hecho lo imposible. 28. Mi pareja se va a dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.</p>	<p>Significativo: 31 a 50. Bajo o normal: 1 a 30</p>
	<p>Miedo e intolerancia a la soledad (MIS)</p>	<p>4. Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja. 6. Si no está mi pareja, me siento intranquilo(a). 13. Es insoportable la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja. 18. No sé qué haría si mi pareja me dejara. 19. No soportaría que mi relación de pareja fracasara. 21. He pensado: “que sería de mi si un día mi pareja me dejara”. 24. Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine. 25. Me asusta la sola idea de perder a mi pareja. 29. Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien. 31. No estoy preparado(a) para el dolor que implica terminar una relación de pareja. 46. No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.</p>	
	<p>Prioridad de la pareja (PP)</p>	<p>30. Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja. 32. Me olvido de mi familia, de</p>	

			<p>mis amigos y de mí cuando estoy con mi pareja.</p> <p>33.Me cuesta concentrarme en otra cosa que no sea mi pareja.</p> <p>35.Me olvido del “mundo” cuando estoy con mi pareja.</p> <p>37.He relegado algunos de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.</p> <p>40.Suelo postergar algunos de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.</p> <p>43.Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.</p> <p>45.Me aísto de las personas cuando estoy con mi pareja</p>
		Necesidad de acceso a la pareja (NAP)	<p>10.La mayor parte del día, pienso en mi pareja.</p> <p>11.Mi pareja se ha convertido en una “parte” mía.</p> <p>12.A pesar de las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.</p> <p>23.Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.</p> <p>34.Tanto el último pensamiento al acostarme como el primero al levantarme es sobre mi pareja.</p> <p>48.No puedo dejar de ver a mi pareja.</p>
		Deseos de exclusividad (DEX)	<p>16.Si por mí fuera, quisiera vivir siempre con mi pareja.</p> <p>36.Primeramente está mi pareja, después los demás.</p> <p>41.Si por mí fuera, me gustaría vivir en una isla con mi pareja.</p> <p>42.Yo soy solo para mi pareja.</p> <p>49.Vivo para mi pareja.</p>
		Subordinación y sumisión (SS)	<p>1.Me asombro de mí mismo(a) por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.</p> <p>2. Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.</p>

			<p>3. Me entrego demasiado a mi pareja.</p> <p>7. Mucho de mi tiempo libre, quiero dedicarlo a mi pareja.</p> <p>8. Durante mucho tiempo he vivido para mi pareja.</p>	
		<p>Deseos de control y dominio (DCD)</p>	<p>20.Me importa poco que digan que mi relación de pareja es dañina, no quiero perderla.</p> <p>38.Debo ser el centro de atención en la vida de mi pareja.</p> <p>39.Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar un tiempo solo(a).</p> <p>44.Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.</p> <p>47.Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mí.</p>	

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

En el presente capítulo se reflejan los diferentes conceptos teóricos de las variables de estudio: distorsiones cognitivas y dependencia emocional, lo cual permite tener mayor entendimiento y comprensión del tema.

3.1. Distorsiones cognitivas

3.1.1. Teoría cognitiva

Esta teoría sustenta que los comportamientos y las emociones son influenciadas por las percepciones de los hechos. Beck y Ellis, los máximos representantes de este modelo, afirman que los eventos no determinan los sentimientos, sino el modo como las personas interpretan dichos eventos; es decir, la respuesta emocional es condicionada por la percepción de la situación. (Naranjo, 2004: 91).

Los niños (as), a través de la interacción con las personas importantes aprenden a evaluarse a sí mismos y al entorno que los rodea, dando paso a la construcción de la realidad mediante la experiencia personal previamente vivida. El niño desarrolla actitudes y creencias que pueden ser adaptativas o propiciar la vulnerabilidad para el desencadenamiento de un problema psicológico. Estas creencias y actitudes de la persona no son cuestionadas, así también nuestros puntos de vista y pensamientos acerca del mundo que nos rodea, son influenciados por nuestros supuestos y estos se organizan en una jerarquía o también llamados esquemas. (Rush y Giles, 1982: 69).

Los esquemas serían una estructura cognitiva sólida que dirige el curso de nuestro actuar y cómo se interpretan las situaciones que percibimos. Un esquema es un conjunto de reglas que ayudan a la persona a definir objetos, por lo que también contiene supuestos y creencias. (Beck, y Cols, 1985, S/P).

Los esquemas son representaciones organizadas de las experiencias pasadas, que permiten que las personas investiguen, codifiquen y evalúen todos los estímulos internos y externos, para luego proceder a determinar la manera de su accionar. (Kovacs y Beck, 1978: 174).

Los esquemas serían una estructura cognitiva sólida que rige el curso de nuestro actuar y cómo se interpretan las situaciones que percibimos. Un esquema es un conjunto de reglas que ayudan a la persona a definir objetos, por lo que también contiene supuestos y creencias. (Beck, y Cols. 1985: 67).

3.1.2. Definición de distorsiones cognitivas

Las distorsiones cognitivas son errores del pensamiento que se dan de manera sistemática en las personas, estas sostienen sus conexiones aún contando con evidencia en contra. Así mismo, son distorsiones de la realidad que se efectúan de manera sistémica y que tiene como secuela una distorsión hacia nosotros mismos. (Beck, 1963: 325).

Las distorsiones cognitivas derivan a su vez de creencias personales o significados subjetivos a menudo aprendidos en la etapa infantil del desarrollo, que por lo general actúan a nivel "inconsciente", sin que la persona se percate de su papel. Esos significados personales reciben el nombre de esquemas cognitivos o supuestos personales; estos son la forma en que la persona da sentido y significado a su experiencia pasada, actual y por ocurrir en el futuro. Estos supuestos personales permanecen "inactivos o dormidos" a lo largo del tiempo en la memoria y ante determinadas situaciones desencadenantes se "activan o despiertan " y actúan a través de situaciones concretas, produciendo a menudo distorsiones cognitivas (procesamiento cognitivo de la información distorsionado) y cogniciones automáticas (o pensamientos negativos, que serían los contenidos de las distorsiones cognitivas). (Ruiz e Imbernon, 1996: 11).

Las personas estructuran cognitivamente todo aquello que ocurre en el ambiente y dentro de sí mismas. Las experiencias, por tanto, ejercen una gran influencia en como las personas se sienten, piensan y actúan. La reacción ante un acontecimiento importante depende en gran medida de cómo se percibe, procesa e interpreta dicho acontecimiento. (Ellis, 1960: 29).

3.1.2.1. Distorsiones cognitivas según la propuesta de Beck (1962)

El cognitivismo centra su estudio en la formulación de esquemas cognitivos automáticos desadaptativos y su influencia en las situaciones cotidianas. Por ende, la teoría cognitivo-conductual postula que los efectos y la conducta del individuo se encuentran determinados por la manera en cómo el sujeto tiende a estructurar su mundo (Facultad de Psicología UCM, 2006: 22).

Los patrones de pensamiento disfuncional interactúan en el sujeto, constituyéndose como gestores de una respuesta desadaptativa ante el entorno (Cabezas, 2006: 22).

Los pensamientos distorsionados se fortalecen a través de los años debido a experiencias tempranas infantiles y a la interacción constante del sujeto con el medio. Por tanto, todo aquello que se entiende como irracional, rígido o desadaptativo surgiría a partir del aprendizaje social y la experiencia sobre este.

En este sentido, las distorsiones cognitivas son como una organización conceptual abstracta de valores, creencias y metas personales, de las que podemos, o no, ser conscientes; y, actúan a través de situaciones concretas produciendo un procesamiento cognitivo distorsionado de la información y cogniciones automáticas o pensamientos negativos, que serían los contenidos de las distorsiones cognitivas. (Ellis, 1990: 139).

3.2. Pensamientos Automáticos

Las personas tienen muchos pensamientos que traen consigo consecuencias conductuales. Son consecuencia directa de nuestros esquemas, pueden manifestarse de manera verbal o también imaginaria, estos pensamientos son conclusiones, juicios e interpretaciones automáticos, como un pensamiento sin razonamiento previo que pueda explicar cómo se formaron estas cogniciones. Estos pensamientos se caracterizan en que las personas van a creerlos por completo y sin ninguna duda. Por lo tanto, son pensamientos que parecen disfuncionales, repetitivos, idiosincráticos y poco razonables. Son pensamientos que reflejan la valoración no

objetiva que hace el sujeto de la situación objetiva actual. (Beck, 1976: 84).

Los Pensamientos Automáticos son los contenidos de esas distorsiones cognitivas derivadas de la confluencia de la valoración de los eventos y los supuestos personales.

Así también, son reservados, autónomos, se dan rápidamente, son involuntarios, presentándose como pensamientos lógicos, por lo que no son cuestionados por quien los posee. (Beck, 1970: 85).

3.2.1. Características de los pensamientos automáticos

- a) Son mensajes específicos discretos
- b) A menudo los pensamientos automáticos parecen taquigrafiados
- c) Los pensamientos automáticos, no importa lo irracionales que sean, casi siempre son creídos
- d) Los pensamientos automáticos se viven como espontáneos
- e) A menudo los pensamientos automáticos se expresan en términos de “habría de, tendría que, o debería”.
- e) Los pensamientos automáticos tienden a dramatizar
- f) Los pensamientos automáticos son relativamente idiosincráticos
- g) Los pensamientos automáticos son difíciles de desviar
- h) Los pensamientos automáticos son aprendidos. (Beck, 1976: 237).

3.2.2. Tipos de distorsiones cognitivas

a) Filtraje de abstracción selectiva

Esta distorsión está caracterizada por una especie de visión de túnel; solo se ve un elemento de la situación con la exclusión del resto. Se resalta un solo detalle y todo el evento o situación

queda teñida por este detalle.

Los pensamientos se pueden magnificar y tremendizar mediante muchos procesos de filtraje. Cuando los pensamientos negativos se sacan fuera de contexto, aislado de todas las experiencias buenas que nos rodean, se hacen mayores y más tremendos de lo que realmente son.

El resultado final es que todos los temores, carencias e irritaciones se exageran en importancia porque llenan la conciencia con exclusión de todo lo demás. Las palabras claves para este tipo de filtraje son: terrible, tremendo, desagradable, horroroso.

b) Pensamiento polarizado

La característica principal de esta distorsión es la insistencia en la elección dicotómica: se tiende a percibir cualquier cosa de forma extremista, sin términos medios. Las personas y los pensamientos son buenos o malos, maravillosos u horribles. Esto crea un mundo en blanco y negro, y como las personas que padecen este tipo de distorsiones fracasan en todos los matices del gris, sus reacciones a los eventos oscilan de un extremo emocional a otro. El mayor peligro de dicotomizar el pensamiento es el impacto sobre cómo se juzga dicha persona hacia la misma.

c) Sobre generalización

En esta distorsión se produce una extensión, conclusión generalizada a partir de un incidente simple o un solo elemento de evidencia. Una experiencia desagradable significa que siempre que se repita una situación similar, se repetirá la experiencia desagradable. Esta distorsión conduce inevitablemente a una vida cada vez más restringida. Las sobre generalizaciones se expresan a menudo en forma de afirmaciones absolutas, como si existiera alguna ley inmutable que gobernara y limitara el curso de la felicidad.

Las palabras que indican que se puede estar sobre generalizando son: todo, nada, siempre, todos, ninguno

d) Interpretación del pensamiento

Cuando una persona interpreta el pensamiento hace juicios repentinos sobre los demás “es lógico que actúe así porque esta celoso”, aquellos que interpretan el pensamiento hacen suposiciones sobre como sienten los demás y que les motiva a ello. En la medida que su pensamiento interpreta, también se hacen presunciones sobre cómo está relacionando la gente a las cosas que la rodean, particularmente cómo están reaccionando los demás de usted. Estas presunciones son normalmente imposibles de ser sometidas a prueba. Han nacido de la intuición, las sospechas, dudas vagas, o una o dos experiencias pasadas, pero siempre son, creídas.

e) Visión catastrófica

Consiste en adelantar acontecimientos de modo catastrofista para los intereses personales, en ponerse sin prueba alguna en lo peor para uno mismo.

Ponerse en la posibilidad de que ocurrirá algo peor: ‘y si sucede algo peor’.

f) Personalización

Es la tendencia a relacionar algo del ambiente consigo mismo, lo que sucede alrededor lo relacionamos con nosotros mismos: “eso lo dice por mí”.

Un aspecto importante de la personalización es el hábito de compararse continuamente con los demás, nunca faltan oportunidades para compararse.

g) Falacia de control

El polo de la falacia de control externo es la falacia de control omnipotente. La persona que experimenta esta distorsión se cree responsable de todo y de todos, lleva el mundo sobre sus hombros.

h) Falacia de justicia

Este tipo de pensamiento distorsionado se basa en la aplicación de las normas legales y contractuales a los caprichos de las relaciones interpersonales. El inconveniente es que dos personas raramente se ponen de acuerdo sobre lo que es justo, y no existe tribunal o juez que

pueda ayudarlos. La justicia es una evaluación subjetiva de la medida en que lo que uno espera, necesita o desea de la otra persona, ésta se lo proporciona. La justicia, definida así, puede ser tan fácilmente puesta al servicio de los propios intereses, que cada persona queda inmovilizada en su propio punto de vista.

i) Razonamiento emocional

En la raíz de esta distorsión está la creencia de que lo que la persona siente tendría que ser verdadero. Si se siente como un perdedor, entonces tiene que ser un perdedor, si se siente culpable, tiene que haber hecho mal.

El problema con el razonamiento emocional es que las emociones reflejan estas distorsiones. Creer siempre en las emociones propias es como creerse todo lo que se imprime.

j) Falacia del cambio

Esta, sin embargo, supone que una persona cambiará para adaptarse a nosotros si se la presiona lo suficiente. La atención y energía se dirige, por lo tanto, hacia los demás, porque la esperanza de felicidad se encuentra en conseguir que los demás satisfagan nuestras necesidades. Las estrategias para cambiar a los otros incluyen echarles la culpa, exigirles, ocultarles cosas y negociar.

k) Etiquetas globales

Consiste en poner un nombre general o etiqueta globalizadora a nosotros mismos o a los demás casi siempre designándolos con el verbo "Ser". Cuando etiquetamos globalizamos de manera general todos los aspectos de una persona o acontecimiento bajo el prisma del ser, reduciéndolo a un solo elemento. Esto produce una visión del mundo y las personas estereotipada e inflexible.

l) Culpabilidad

A menudo esta implica que otro se convierta en el responsable de elecciones y decisiones que realmente son de nuestra propia responsabilidad.

Algunas personas focalizan la culpabilidad en ellas mismas exclusivamente. Se martillean constantemente a sí mismas por ser incompetentes, insensibles, muy emotivas.

II) Los deberías

En esta distorsión, se comporta de acuerdo con unas reglas inflexibles que deberían regir la relación de todas las personas. Las reglas son concretas e indiscutibles. Cualquier desviación hacia valores y normas particulares es mala. Como resultado, a menudo la persona adopta la posición de juez y encuentra faltas. La gente le irrita. Los demás no piensan ni actúan consecuentemente.

La gente tiene rasgos, hábitos y opiniones inaceptables que los hace difíciles de tolerar. Las palabras que indican la presencia de esta distorsión son: debería, habría de, tendría que.

m) Tener razón

Aquí la persona se pone normalmente a la defensiva; tiene que probar continuamente que su punto de vista es el correcto, que sus apreciaciones del mundo son justas, y todas sus acciones adecuadas. No está interesado en la posible veracidad de una opinión diferente a la suya, sino solo de defenderla.

Las opiniones de este tipo de personas raramente cambian porque tienen dificultad para escuchar nueva información. Cuando los hechos no encajan en lo que ya creen, los ignora.

n) Falacia de recompensa divina

En este estilo de ver el mundo la persona se comporta correctamente en espera de una recompensa.

Se sacrifican y trabajan hasta quedar extenuada, y mientras tanto imagina que esta coleccionando puntos angelicales que podrá cobrar algún día. (Lemos, 2007: 5).

2.2.3 Interpretación de pensamientos automáticos

La escala libre de pensamientos automáticos señala que, una puntuación menor a 2 indica ausencia y por lo tanto esto no afecta la vida de los sujetos, ya que sus apreciaciones son objetivas y razonables.

La presencia leve de distorsiones cognitivas indica que una puntuación de 3 a 5 en cada pensamiento automático, es un indicador de que esta forma de pensar y percibir la realidad afecta de manera tenue la vida o relaciones de la persona.

La escala de presencia significativa de distorsiones cognitivas señala que, una puntuación de 6 o más en total de cada distorsión puede ser indicativa de cierta tendencia a una afectación mayor por determinada forma de interpretar los hechos de su vida, es decir existe una tendencia a padecer por esta distorsión”. (Ruiz Luján, 1991: 68).

3.3. Pensamientos distorsionados

Estos pensamientos distorsionados radican en diferentes elementos, en la creencia en la inferioridad de la mujer respecto al hombre, culpabilización de las mujeres víctimas de maltrato, aceptación de la violencia como forma válida para la solución de problemas; y minimización de la violencia contra las mujeres como problema y desculpabilización del maltratador. (Ferrer et al., 2006: 837).

La equidad de género permite brindar a las mujeres y a los hombres las **mismas oportunidades, condiciones, y formas de trato**, sin dejar a un lado las particularidades de cada uno(a) de ellos (as) que permitan y garanticen el acceso a los derechos que tienen como ciudadanos(as). (Segovias, 2006, S/P),

3.3.1. Dimensiones de los pensamientos distorsionados

3.3.1.1. Rol de género e inferioridad de la mujer

Los roles de género indican a aquel conjunto de comportamientos previstos y asignados a uno u otro sexo desde la cultura, en una sociedad y momento histórico y momento específico.

A través del rol de género, se prescribe cómo debe comportarse un hombre y una mujer en la sociedad, en la familia, con respecto a su propio sexo, al sexo contrario, ante los hijos, incluido en ella determinadas particularidades psicológicas atribuidas y aceptadas, así como los límites en cuanto al modo de desarrollar, comprender y ejercer la sexualidad.

En este sentido, históricamente la mujer ha tenido un rol más pasivo y subordinado, dejándola en desventaja en muchos aspectos. Estos valores hacia lo masculino y hacia lo femenino se transmiten generacionalmente a través de las diversas influencias comunicativas existentes en la sociedad. (Fernández, 2000: 2).

Estas características, funciones o roles se asignan diferenciadamente a hombres y mujeres, y han sido jerarquizadas históricamente, siendo consideradas socialmente de mayor valor las asignadas a lo masculino y de menor valor las correspondientes a lo femenino. Es un sistema que justifica la dominación sobre la base de una supuesta inferioridad biológica de las mujeres, tiene su origen histórico en la familia, cuya jefatura ejerce el padre, y se proyecta a todo el orden social, incluyendo las instituciones políticas y la sociedad civil, las cuales refuerzan esta concepción". (Facio, 2016: 11).

3.3.1.2. Legitimación de la violencia:

Teoría cultural. – La legitimación de la violencia, la cual se entiende como un comportamiento social que puede ser apropiado bajo ciertas circunstancias. Siguiendo esta teoría, la violencia entre parejas se concibe como un reflejo de una cultura más amplia de violencia social, es decir, la violencia entre parejas forma parte de un patrón de violencia general que se produce y legitima en la sociedad. Por lo tanto, esta teoría postula que la violencia conyugal ocurrirá con más frecuencia en sociedades violentas que en sociedades pacíficas, pues la misma aceptación de la violencia en general como forma de resolver conflictos legitima el uso de la violencia entre parejas. (Levinson, 1989:47).

En el sistema patriarcal, la violencia está legitimada y se utiliza para mantener la desigualdad estructural, algo que se fundamenta en el sexismo. En consecuencia, las creencias distorsionadas en su conjunto dificultan la comprensión de esta forma de violencia y aumentan su tolerancia. (Donoso, Rubio y Vilá, 2018: 89)

La aceptación del uso de la violencia contra la mujer se enmarca en un contexto en el que existe una amplia y generalizada cultura del uso de la violencia y, a su vez, dentro de un sistema patriarcal en el que el hombre, como parte de sus masculinidades, recurre a la violencia para establecer el dominio que como hombre debe tener y, además, mantener ante cualquier posible riesgo de perderlo. (Castro y Casique, 2008: 67).

3.4. Dependencia emocional

Existen diferentes teorías y definiciones que conceptualizan la dependencia emocional, a continuación, se presentan las mismas con la finalidad de ahondar más sobre la temática y tener un mayor entendimiento.

La dependencia emocional es definida como la dimensión disfuncional de un rasgo de personalidad, que consiste en la necesidad extrema de orden afectivo que una persona siente hacia otra, su pareja, a lo largo de diferentes relaciones de este tipo. Éste es el núcleo de la cuestión, lo que, tras varias capas de comportamientos de sumisión, pensamientos obsesivos en torno a la pareja, sentimientos intensos de miedo al abandono y demás, nos aparece como el “corazón” de la dependencia emocional: la necesidad afectiva extrema de una persona hacia su pareja (Castelló, 2005: 17).

La dependencia afectiva o sentimental es como un conjunto de alteraciones de carácter relacional marcadas por un fuerte enganche y desplazamiento personal ante la pareja. Para los autores, se caracteriza por la manifestación de conductas adictivas en la relación interpersonal, establecidos en una asimetría de rol y en una actitud dependiente en torno al sujeto del que se depende. (Moral y Sirvent, 2008: 150).

La dependencia emocional reemplaza la dependencia económica o social, muy frecuente en relaciones en el pasado y que hacían perder la libertad individual. Según el autor, la dependencia emocional que es una (dependencia afectiva), hace que la persona invierta mucha energía psicológica para mantener su relación a toda costa a pesar de encontrarse bajo la sumisión y sometimiento, por el temor extremo que experimenta al imaginar perder a su pareja, llegando a perder su identidad y libertad. (Villegas, 2005: 29).

Cuando se habla de dependencia emocional se refiere a la incapacidad de cortar una relación de pareja, aún cuando es totalmente necesario hacerlo. Es una adicción que genera una necesidad desmesurada e irracional del otro, en la que se pierde la libertad, y por cada minuto de falsa felicidad, se derrama demasiadas lágrimas. La idea de una relación sana y placentera que llene y haga crecer se va transformando poco a poco en una mera ilusión, en un anhelo que se persigue, en el que se cree a pesar de que no queden ya argumentos tangibles que demuestren que aquello es posible. (Congost, 2013: 38).

La dependencia emocional puede ser unidireccional o bidireccional, es decir, puede sufrirla uno de los miembros de la pareja o los dos. Si son los dos quienes han quedado atrapados, es mucho más difícil salir, porque cuando uno toma conciencia del problema, se fortalece y sale, el otro corre hacia él, y viceversa. En estos casos cuesta mucho más mantener la distancia, ya que ambos continúan alimentando la adicción. Si los pudiéramos observar desde fuera, se vería a dos personas que se intentan alejar y uno u otro insiste en retomarlos. Vuelven a lo mismo, exactamente las mismas discusiones en cuestión de muy poco tiempo, los mismos reproches, las mismas quejas sobre el otro, todo sigue exactamente igual por mucho empeño que quieran ponerle. Sin embargo, por suerte, en la mayoría de los casos suele ser uno solo el que vive el apego dañino que lleva consigo la dependencia.

Se acostumbra a decir que nadie debería vivir una falta de respeto más de una vez con una persona. Una es más que suficiente. Si se repite ya es demasiado. Una persona puede tener un mal día y perder el control. Pero si eso se repite en más de una ocasión, es porque la persona funciona de esa manera, y tiene ese trato incorporado en sus conductas habituales. Va a seguir tratando de ese modo durante el resto de la relación. Y eso es completamente intolerable. Si

ese está en una relación en la que hay maltrato psicológico, en la que existe humillación, se destruye la autoestima y se pisa la dignidad, se debe pedir ayuda a quien sea con el único objetivo de salir de allí. (Congost, 2013: 38).

Tomando en cuenta las diferentes definiciones, se puede señalar la similitud entre estas, que hacen referencia a la dependencia afectiva que tiene la persona en este caso la mujer hacia su pareja, que no es sana y da lugar al sometimiento y subordinación a pesar de que ésta la lastime de diversas formas, hablando exclusivamente de la violencia que es ejercida sobre las mismas. El apego emocional y sentimental es tan fuerte como lo señalan los diferentes autores que hace que la mujer no pueda salir del círculo de violencia en el que vive con su pareja ya que ésta lo considera indispensable y el vínculo que mantiene con éste es muy fuerte lo que da paso a que sea difícil terminar con esta relación y no salir de ese espacio que la lastima.

2.4.1. Modelo psicosocial de la dependencia emocional

Desde un análisis psicosocial, de acuerdo a quienes hablaban de dependencia afectiva, aseguraron que todos tenemos determinado grado de tal, muchas personas necesitan a la gente y viceversa. Empero, al momento de que esa necesidad toma el control de la persona, evidenciándose por el miedo a la pérdida, al abandono, a la soledad, el vínculo afectivo se convierte en patología. Dichos autores definen las dependencias sentimentales o afectivas como trastornos relacionales marcados por conductas adictivas a lo largo de la relación, caracterizados por la asimetría de rol y una actitud dependiente, la subordinación sentimental, el vacío emocional y el anhelo intenso de la otra persona. (Moral y Sirvent, 2008: 15).

2.4.2. Modelo relacional de la dependencia emocional

La etapa del enamoramiento y la conformación de la pareja en sí y las expectativas y fantasías que se depositan en las relaciones predisponen a ser más vulnerables a caer en la dependencia. Tantas personas con cierta tendencia a este mal (baja autoestima, intolerancia a la soledad, etc.) como otras que no pueden vivir una relación de dependencia, la diferencia es que las primeras pueden experimentarlo con determinada pareja y no con otras, mientras que las segundas en todas sus relaciones.

Asimismo, la dependencia es la consecuencia de la forma con la que establecemos nuestras relaciones respecto a simetría y complementariedad. (Villegas, 2005: 32).

En la formación de la pareja se da implícita o explícitamente una forma de convivencia sobre el lugar y la función de cada miembro, respecto a la posición de poder de cada uno (simetría: equilibrada y o desequilibrada) y a la compatibilidad y suficiencia de ambos respecto al todo (complementariedad: satisfactoria o insatisfactoria). Del eje de la simetría se genera el constructo: poder- sumisión. Y de la complementariedad, el constructo: plenitud- déficit.

3.4.3. Dimensiones de la dependencia emocional

Los componentes de la dependencia emocional son:

- **Miedo a la ruptura (MR).** - Es el temor que se experimenta ante la sola idea de disolución de la relación de pareja. Por ello, se adopta conductas y comportamientos orientados a mantener la relación, sin importar lo perjudiciales que resulten para la persona padece la dependencia emocional. También se refiere a la negación por parte del sujeto cuando una ruptura se hace realidad, por lo que ejerce continuos intentos y exhortaciones para reanudar la relación.
- **Miedo e intolerancia a la soledad (MIS).** – Define los sentimientos desagradables que experimenta el sujeto con dependencia emocional cuando no está la pareja, ya sea porque se distanció de manera momentánea o porque la relación terminó. Incluye la tendencia de un individuo a adoptar cualquier tipo de conducta para mantenerse ocupado todo el tiempo posible y no encontrarse consigo mismo, como intentos desesperados por retomar la relación, o buscar otra pareja lo más pronto posible.
- **Prioridad de la pareja (PP).** – Es la tendencia a mantener en primer lugar de importancia a la pareja sobre cualquier otro aspecto o persona (hijos, uno mismo, familiares, amigos). Es decir, implica una consideración excesiva de la misma, a quien identifica como el centro de su existencia, el sentido de su vida y el objeto predilecto de su atención.

- **Necesidad de acceso a la pareja (NAP).** – Comprende el deseo de tener presente a la pareja en todo momento, ya sea físicamente o mediante pensamientos entorno a lo que hace, siente o piensa.
- **Deseo de exclusividad (DEX).** – Tendencia a enfocarse en la pareja y a aislarse de manera paulatina del entorno. Esto se acompaña de deseos de reciprocidad de esta conducta por parte de la pareja.
- **Subordinación y sumisión (SS).** – es la sobre estimación de conductas, pensamientos, sentimientos e interese de la pareja, lo cual va acompañado del descuido de la propia vida, así como de sentimientos de inferioridad y desprecio hacia uno mismo. Por ello es frecuente que se toleren agresiones de la pareja.
- **Deseos de control y dominio (DCD).** – es la búsqueda activa de atención y afecto para captar el control de la relación de pareja, a fin de asegurar su permanencia y, por lo tanto, experimentar bienestar. (Aiquipa, 2015: 31).

3.4.4. Características de la dependencia emocional

La dependencia emocional tiene diferentes niveles de gravedad, comienza con la normalidad y termina volviéndose algo que lastima y daña la vida de las personas que lo padecen. Las características permiten identificar la dependencia emocional que presenta hacia la pareja en este caso las mujeres víctimas de violencia, y naturalmente a mayor número de características presentes en la persona, mayores el nivel de dependencia emocional que posee. (Castelló, 2005, S/P).

A continuación, se señalan las características los(as) dependientes emocionales:

- Normalmente los dependientes emocionales tienen una historia con antecedentes de carencias afectivas, apego ansioso, posible maltrato emocional y/o físico durante su infancia. (Moral y Sirvent, 2008, S/P).

- En los dependientes emocionales, la autoestima es baja. Estas personas no esperan el cariño de sus parejas porque tampoco lo sienten hacia sí mismos, y habitualmente tampoco lo han tenido de personas más significativas a lo largo de sus vidas; el autoconcepto también es bajo, aunque es posible que algunos puedan desarrollar habilidades con las cuales adquieran confianza y seguridad. (Castelló, 2000, S/P).
- La tendencia a la exclusividad en las relaciones se presenta no sólo con las parejas sino con las amistades, prefiriendo interactuar con una sola persona que con un grupo ya que se sentirá sola por no tener el suministro afectivo necesario (Castelló, 2005, S/P).

Esta necesidad de exclusividad demuestra que hay una necesidad hacia el otro muy exagerada.

- Precisan del acceso constante a la pareja. Esto se explica por la misma necesidad emocional y por la ansiedad que viven ante la posibilidad de perder al compañero (Castelló, 2005S/P).
- Lo demuestran, por ejemplo; a través de las llamadas y mensajes frecuentes y hostigadoras, el deseo de compartir o planificar cualquier actividad con la pareja. Los dependientes tienen una gran necesidad de disponer del otro, aunque al conseguirlo sea muy frustrante ya que no habrá correspondencia. (Moral y Sirvent, 2008, S/P).
- Los dependientes buscan la aprobación de los demás, agradar y complacer a los otros y sentirse queridos por ellos. Lo que releja su insaciable búsqueda de afecto en el exterior. (Castelló, 2000, S/P).
- Una fuerte preocupación que tienen estas personas es lograr la aceptación y simpatía de su amado a como dé lugar (Moral y Sirvent, 2008, S/P).
- La base de la dependencia emocional es la entrega desenfrenada y total de un miembro dándose lugar a una relación de dominancia y sumisión. (Villegas, 2005, S/P) y (Riso,2003, S/P).

Las relaciones son acentuadamente asimétricas, sin equilibrio: Dominante y subordinado. Lo único que importa para ambos es el bienestar, los deseos y necesidades del primero, mientras que el segundo es víctima de desprecio, postergación y sometimiento. Ello se da con la finalidad de preservar la relación a toda costa. (Castelló, 2000, S/P).

Los dependientes renuncian a su dignidad por preservar la relación, soportan desprecios y humillaciones, saben muy bien que no reciben verdadero afecto, pero poco les importa. (Moral y Sirvent, 2008, S/P).

- Los dependientes emocionales idealizan a sus parejas a pesar de todos sus defectos es colocado en un altar por aquellos. Los dependientes ingresan a un estado de euforia al iniciar la relación y desarrollan una gran idealización de la pareja (Moral y Sirvent, 2008 y Deza, 2012, S/P)

Cabe mencionar que esa ilusión al principio de la relación contempla el autoengaño, se refleja por ejemplo en creer las promesas de su agresor a raíz de que este la haya lastimado.

- Asimismo, estas personas tienen pánico ante la ruptura e intolerancia a la soledad porque encuentran nada agradable la relación consigo mismas y de darse, el sufrimiento es tal, son muy frecuentes la negación de dicha ruptura y los continuos intentos por reanudar la relación; a pesar de todo el sufrimiento que le ocasiona porque siente que colma sus déficits de compañía, estima, seguridad, afecto, sexo, etc. (Moral y Sirvent, 2008) y Riso, 2003, S/P).
- Poseen escasas y pobres habilidades sociales, así como falta de asertividad. También destaca el egoísmo, fruto de la necesidad patológica que tienen hacia otras personas.

3.4.5. Descripción de las categorías diagnósticas de la dependencia emocional

3.4.5.1. Nivel alto de dependencia emocional

Las personas que presentan un nivel de dependencia muy superior son personas que presentan una necesidad afectiva extrema hacia su pareja; es así que tiende a adoptar conductas de sumisión y subordinación accediendo a todas las exigencias de su pareja, idealizándolo y sobreestimando sus características, atribuyéndose la responsabilidad de esa actitud indiferente, ante lo cual, opta por callar y no molestarlo. Se preocupa en exceso por su falta de cariño y teme que, de seguir así, termine con ella. Prioriza a su pareja sobre sus otros intereses y familiares y/o amistades, reduciendo su círculo social, con la única finalidad de complacer a su pareja y evitar que se moleste. Dichas conductas le permitirán retener a su pareja, permanecer con ella a cualquier costo, a fin de no quedarse sola, pues hay un temor intenso a esa situación a quedarse sin el afecto de la pareja, a sentirse abandonada afectivamente, algo que no podría tolerarlo. (Aiquipa, 2015: 34).

3.4.5.2. Nivel moderado de dependencia emocional

Las personas con este nivel de dependencia moderado hacia su pareja presentan constante preocupación y emociones desagradables frente a la idea de que su pareja pueda terminar con él, ante lo cual tiende a realizar conductas a controlar el comportamiento social de su pareja, lo que puede traducirse al final como intentos de buscar exclusividad en la relación y ser el centro de atención y bienestar de su pareja (fastidio porque su pareja se divierta en las reuniones). El temor e intolerancia a la soledad puede explicar este tipo de conducta y los pensamientos posesivos presentes.

Es posible que este tipo de pensamientos y conductas en el examinado, si es que no hay un manejo adecuado, puede generar en agresiones psicológicas más acentuadas que dañen la integridad de la pareja y repercuta negativamente en la relación. (Castelló, 2005, S/P).

3.4.5.3. Nivel significativo de dependencia emocional

Las personas con nivel de dependencia emocional significativo son muy susceptibles de establecer relaciones de pareja patológicas y gravemente desequilibradas, asumiendo en ellas un rol subordinado. Estas personas asimismo consideran a sus parejas como el centro de sus existencias, la idealizan y serían capaces de hacer cualquier cosa para no romper la relación.

Esta dependencia emocional, está en la base del comportamiento de un grupo de personas víctimas de violencia doméstica que manifiestan seguir enamoradas de sus parejas por graves que sean los malos tratos, vejaciones y desprecios que hayan recibido de parte de su pareja. (Castelló, 2005, S/P.).

3.4.5.4. Nivel bajo de dependencia emocional

Cuando los niveles de dependencia emocional son bajos, en este punto la dependencia se verá como un factor para hacer crecer la relación, asimismo se destaca la individualidad, teniendo así un nivel positivo de autonomía emocional y afectiva. La sobreprotección y la vigilancia son aceptadas con un mínimo de conciencia de lo perjudicial que podría llegar hacer subir el tipo de nivel de dependencia. (Mendoza, 2016, S/P).

3.4.6. Dependencia emocional y violencia hacia la mujer por su pareja

La violencia hacia la mujer por parte de su pareja, configura un conjunto de comportamientos agresivos que éste utiliza sobre ella en su afán de controlarla o someterla. Es sabido, que en la mayoría de casos la violencia se da escalonadamente respecto a la intensidad y frecuencia (CEM – Chupaca, 2013, S/P), por ejemplo; puede iniciarse con muestras sutiles de control sobre la mujer; en cuanto a su manera de vestir, a las salidas y gente que frecuenta y, si ocurre una discusión puede culparla de todos los problemas e ignorar sus puntos de vista o sentimientos. Existen manifestaciones de violencia que se caracterizan por su sutileza, especialmente durante el noviazgo, atribuyéndoselas al amor romántico. (Muruetta y Orozco, 2015, S/P).

Algunas mujeres ante la persistencia de esas conductas o, de intensificarse las mismas, optan por poner un alto. Sin embargo, otras continúan tolerándolas. La mayor parte de las mujeres que consulta lo hace después de haber padecido de entre ocho y once años de violencia doméstica (CEM, 2013: 5).

La dependencia emocional en las parejas y la violencia recibida en este caso por la mujer señala un aspecto muy importante que es la relación entre ambos factores y la afección a raíz de esa dependencia en torno a la violencia que recibe la mujer. Sin embargo; es igual de

significativo el estudio de los factores individuales de la mujer antes o al momento de empezar una relación, que incrementaría las posibilidades de ser una futura víctima de maltrato. Tiene mucha relevancia centrarse en las características psicológicas de la mujer al inicio de sus relaciones de pareja puesto que pueden constituir un factor de riesgo para convertirse en víctima de maltrato. (Aiquipa, 2015: 38).

Es así que algunos autores apoyan una relación causal entre la dependencia emocional y la violencia de pareja. Las mujeres permanecen con el agresor por el vínculo emocional que la ata a la pareja, y en la que intervienen el enamoramiento intenso, el sentir que no será capaz de vivir sin él, el temor a ser abandonadas, así como la alternancia entre el buen y el mal trato. (Castelló, 2005: 23).

Coincidiendo con algunas características de la dependencia emocional, se considera que estas mujeres conciben un amor romántico que se basa en entregarse completamente, aceptar y perdonar lo que sea en nombre del amor y, por consiguiente, toleran el maltrato, se adaptan a la pareja y se postergan a sí mismas, también tienden a idealizar a esta, a creer que no volverán a querer con tal intensidad y a experimentar desesperación al solo pensar que serán abandonadas por la pareja. Entendiendo la dependencia emocional como causa de continuidad de una relación desequilibrada y violenta. (Deza, 2012: 57).

Sin ser excluyente de la presencia del ciclo de la violencia, las mujeres comprometidas en una relación de pareja, en un contexto patriarcal y por lo mismo agresivo con ellas, van atravesando fases de adopción de formas culturales que las subordinan al varón, en roles femeninos socialmente débiles y bajo estereotipos machistas que infiltran la identidad y autoconcepto de ellas.

Existen cuatro fases en este proceso de degradación de su personalidad:

a) Primera Fase

El objetivo es que quede muy claro cuáles son los roles de la mujer casada, o sea, a que está sujeta, por lo tanto, debe aprender sus “obligaciones de mujer” si quiere seguir casada. Pero lo

más grave de todo en esta fase, es que la mujer aprende la dualidad: odio-amor; agresión–amor porque todo esto se da en un marco de un enamoramiento, porque la mayoría de relaciones cuando inician están basadas en el amor.

b) Segunda Fase

En la cual ya el primer objetivo está claramente cubierto, ya la mujer sabe que es lo que tiene que hacer, qué es lo que no tiene que hacer y cómo tiene que educar a sus hijos. En esta segunda fase, la violencia apunta a la disminución de las capacidades de las mujeres, a la desvalorización y a la pérdida de la autoestima.

c) Tercera Fase

Una vez que la mujer ya perdió la identidad, ya se desvalorizó y está en total dependencia del hombre, obviamente se articula aquí la relación dominio- dependencia. Una vez que está en total dependencia frente a la relación marital, el hombre ya se siente tranquilo porque ya no tiene nada más que hacer, porque está claro que él es quien manda, él es el “dueño” y además puede mantener la conducta que quiera: estar con otras mujeres, etc.

Cumplidas estas tres fases, la violencia implica riesgo de muerte para la mujer, tanto por la agresividad hostil del hombre cuanto por la impotencia e indefensión de ella. Si entendemos que ésta es la lógica a través de la cual se articulan las relaciones de dominio y de violencia, es muy importante que las autoridades lo tengan presente en la aplicación de la ley y que los profesionales de la salud mantengan como guía para sus intervenciones frente a mujeres golpeadas por sus parejas. (Aiquipa, 2012: 18).

3.5. La violencia

Es el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona, un grupo o comunidad, que causa o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones. Podemos referir que violencia es toda acción que atenta contra la dignidad, la libertad, la integridad física y psíquica del ser humano, produciéndole sufrimiento, dolor o

cualquier forma de limitación a su bienestar o al libre ejercicio de sus derechos. (La Organización Mundial de la Salud).

A pesar de los avances teóricos, la prevención que se realiza y el avance evolutivo que tiene una sociedad, todavía hay hombres que, en el problema de la violencia intrafamiliar, consideran que su esposa e hijos son “objetos” de su propiedad, por eso creen tener el derecho a descargar sobre ellos su frustración o malhumor con agresiones y maltratos.

Sin duda, la violencia es un fenómeno muy arraigado en las sociedades y en las formas culturales de éstas, cada sociedad cuenta con mecanismos que la generan, la justifican, la legitiman, la oscurecen o invisibilizan, la niegan y por lo tanto perpetúan la violencia.

3.5.1. Violencia hacia la mujer por su pareja

La violencia en el ámbito de las relaciones interpersonales; es el ejercicio del poder mediante el empleo de la fuerza física, psicológica, económica, etc. que implica la existencia de un “arriba” y un “abajo” agresor y agredido, en este caso; hombre, en su condición de pareja – mujer. (Corsi, 1994: 78).

La violencia de pareja es un ejercicio de poder, en el que se daña o controla a la persona con la que se tiene un vínculo íntimo en contra de su voluntad y cabe mencionar que ese lazo puede ser de noviazgo, matrimonio o cohabitación. Es decir, la violencia hacia la mujer por su pareja, deviene en comportamientos dañinos, abusivos, violentos a nivel físico, psicológico y/o sexual hacia ella por parte de la persona con la que tiene una relación íntima o de pareja al margen de la duración de la misma o el grado de compromiso. (Moral y López, 2012: 67).

3.5.2. Violencia de género

La violencia de género no se limita al ámbito familiar, es una violencia estructural, basada en un sistema de creencias sexistas, superioridad de un sexo sobre otro, que se dirige hacia las mujeres con el objeto de mantener o incrementar su subordinación al género masculino hegemónico entendida como producto de una relación de poder, basada en las construcciones culturales que definen las diferencias entre hombres y mujeres, los estereotipos de lo femenino

y lo masculino, y las dinámicas de instituciones sociales en que estos roles son aprendidos y reforzados (como la familia, la relación de pareja, la relación madre-hijo, padre-hijo, etc.). La violencia de género es ejercida para perpetuar el poder del hombre sobre la mujer. (Jaramillo, 2011: 70).

3.5.3. Violencia intrafamiliar

La violencia intrafamiliar hace referencia a toda acción u omisión realizada por un miembro sobre otro del mismo grupo familiar, que cause dolor o sufrimiento físico y/o psicológico e incide negativamente en el desarrollo armónico de las personas, vulnera sus derechos fundamentales y les afecta en los ámbitos personal, familiar y social”.

Así también por violencia intrafamiliar nos referimos a todas las situaciones o formas de abuso de poder o maltrato, físico o psicológico de un miembro de la familia sobre otro o que se desarrollan en el contexto de las relaciones familiares y que ocasionan diversos niveles de daño a las víctimas de esos abusos. Es importante mencionar que muchas acciones de violencia intrafamiliar son evidentes, otras pueden pasar desapercibidas; lo fundamental para identificarla es determinar si la pareja o familia usa la violencia como mecanismo para enfrentar y resolver conflictos, además de las diferencias de opinión. (Jaramillo, 2011: 45).

3.5.4. El agresor y la víctima

El contexto en el cual se desarrolla la violencia es importante tomar en cuenta a ambos actores para poder comprender la relación entre los mismos y las posibles causas que llevan a que la mujer quede sometida a su agresor y/o normalice comportamientos violentos impidiendo que estas salgan del círculo en el que se encuentran y la forma en que afectan su vida.

La mujer crece recibiendo una oscura herencia, sobre la cual se estructura su personalidad, su pensamiento, su afectividad, y que las ideas sobre sí misma y su género están impregnadas de emociones contradictorias y de inseguridades. Por un lado, se les enseña a confiar en los hombres, a desear entablar una relación de pareja, sin embargo, por otro lado –en un ejemplo- se le infunde el temor a la violación. En razón de esta educación basada en el cuidado y protección, la personalidad de la mujer adquiere una vulnerabilidad diferente de la que pueden

experimentar los hombres: ella debe estar en una actitud de vigilancia, incorporando en su conducta elementos de control y alerta sobre sí misma y sobre quienes lo rodean. (Jaramillo, 2011: 45).

En función a lo expuesto se desarrollan los siguientes caracteres:

- Inhibición de la expresividad, en el uso de la vestimenta o en el trato con desconocidos.
- Existencia en estado de alerta, debido al acoso sexual que sufre en diferentes situaciones.
- Temor a la salida física: tiene restringido su espacio físico, el contacto y la exploración de la naturaleza porque puede ser violada.

3.5.4.1. Como funciona una mujer con un hombre abusivo

- Se paraliza y no atina con la actitud apropiada frente a lo que él dice o hace.
- No quiere arriesgarse a disgustar al hombre.
- Acepta y se somete a todo sin discutir; si se queja por algo enseguida agacha la cabeza, prefiriendo la derrota, antes de el fastidio de una posible ruptura
- Justifica todo lo que él hace.

Este modelo cultural del amor, renuncia a la existencia personal y el sacrificio de la autonomía individual, en aras de convertir al otro en el centro de la propia vida.

La construcción cultural acerca de los roles que debe realizar tanto la mujer como el hombre y la diferencia de los mismos en desmedro del género femenino hacen que la mujer sea vulnerable y ubicada en un plano inferior, a parte de la enseñanza que recibe cada una; necesita de un hombre porque es más fuerte, más razonable, le brinda protección y seguridad cuando es el mismo quien puede hacerlas daño y violentarlas. Pude parecer un tema obsoleto,

pero el machismo es un tema real, la construcción cultural en una sociedad se mantiene a pesar de los miles de años, en algunas con más fuerza que otras, pero donde es más visible es en aquellas mujeres que sufren violencia por parte de su pareja o en el ámbito familiar.

Tomando en cuenta nuestro contexto existen ideas y pensamientos erróneos acerca de las mujeres, de sus roles, de su papel en la vida y el trato que deben recibir; la diferencia de género y el machismo es un tema reciente, actual y visible. (Jaramillo, 2011: 48).

3.6. Componentes culturales y psicológicos

La problemática de la mujer golpeada alcanza los matrimonios y a las uniones de hecho. El contexto resulta escueto, cerrado, salvo cuando se pone de manifiesto en el ámbito social, y entonces cobra gran significación por la enorme cantidad de casos y la relevancia del problema en sí, por lo que implica socialmente. La materialidad de los hechos agresivos, diríase somáticos, resultan constatables pero los problemas de más difícil detección se producen con las consecuencias psíquicas. Tal vez las peores agresiones son las que vulneran el campo moral y psíquico, solo que casi nunca están a la vista.

La enorme fuerza del mundo machista reside, en gran parte, en su debilidad. Lo que importa es lograr recuperar, al menos, si no el reducto idílico, la armonía y el decoro familiares. El logro ético precisa armar conciencias y ayudar victimológicamente para que no exista violencia en el medio familiar, en el núcleo íntimo donde los humanos deben recibir principios sólidos en un ambiente de afectos y, si fuera posible, lúdico y donde los hijos dan los primeros pasos de su socialización. En este aspecto cabe recordar que el niño es sujeto de derechos. Y se reclama de modo enfático que la violencia contra la mujer se recepte como una violación a los Derechos Humanos.

Aunque las agresiones a la mujer se conocen de antiguo, la novedad científica y legal de su tratamiento puede situarse en la década de los años 70, a partir de entonces se advierte el problema mediante incipientes pero abrumadoras estadísticas. La agresión no suele ser denunciada en el mundo occidental, entre otras cosas, por ciertas ideas arraigadas sobre que los problemas de la familia son de puertas adentro, por mantener sellado para los demás lo que

ocurre por aquello de “cada hogar un mundo”, por creer en promesas de reivindicación del hombre golpeador, por timidez, miedo a represalias, por temor de que el hombre termine en la cárcel y los hijos la señalen con dedos de fuego, por depresión o simplemente por no saber qué hacer o que en esas circunstancias se produzca una debacle en la economía familiar y ella o sus hijos no puedan sobrevivir. Las razones son muchas y están en directa proporción con la escasa ayuda social que recibe, el señalamiento y estigmatización a los que están expuestas ella y su familia, la ignorancia política sobre el tema. Lo cierto es que la mujer pasa a engrosar la voz de los sin voz. (Jaramillo, 2011: 67).

3.6.1. Perspectiva de género

La referencia al concepto de género ha sido fundamental para entender cómo reproducimos y justificamos las relaciones de dominio-sumisión y la violencia machista. Por ello es importante comprender y ahondar en el concepto género y el sistema sexo/género y en cómo interiorizamos estos constructos. Hoy en día se admite que estamos ante una problemática que hunde sus raíces en la forma en que se organiza la estructura social en base al sexo-género y que, consecuentemente, implica a todos los sectores de la sociedad: judicial, sanitario, educativo, etc.

Dejar de ver el problema como algo propio de la vida privada para pasar a considerarlo como problema social ha sido fundamental para poder ubicarlo en el escenario adecuado; esto es, evaluar la situación de las mujeres a nivel mundial en relación al principio de igualdad.

Este cambio de consideración ha promovido no sólo la intervención de los poderes públicos, sino también el reconocimiento de los derechos de las víctimas. Entre todas las discriminaciones que las mujeres sufren, en los diferentes países, culturas y situaciones, la violencia de género es una de las más graves, persistentes y generalizadas. (Álvarez, Sánchez, Bojó, Zelairan, Aseguinolaza, Azanza y Caballero, 2016: 34).

3.6.2. No se nace mujer u hombre, se aprende a serlo.

El género nos construye absolutamente desde el momento del nacimiento, condiciona cómo nos comportamos, cómo nos expresamos, qué reprimimos, cómo nos colocamos en las relaciones, qué pensamos de la vida, de las mujeres y hombres, qué actividades realizamos, lo que debemos esperar, hacer, pensar e incluso desear, etc. Condiciona y construye en gran medida nuestra subjetividad, nuestro “quién soy yo”.

En esta diferenciación por género, lo masculino tiene una connotación de superioridad y de derecho y las actividades que realizan los hombres son valoradas positivamente en relación a aquellas que se consideran propiamente femeninas, las cuales a su vez son subestimadas. De esta forma se va aprendiendo a ser mujer y hombre, en una interacción en la que median definitivamente relaciones de poder, alimentando un binomio de sumisión, control. Aprender a ser mujer en un mundo ordenado desde lo masculino como modelo, implica interiorizar la subordinación. Por tanto, cabe afirmar que no podemos abordar el problema de la violencia hacia las mujeres si no es desde una perspectiva de género (Sanz Fina, 2004, Lorente, 2006).

Dicha perspectiva no sólo debe estar presente para su estudio y análisis, sino también para establecer estrategias encaminadas a producir cambios personales, sociales y comunitarios que contribuyan al desarrollo de las personas, mujeres y hombres, desde la autonomía y la independencia. Es decir, un enfoque, el de género, que permita fomentar el desarrollo de las estrategias oportunas para promover los cambios necesarios que garanticen a las personas poder constituirse como seres humanos de pleno derecho y en igualdad de condiciones. (Álvarez. et, al. 2016: 108).

3.6.3. Estudios de género y un enfoque relacional

Los Estudios de Género en la disciplina psicológica analizan la construcción socio-cultural del género, su función simbólica y las representaciones sociales que origina, teniendo como objeto de estudio tanto los efectos producidos en las variables psicológicas por las desigualdades generadas por el orden social patriarcal, como el desvelamiento de las relaciones de poder y opresión que subyacen a él. Concretamente, en psicología, un considerable número de trabajos han permitido romper clichés respecto a las diferencias entre los sexos en variables intelectuales y de personalidad (Barberá, Martínez Benlloch, 2004).

La diferencia sexual, que para algunas corrientes psicológicas es matriz de la construcción del psiquismo y del sistema de intercambios con la otredad -objeto de los procesos de simbolización intersubjetivos e intrasubjetivos alimenta relaciones de género, articulando todo un sistema de creencias y atribuciones adquiridas normativamente, que ordenan el mundo desde la estereotipia. Así, para la construcción de su identidad, los individuos continúan utilizando modelos de género, por lo que la construcción de los géneros será, al mismo tiempo, proceso y producto de su representación social. (Pastor Carballo, Ocón Giménez, 1998, S/P),

CAPÍTULO IV

DISEÑO METODOLÓGICO

4.1. Tipificación de la investigación

La presente investigación realizada pertenece al área de la **psicología social** porque se contextualizó las variables de estudio con un enfoque social, debido a que la violencia que es el problema y la característica principal de la población estudiada es un factor social, y está estrechamente relacionada con factores culturales y educacionales, los cuales influyen de manera directa en la percepción, pensamientos y sentimientos de las mujeres, así como en su modo de relacionamiento. Esta investigación permitió conocer cómo las variables de estudio, distorsiones cognitivas y dependencia emocional se manifiestan en un contexto psicosocial en mujeres que han sufrido violencia, las cuales asisten a un programa de intervención orientado a fortalecer la autoestima y el desarrollo personal.

Para reforzar la argumentación se presenta la definición del área de psicología social, esta es una disciplina en la cual las personas intentan comprender, explicar y predecir cómo los pensamientos, sentimientos y acciones de los individuos son influenciados por los pensamientos, sentimientos y acciones percibidos, imaginados o implícitos, de otros individuos". Esta definición pone el énfasis en la relación de la persona con su entorno social, el concepto clave es influencia; los procesos psicológicos de las personas individuales (pensamiento, sentimiento, conducta) no tienen lugar en un vacío social, ya que siempre habrá otras personas presentes a veces físicamente, de manera imaginada o incluso implícita. (Allport, 1968: 6).

Esta investigación es de tipo **exploratorio**, debido a que las variables de estudio, distorsiones cognitivas y dependencia emocional han sido poco estudiadas en nuestro contexto, es decir, existe poca o nula información acerca de estos temas en Bolivia y particularmente en la ciudad de Tarija.

Así también esta investigación es de tipo **descriptivo**, porque permite caracterizar, mencionar y detallar las distorsiones cognitivas y el nivel de dependencia emocional que presentan las

mujeres víctimas de violencia, explicando a profundidad las mismas para un mejor entendimiento y mayor ilustración de dichos fenómenos.

Para consolidar lo mencionado anteriormente se presenta una definición sobre los estudios exploratorios. Los estudios exploratorios se realizan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que tan sólo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio, o bien, si se desea indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas. (Sampieri, 2014: 91).

Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas. (Sampieri, 2014: 92).

El tratamiento de los datos será en base a un enfoque **cuantitativo y cualitativo**.

El **enfoque cuantitativo** permite cuantificar la información recolectada, expresándola en porcentajes, cuadros y gráficas de acuerdo a la frecuencia que se presentan las distorsiones cognitivas y el nivel de dependencia emocional en las mujeres víctima de violencia.

El **enfoque cualitativo**, coadyuvó en la comprensión de la realidad de la población de estudio facilitando el análisis e interpretación, tomando en cuenta las cualidades y particularidades de cada mujer.

La entrevista aportó datos precisos, propios de cada mujer de acuerdo a su experiencia y su realidad sobre la situación de violencia que atraviesan dentro de su contexto, tomando en cuenta la afeción que producen las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en la vida de cada persona. Para dicho análisis se tomó en cuenta las diferentes teorías o conceptos que se encuentran en el marco teórico.

Se presenta una definición para un mayor entendimiento. El enfoque cualitativo tiene como objetivo la descripción de las cualidades de un fenómeno y no se basa en una numeración. (Contreras L., 2009: 2).

4.2. Población y muestra

La población para el presente trabajo de investigación son mujeres que asisten a la Secretaría de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado, específicamente a la UNIDAD DE GESTIÓN INTEGRAL DE LA MUJER bajo el programa de “Mujeres Autónomas y Emprendedoras- gestión 2020”; el cual se encarga de contribuir al empoderamiento personal y económico de mujeres en situación de vulnerabilidad, a través de procesos de fortalecimiento personal y formación laboral que favorezcan a su independencia y autonomía.

Las personas que asisten a esta unidad son 50 mujeres, jóvenes y adultas ya que oscilan entre las edades de 21 a 61 años, las cuales acuden de distintas áreas de la provincia de Cercado, es decir, del área urbana como rural, sin distinción alguna.

La característica principal de la población es que fueron derivadas por el SLIM (Servicio Legal Integral Municipal) tras haber puesto una denuncia por violencia. Este servicio considera que estas deben recibir apoyo psicológico, terapéutico y social, para lo cual la institución cuenta con el programa de “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” en la unidad ya mencionada con la finalidad de ayudarlas a superar la situación que atraviesan, empoderarlas, volverlas más independientes para garantizarles mediante distintas actividades orientadas a fortalecer su autoestima y terapias alternativas una vida digna y libre de violencia para ellas y sus hijos e hijas.

Estas mujeres vienen de diferentes barrios del municipio de Tarija, son casadas, divorciadas, viven en concubinato y/o mantienen una relación de noviazgo. Generalmente son mujeres que no cuentan con un empleo estable o directamente no tienen uno. La única característica más relevante que reúne a todas es haber sufrido violencia y/o estar en una situación de vulnerabilidad social.

Debido a la reducida cantidad de mujeres que asisten al programa no se realizó una selección muestral por lo que se consideró trabajar con la población en su totalidad, abarcando a todas las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Emprendedoras y Autónomas”.

4.4. Métodos, técnicas e instrumentos

4.4.1. Métodos

La presente investigación utilizó los siguientes métodos:

- **Método teórico.** - Permite descubrir en el objeto de investigación las relaciones esenciales y las cualidades fundamentales, no detectables de manera sensorial. Por ello se apoya básicamente en los procesos de abstracción, análisis, síntesis, inducción y deducción. (Martínez R. y Rodríguez E., 2019: 4).

Este método permitió obtener información inicialmente en la construcción del marco teórico mediante la revisión teórica y bibliográfica para poder dar inicio a la investigación y tener un bagaje amplio del tema, así también colaboró en la interpretación conceptual de los datos obtenidos en la investigación mediante el análisis, síntesis e inducción.

- **Método hipotético- deductivo.** - En este método, las hipótesis son puntos de partida para nuevas deducciones. Se parte de una hipótesis inferida de principios o leyes o sugerida por los datos empíricos, y aplicando las reglas de la deducción, se arriba a predicciones que se someten a verificación empírica, y si hay correspondencia con los hechos, se comprueba la veracidad o no de la hipótesis de partida. (Rodríguez, 2017: 189).

Este método permitió constatar si la hipótesis planteada al inicio de la investigación se confirma o rechaza.

- **Método empírico.** – Se basa en la recogida de una gran cantidad de datos a partir de un fenómeno natural y del análisis de la base de datos de una teoría o llegar a una conclusión particular. (Martínez R. y Rodríguez E., 2019: 4).

En cuanto al método empírico, se empleó la encuesta y la entrevista en la recolección de datos e información acerca de las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia y permitió el análisis e interpretación de la realidad de los resultados que se obtuvieron en el proceso de investigación para que, de esta manera, se puede llegar a una conclusión particular mediante el análisis del mismo.

- **Método estadístico.** - Consiste en una secuencia de procedimientos para el manejo de los datos cuantitativos y cualitativos de la investigación. Estos datos tienen por propósito la comprobación, en una parte de la realidad, de una o varias consecuencias verticales deducidas de la hipótesis general de la investigación. (Reynaga J.,2014: 1).

El método estadístico se utilizó para poder realizar la organización y el análisis de los datos que se obtuvieron a partir de la aplicación de los instrumentos, los correspondientes datos fueron tabulados y organizados, ayudando así a responder a todos los objetivos previamente planteados.

4.4.2. Técnica

Entre las técnicas utilizadas en este trabajo de investigación fueron:

4.4.2.1 La encuesta estructurada

Se utilizó como técnica la encuesta, para la recopilación de información ya que esta es una técnica de investigación para obtener información sobre diversos temas en este caso, sobre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia. Se debe tomar en cuenta que los datos que se obtienen mediante la encuesta tienen la finalidad de que cada persona encuestada responda a las preguntas en igualdad de condiciones para evitar opiniones sesgadas que puedan influir en el resultado de la investigación.

Aplicar esta técnica implica solicitar a las personas información a través de un cuestionario, este puede distribuirse usando medios físicos; pero en esta investigación por la situación de la pandemia del COVID-19, se optó por crear un cuestionario en línea mediante los formularios Google y distribuirlos utilizando medios digitales.

4.4.2.2. Entrevista estructurada

Se utilizó una entrevista estructurada con la finalidad de enriquecer y profundizar datos acerca de las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional que presentan las mujeres víctimas de violencia en función a los objetivos planteados, dando lugar en todo momento a la espontaneidad y naturalidad del relato de las participantes. La información que brinda la entrevista es cualitativa y subjetiva a la realidad de cada mujer, particularizando su experiencia y su vivencia. Debido a que generalmente los datos generados por un instrumento cerrado no permiten detectar la experiencia, percepciones, opiniones y la realidad misma de cada persona; se utilizó la entrevista para ahondar y profundizar la información para el presente trabajo de investigación.

La entrevista, de igual manera por la pandemia del COVID- 19 fue aplicada a través de llamadas telefónicas y video llamadas.

4.4.3. Instrumentos

Para la recolección de datos se utilizaron los siguientes instrumentos:

4.4.3.1. Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA, Ruiz y Lujan, 1991).

Nombre: Inventario de evaluación pensamientos automáticos (Ruiz y Lujan).

Autores: Juan Ruiz Sánchez y José Luján.

Año: 1991

Precedencia: México

Propósito: Detectar los Principales Pensamientos Automáticos (15 distorsiones).

Ámbito de aplicación: Se puede aplicar desde 12 años de edad en adelante.

Administración: Aplicación directa individual y grupal.

Descripción del Inventario de Pensamientos automáticos

El inventario de pensamientos automáticos fue creado en México. Se trata de un instrumento diseñado con la técnica de Likert comprendiendo en su versión final un total de 45 ítems, que exploran la variable de Distorsión Cognitiva definida como las representaciones mentales de nuestras experiencias en la vida, y que se dan en forma de significados (falsa imagen o interpretación). Supuestos personales (Creencias) que guían nuestras emociones y conductas y aparecen en situaciones donde hay una intensa alteración emocional (Ruiz y Luján, 1991).

Este instrumento cuenta con 15 dimensiones:

CUADRO N° 1

Dimensiones del “IPA”		Ítems
1	Filtraje o abstracción selectiva	1- 16- 31
2	Pensamiento polarizado	2- 17- 32
3	Sobre generalización	3-18- 33
4	Interpretación de pensamientos	4- 19- 34
5	Visión catastrófica	5- 20- 35
6	Personalización	6- 21- 36
7	Falacia de control	7- 22- 37
8	Falacia de justicia	8- 23- 38
9	Razonamiento emocional	9- 24- 39
10	Falacia de cambio	10- 25- 40
11	Etiqueta global	11- 26- 41
12	Culpabilidad	12- 27- 42
13	Falacia del deber ser	13- 28- 43
14	Falacia del tener la razón	14- 29- 44
15	Falacia de recompensa	15- 30- 45

Calificación del inventario de pensamientos automáticos

El inventario de Distorsiones Cognitivas, consta de 45 ítems, de los cuales 3 ítems representan cada uno de los 15 tipos de distorsiones cognitivas, cada ítem de la escala presenta 4

alternativas de respuesta, cuyas puntuaciones oscila entre 0 a 3 puntos: Nunca (0 puntos), Casi nunca (1 punto), A veces (2 puntos) y Siempre (3 puntos). Por otro lado, el inventario permite obtener una puntuación por tipos de distorsiones cognitivas que resulta de sumar los 3 ítems que comprende cada distorsión, cuyo puntaje oscila con un mínimo de cero y un máximo de nueve (mn=0, máx. = 9). Las categorías diagnósticas consideradas para el instrumento están basadas en las puntuaciones directas, se toman como criterio que “a menor puntuación, muestran ausencia de Distorsiones Cognitivas” y “a mayor puntuación, presentan tendencia a padecer por dichas distorsiones cognitivas. Una puntuación de 2 o más para cada pensamiento automático suele indicar que le está afectando actualmente de manera importante ese tema. Una puntuación de 6 o más en el total de cada distorsión puede ser indicativa de que la persona tiene cierta tendencia a "padecer" por determinada forma de interpretar los hechos de su vida.

CUADRO N° 2

INTERPRETACIÓN DE PUNTAJES DIRECTOS DEL “IPA”				
Nivel		Libre de DC	Presencia leve de DC	Presencia significativa de DC
1	Filtraje o abstracción selectiva	0 a 2	3 a 4	5 a 9
2	Pensamiento polarizado	0 a 1	2	3 a 9
3	Sobre generalización	0 a 1	2	3 a 9
4	Interpretación de pensamientos	0 a 1	2	3 a 9
5	Visión catastrófica	0 a 2	3 a 4	5 a 9
6	Personalización	0 a 1	2	3 a 9
7	Falacia de control	0 a 1	2	3 a 9
8	Falacia de justicia	0 a 1	2 a 4	5 a 9
9	Razonamiento emocional	0 a 1	2	3 a 9
10	Falacia de cambio	0 a 1	2	3 a 9
11	Etiqueta global	0 a 2	3 a 4	5 a 9
12	Culpabilidad	0 a 1	2	3 a 9
13	Falacia del deber ser	0 a 1	2 a 3	4 a 9
14	Falacia del tener la razón	0 a 2	3	4 a 9
15	Falacia de recompensa	0 a 4	5 a 7	8 a 9

Validez. - Se obtuvo la validez a través de la validez de contenido V de Aiken donde todos los ítems dieron como resultado un puntaje de 1.00 por los 5 jurados. Asimismo, se utilizó el análisis factorial confirmatorio ya que, según el autor refiere que es el más idóneo de utilizarse debido a que se realizó una revisión psicométrica de una la prueba psicológica ya creada y establecida con una determinada teoría. (Pérez, Medrano y Sanchez 2013, S/P9).

De igual manera, el Inventario de pensamientos automáticos según dicho autor presenta validez ya que cumplió con los siguientes criterios: La Razón Chi sobre grados de libertad ($X^2/gl < 3,0$), así mismo el Índice de bondad de ajuste (GFI $> 0,95$) y por último el Índice de ajuste comparativo (NFI $> 0,95$). corroborándose en los resultados que arrojó el AFC en este instrumento son los siguientes: $X^2/gl = 1,92$ GFI = .963 y NFI = .958.

Fiabilidad. - El instrumento fue sometido a la prueba de confiabilidad por medio del alfa de Cronbach para la presente investigación, donde el valor numérico de la confiabilidad debe ser lo más cercano a 1; ante esto se corrobora que el instrumento es confiable ya que obtuvieron un Alfa de Cronbach de .962.

4.4.3.2. Inventario de Pensamientos Distorsionados sobre la Mujer y el Uso de la Violencia (IPDMUV), Echeburúa y Fernández-Montalvo.

Nombre: Inventario de Pensamientos Distorsionados sobre la mujer y el uso de la violencia (IPDMUV).

Autores: Echeburúa y Fernández- Montalvo.

Año: 1998

Propósito: Evaluar con carácter unidimensional las distorsiones cognitivas.

Administración: Puede ser de forma individual o colectiva.

Antecedentes

Este instrumento inicialmente fue creado para evaluar los sesgos cognitivos que presentaban los hombres violentos contra la pareja. Inicialmente contaba con 29 ítems dicotómicos (13 sobre los roles de género e inferioridad de la mujer y 16 sobre la legitimación de la violencia para solucionar problemas).

Posteriormente en el trabajo de Ferrer, Bosch, Ramis, Torrez y Navarro (2006, S/P) en muestras españolas para su validación hizo una modificación en la escala de respuestas y suprimió algunos ítems, así también introdujeron mujeres en el estudio realizado.

Después existe una investigación realizada en la ciudad de Barranquilla- Colombia por Elaine De la Hoz, Wendy de la Ossa, Leslie Romero, Lura Páez, Anais Porto. Sobre “Pensamientos distorsionados de mujeres víctimas de violencia en su relación de pareja en la ciudad de Barranquilla”. Dichos estudios son mencionados con la finalidad de demostrar que este inventario también fue aplicado a mujeres a pesar de su elaboración inicial, demostrando que puede ser aplicable a ambos sexos.

Descripción del Inventario de Pensamientos Distorsionados

Actualmente el inventario cuenta con 21 ítems, que permiten identificar pensamientos distorsionados en mujeres que son o que han sido víctimas de violencia de pareja.

CUADRO N° 3

Dimensiones del IPDMUV- R	Ítems
Rol de género e inferioridad de la mujer.	1 al 12
Rol de género legitimación de la violencia para solucionar problemas.	13 al 21

El inventario tiene dos opciones de respuesta, las cuales son falso (F) y verdadero (V), teniendo en cuenta como puntuación cada respuesta afirmativa.

El rango de esta prueba oscila entre 0 y 21 puntos (1 punto por cada ítem), entre más alta sea la puntuación, mayor es el número de distorsiones cognitivas de las mujeres que han sido violentadas.

Calificación del inventario de pensamientos distorsionados

Esta versión -que deriva del IPDMUV (Echeburúa y Fernández-Montalvo, 1998)- consta de 21 ítems binarios que permiten identificar creencias irracionales que están relacionadas con los roles de género y la supuesta inferioridad de la mujer con respecto al hombre, así como con el uso de la violencia como una forma aceptable para resolver conflictos. Cuanto mayor es la puntuación (1=V; 0=F), mayor es el número de distorsiones cognitivas sobre la mujer y el uso de la violencia. El rango de la prueba oscila entre 0 y 21 puntos. Se ha establecido un punto de corte de 8 para ambas dimensiones del instrumento. Este instrumento evalúa la presencia o ausencia de distorsiones cognitivas.

Validez y fiabilidad. - El nuevo instrumento quedó conformado por 21 ítems. Al analizar la estructura unidimensional del IPDMUV mediante AFC, presentaron unos índices de ajuste aceptables: $2 (df = 189; p = .0001) = 573.66$; RMSEA = .066 (con un intervalo de confianza del 90% que osciló entre .060 y .073); SRMR = .062; GFI = .94; AGFI = .93; CFI = 1,00; NFI = 1.00; y NNFI = 1.00.

Supone una mejora en las propiedades psicométricas y en la validez de contenido con respecto a la versión original de 29 ítems.

4.3.3.3. Inventario de dependencia emocional (IDE) de Aiquipa.

Nombre: Inventario de dependencia emocional (IDE) de Aiquipa.

Autores: Jesús Joel Aiquipa

Año: 2010

Precedencia: Perú

Propósito: Medir el nivel de dependencia emocional agrupados en 7 dimensiones.

Ámbito de aplicación: Se puede aplicar desde 18 años de edad en adelante.

Administración: Puede ser de forma individual o colectiva.

Descripción del inventario de dependencia emocional

Es un instrumento que tiene como procedencia en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima-Perú en la Facultad de Psicología Tello en el 2010, este instrumento es de aplicación individual o colectiva.

El tiempo de aplicación es de 20 a 25 minutos.

Tiene el objetivo medir el nivel de dependencia emocional y consta de las siguientes 7 dimensiones:

CUADRO N° 4

Dimensiones del “IDE”	Ítems
1: Miedo a la ruptura	5,9,14,15,17,22,26,27,28
2: Miedo e intolerancia a la soledad	4,6,13,18,19,21,24,25,29,31,46
3: Prioridad de la pareja	30,32,33,35,37,40,43,45
4: Necesidad de acceso a la pareja	10,11,12,23,34,48
5: Deseos de exclusividad	16,36,41,42,49
6: Subordinación y sumisión	1,2,3,7,8
7: Deseos de control y dominio	20,38,39,44,47

En cuanto a las opciones de respuesta, este instrumento utiliza la escala en formato de Likert: (1) rara vez o nunca es mi caso (2) pocas veces es mi caso (3) regularmente es mi caso (4) muchas veces es mi caso (5) muy frecuente o siempre es mi caso.

Calificación del inventario de dependencia emocional (IDE)

La interpretación es sencilla y práctica, y realiza a partir de una sumatoria de los diferentes ítems de acuerdo a cada dimensión. Para una mejor interpretación de las puntuaciones directas (PD) obtenidas en el total de la escala el IDE y en sus siete componentes, es conveniente transformar las PD en puntuaciones de valor universal, y para ello el IDE eligió la escala

percentilar. Las puntuaciones percentilares se distribuyen en una escala ordinal que va de 1 a 99, tienen un valor promedio en el percentil 50.

Para la interpretación general, este inventario cuenta con la siguiente escala:

CUADRO N° 5

Rango	Nivel de dependencia emocional
De 71 a 99 puntos	Alto
De 51 a 70 puntos	Moderado
De 31 a 50 puntos	Significativo
De 1 a 30 puntos	Bajo o normal

Validez. - Este instrumento presenta dos tipos de validez, la validez de contenido se realizó mediante el criterio de jueces donde el 100% de los jueces consideró que más del 90% de los reactivos eran apropiados para medir el constructo dependencia emocional. La validez factorial se la realizó en una muestra de 400 sujetos

Fiabilidad. - Para medir la consistencia interna del IDE por de la consistencia interna fue el método de la división por mitades, donde la mitad de la parte uno (53,82) es mayor a la segunda (49,79) y con desviaciones estándar similares (16,76 y 16,50). La correlación de ambas mitades es de 0, 846, por último, el coeficiente de correlación de Pearson, corregido mediante la fórmula Spearman- Brown, fue de 0,91 lo cual indica una elevada consistencia interna de la prueba.

4.3.3.4. Guía de entrevista

La guía de entrevista fue de elaboración propia, misma que contempla 10 preguntas sobre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional, las cuales orientaron la conversación

permitiendo que las opiniones emitidas por las diferentes mujeres aporten y complementen a la información obtenida por otros instrumentos.

Esta guía permitió un análisis más profundo y cualitativo tomando en cuenta la vivencia, ideas, opiniones y experiencias de las mujeres quienes componen la población de estudio.

4.4. Procedimiento

Para la realización del presente trabajo de investigación se ejecutaron distintas fases, las cuales se describen a continuación.

Etapa 1. Revisión bibliográfica

Esta fase consistió en la revisión, recopilación y actualización bibliográfica respecto a la temática, para fundamentar el tema de estudio y elaboración del marco teórico.

Etapa 2. Selección de los instrumentos

Se revisaron, analizaron y seleccionaron los diferentes instrumentos para la recolección de datos que permitan responder a los objetivos e hipótesis planteadas al inicio de la investigación.

Etapa 3. Selección de la población y la muestra

Posterior a la elección de los instrumentos se procedió a la selección de la población, constituida por 50 mujeres víctimas de violencia que acuden a la Secretaría de la Mujer y la Familia, específicamente al programa “Mujeres Autónomas e Emprendedoras”, tomando en cuenta los criterios de selección, que son los siguientes: haber sufrido violencia, haber denunciado los hechos de violencia, acudir al programa “Mujeres Autónomas e Emprendedoras” y que estén dispuestas a colaborar con la investigación.

Etapa 4. Contacto con la institución y acercamiento a la población.

Inicialmente se envió una carta de solicitud a la institución (Secretaría de la Mujer y Familia) para la realización del trabajo y acceso a la población.

Posteriormente se tuvo contacto con la directora de la unidad, quien realizó la derivación correspondiente con la licenciada a cargo del programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras”.

Se tuvo el contacto con las mujeres que asisten al programa en una actividad ya programada por la institución con la finalidad de realizar una presentación, explicarles el objetivo de la investigación y la aplicación de pruebas, y que los resultados serían entregados posteriormente.

Etapa 5. Aplicación de los instrumentos

Se aplicaron los diferentes instrumentos de acuerdo al orden establecido en los objetivos específicos a las 50 mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la secretaria de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado, de manera virtual a través de formularios Google y llamadas telefónicas con un cronograma previamente realizado.

Etapa 6. Procesamiento, análisis e interpretación de datos

Se realizó la corrección y el análisis de los instrumentos y su posterior tabulación, ordenamiento y sistematización de los datos; a través del uso de Excel.

Finalmente, se presentaron y describieron los resultados en una matriz de datos, tablas y gráficas correspondientes, realizando su posterior análisis cualitativo y cuantitativo basado en los objetivos de la investigación.

Etapa 7. Elaboración de conclusiones y recomendaciones

A través de los datos obtenidos de los instrumentos utilizados se hizo referencia a los objetivos y a las hipótesis planteadas inicialmente, mostrando la afirmación o el rechazo de las mismas.

Se elaboraron recomendaciones de acuerdo a los resultados sobre el problema que aqueja a las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa ya mencionado.

Etapa 8. Elaboración, redacción y presentación del informe final

En esta fase final de la investigación se elaboró el documento final y su informe respectivo presentando a las instancias correspondientes para su revisión, aprobación y posterior defensa oral.

CAPÍTULO V

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Concluida la aplicación de los instrumentos que permitieron recabar la información, se procedió a realizar el procesamiento de los datos mediante la realización de cuadros y gráficos que permiten el análisis e interpretación de resultados.

El análisis es el precedente para la interpretación; la interpretación se realizó en dos formas, la primera que es la interpretación estadística, dando lectura a los porcentajes más sobresalientes de cada cuadro, la segunda, proporciona un significado más amplio a la investigación, por lo tanto, esta fue sustentada por la bibliografía consultada.

Se procedió a organizar los cuadros y gráficos de acuerdo a los objetivos planteados para dar respuesta a éstos y para comprobar la hipótesis planteada al inicio de la investigación.

A continuación, se presentan todos los resultados obtenidos a lo largo del proceso investigativo.

5.1. Primer objetivo específico

Determinar los principales pensamientos automáticos en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la secretaria de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado.

CUADRO N° 6

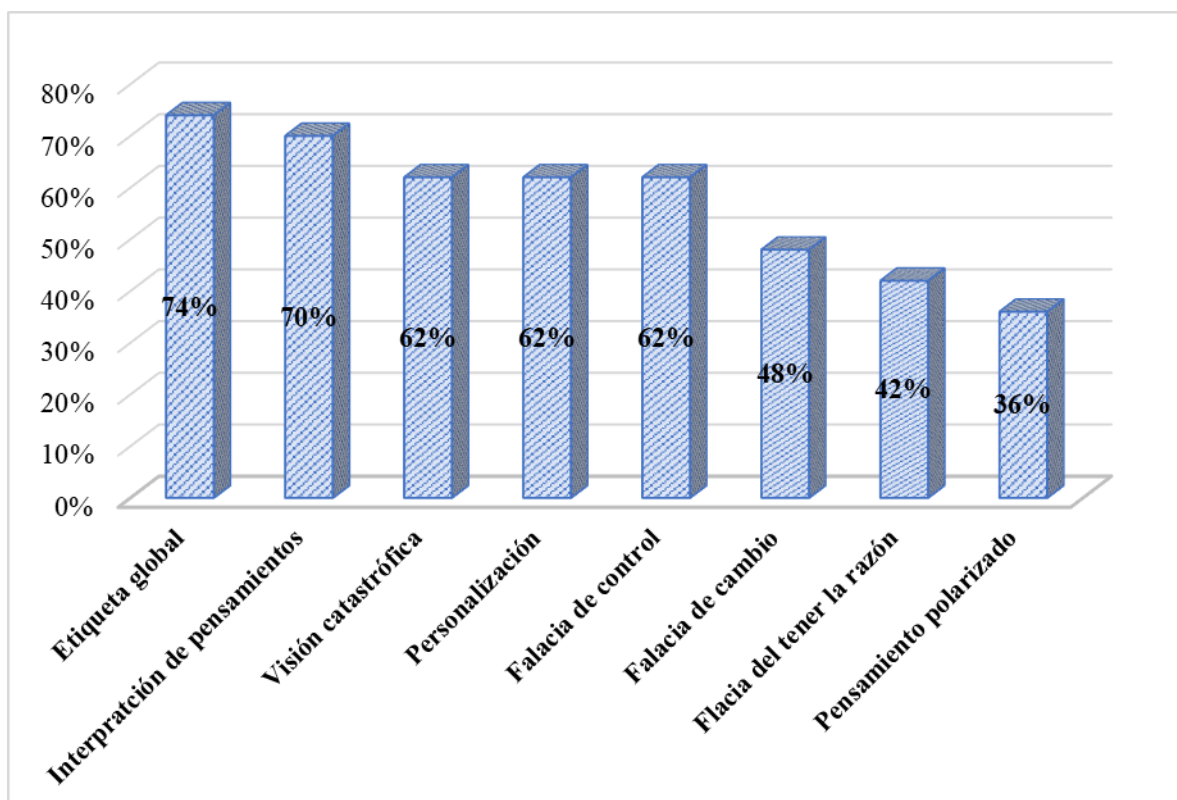
PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS

DISTORSIONES COGNITIVAS	Libre de DC		Presencia leve de DC	Presencia significativa de DC	Total
	F				
Filtraje o abstracción selectiva	F	18	15%	17	50
	%	36%	30%	34%	100%
Pensamiento polarizado	F	22	10	18	50
	%	44%	20%	36%	100%
Sobregeneralización	F	24	9	17	50
	%	48%	18%	34%	100%
Interpretación de pensamientos	F	35	7	8	50
	%	70%	14%	16%	100%
Visión catastrófica	F	31	13	6	50
	%	62%	26%	12%	100%
Personalización	F	31	6	13	50
	%	62%	12%	26%	100%
Falacia de control	F	31	5	14	50
	%	62%	10%	28%	100%
Falacia de justicia	F	29	18	3	50
	%	58%	36%	6%	100%
Razonamiento emocional	F	28	12	10	50
	%	56%	24%	20%	100%
Falacia de cambio	F	16	10	24	50
	%	32%	20%	48%	100%
Etiqueta global	F	37	6	7	50
	%	74%	12%	14%	100%
Culpabilidad	F	24	9	17	50
	%	48%	18%	34%	100%
Falacia del deber ser	F	14	20	16	50
	%	28%	40%	32%	100%
Falacia del tener la razón	F	18	11	21	50
	%	36%	22%	42%	100%
Falacia de recompensa	F	23	17	10	50
	%	46%	34%	20%	100%

Fuente: Elaboración propia- 2020

GRÁFICO N°6

PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS



“Los pensamientos automáticos son consecuencia directa de nuestros esquemas, pueden manifestarse de manera verbal o también imaginaria, estos pensamientos son conclusiones, juicios e interpretaciones automáticos, como un pensamiento sin razonamiento previo. Estos pensamientos se caracterizan en que las personas van a creerlos por completo y sin ninguna duda”. (Beck, 1976: 84). Por lo tanto, son pensamientos que parecen disfuncionales, repetitivos, idiosincráticos y que reflejan la valoración no objetiva que hace el sujeto de la situación actual.

De acuerdo a los resultados obtenidos, el 74% de la población de mujeres se encuentra libre de pensamientos automáticos referente al indicador “etiqueta global”, lo que significa que estas mujeres no presentan este pensamiento automático, el cual es un resultado positivo ya que muestra que estas mujeres no etiquetan o globalizan de manera general ni a personas o

acontecimientos, tampoco la visión del mundo y personas es estereotipada e inflexible, es decir, la valoración que ellas realizan de sí mismas, de otras personas y de eventos externos no es distorsionada, más al contrario esta es objetiva y particular. Este resultado indica que esta forma de pensar no afecta ni altera la vida ni el desenvolvimiento de estas mujeres ya que la apreciación que ellas realizan de sí mismas u otras personas es razonable y objetiva.

En consecuencia, los resultados de la entrevista presentan algunos datos vertidos por las mujeres que participaron de este proceso investigativo, que permiten corroborar estos resultados. *“Algunas veces sí. Pero de manera general no me siento peor que nadie ni más que nadie, o sea no me gusta juzgar ni juzgarme solo por algo”*. *“No, mmm intento rescatar lo positivo más allá de los problemas y de las personas, no soy mucho de quedarme con algo y generalizarlo a todo”*.

Posteriormente, un 70% de la población de mujeres se encuentra libre de pensamientos automáticos referente al indicador “interpretación de pensamientos”. Este resultado indica que este sector de la población no realiza juicios repentinos sobre los demás, tampoco hacen suposiciones sobre cómo sienten los otros y lo que les motiva a ello. Es decir, estas mujeres no suelen realizar interpretaciones basadas en la intuición, en sospechas, dudas vagas, o en base a una o dos experiencias pasadas. En función de lo planteado; estas mujeres no presentan una tendencia a interpretar sin base alguna los sentimientos e intenciones de los demás, por consiguiente, están libres de toda distorsión o subjetividad al momento de interpretar algún evento.

Por otra parte, un 62% de la población de mujeres que participaron en esta investigación están libres de pensamientos automáticos referente al indicador “visión catastrófica”, el cual refiere que esta parte de la población no se adelantan a los acontecimientos de modo catastrofista para los intereses personales, tampoco van a ponerse sin prueba alguna en lo peor para la persona misma. Estas mujeres no presentan una visión pesimista o distorsionada sobre algún hecho externo o sobre ellas mismas, es decir, estas personas no se adelantan a valorar cualquier acontecimiento de manera trágica, poniéndose en el supuesto de que siempre va a ocurrir cosas desagradables.

Paralelamente, un 62% de la población de mujeres está libre de distorsiones cognitivas referente al pensamiento automático “personalización”. Este resultado muestra que estas mujeres no tienen la tendencia a relacionar algo del ambiente consigo mismas, lo que sucede alrededor no lo relacionan con ellas mismas. Un aspecto importante es que este sector de la población no presenta el hábito de compararse continuamente con los demás. En función a ello, este resultado indica que están libres de este pensamiento automático, es decir, no creen que los demás tienen una actitud negativa dirigida hacia ellas, sin tener en cuenta otras posibilidades o explicaciones de los comportamientos. Estas mujeres no presentan la tendencia a auto atribuirse hechos y fenómenos externos que no tienen que ver con ellas y sin evidencia que establezca dicha relación. Por consiguiente, se presentan un testimonio a raíz de la entrevista realizada que permite corroborar los datos expuestos. *“No, viví momentos malos, pero no creo eso. Digamos no creo que por los problemas de afuera o que fueron por causa de otras personas eso sea la culpa de todo, o que yo me atribuya cosas que no mmm, corresponden”*.

Finalmente, un 62% de la población de mujeres se encuentra libre de distorsiones cognitivas referente al pensamiento automático “falacia de control”. Este resultado significa que estas mujeres no se ven a sí mismas impotentes y controladas, y tampoco se sienten omnipotentes y responsables de todo lo que ocurre alrededor. En función a ello, este sector de la población al no presentar esta distorsión cognitiva no suele responsabilizarse de todo lo que ocurre a su alrededor o bien en el otro extremo no se ven impotentes y sin control alguno sobre los acontecimientos de su vida. Al estar libres del pensamiento falacia de control, estas mujeres no se creen responsables de todo y de todos, tampoco llevan el mundo sobre sus hombros.

En consecuencia, los resultados obtenidos en la parte superior son cotejados por los siguientes autores. Ruiz Lujan (1991: 68) señala que, “la escala libre de pensamientos automáticos señala que, una puntuación menor a 2 indica ausencia y por lo tanto esto no afecta la vida de los sujetos, ya que sus apreciaciones son objetivas y razonables”.

Sin embargo, es preciso hacer notar que, en un 48% de la población de mujeres existe una presencia significativa referente al pensamiento automático “falacia de cambio”. Este

resultado señala que, la atención y energía de estas mujeres se dirige hacia los demás, porque la esperanza de felicidad se encuentra en conseguir que los otros satisfagan sus necesidades. Este sector de la población realmente padece por suponer que una persona cambiará para adaptarse a ellas si se las presiona lo suficiente, en este pensamiento distorsionado la persona sufre por esperar ser feliz mientras los otros satisfagan sus necesidades. Este es un indicador negativo ya que quien lo padece deposita la esperanza de felicidad en los otros, ocasionando que esta persona responsabilice a los demás de su propia felicidad y bienestar, ya que la única persona a la que cada una puede controlar es a sí misma. Finalmente, las estrategias que suelen utilizarse para cambiar a los otros incluyen echarles la culpa, exigirles, ocultarles cosas y negociar.

Por otra parte, un 42% de la población de mujeres presentan una presencia significativa de distorsiones cognitivas sobre el pensamiento automático “falacia del tener la razón”. Esta distorsión refiere que, estas mujeres normalmente están a la defensiva; tienen que probar continuamente que su punto de vista es el correcto, que sus apreciaciones del mundo son justas, y todas sus acciones adecuadas. De igual manera, este resultado señala que, esta parte de la población padece y sufre porque son incapaces de recibir alguna información que no la consideran digna para ellas, ya que continuamente están buscando que sus argumentos o acciones sean los correctos y son inflexibles al aceptar la opinión de los demás; no están interesadas en la posible veracidad de una opinión diferente a la suya, sino solo de defenderla, lo cual ocasiona una visión distorsionada y rígida.

Por último, un 36% de la población de mujeres manifiesta la existencia de una presencia significativa de distorsiones cognitivas referente al “pensamiento polarizado”. Este resultado señala que estas mujeres constantemente van a insistir en la elección dicotómica, es decir, tienden a percibir cualquier cosa de forma extremista, sin términos medios. Esto refleja que estas personas reiteradamente van a valorar de manera extrema ciertos acontecimientos tanto externos como internos, lo cual lleva a que la apreciación sea distorsionada y no objetiva; esta percepción tan polarizada da lugar a que la persona sea en ocasiones muy dura consigo misma o lo contrario, muy tolerante respecto a sus valoraciones. Estos pensamientos radican en que este sector de la población considere a los pensamientos como buenos o malos, maravillosos u

horribles; esto crea un mundo en blanco y negro, y como las personas que padecen este tipo de distorsiones fracasan en todos los matices del gris, sus reacciones a los eventos oscilan de un extremo emocional a otro.

Estos resultados pueden ser cotejados con la información obtenida a través de la guía de entrevista, a continuación, se transcribe de manera textual las manifestaciones vertidas por las mujeres. *“Si, muchas veces pensé que me fue mal en todo por algunas experiencias que tuve. Uno ya cree que no va a poder hacer nada, que no puede.”, Si, creo que si me fue mal en todo cuando hago algo con ganas y me acuerdo que él me decía, el papá de mi hijo me decía que estaba loca y que no servía para nada.”*, con estas apreciaciones se puede observar que estas personas no sólo generalizan su experiencia, sino que la valoración de ésta es totalmente negativa ya que no rescata ningún argumento o momento positivo de la misma, y también se puede observar como estos elementos están reforzados por los mensajes de los otros, en este caso de la propia pareja.

En consecuencia, los resultados presentados en la parte superior son cotejados por los siguientes autores. Ruiz y Luján (1991: 68), “la escala de presencia significativa de distorsiones cognitivas señala que, una puntuación de 6 o más en total de cada distorsión puede ser indicativa de cierta tendencia a una afectación mayor por determinada forma de interpretar los hechos de su vida, es decir existe una tendencia a padecer por esta distorsión”.

A partir del análisis e interpretación de los resultados se llega a la presente conclusión, las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres autónomas y emprendedoras” de la Secretaria de la Mujer y Familia del municipio de Cercado se encuentran libres de distorsiones cognitivas referente a los pensamientos automáticos, tales como etiqueta global, interpretación de pensamientos, visión catastrófica, personalización y falacia de control, los cuales son un resultado alentador ya que indica que la mayor parte de la población se encuentra libre de estas distorsiones cognitivas; cabe mencionar que ello significa una ausencia de las mismas.

5.3. Segundo objetivo específico

Describir los pensamientos distorsionados que presentan las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la secretaria de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado.

CUADRO N° 7

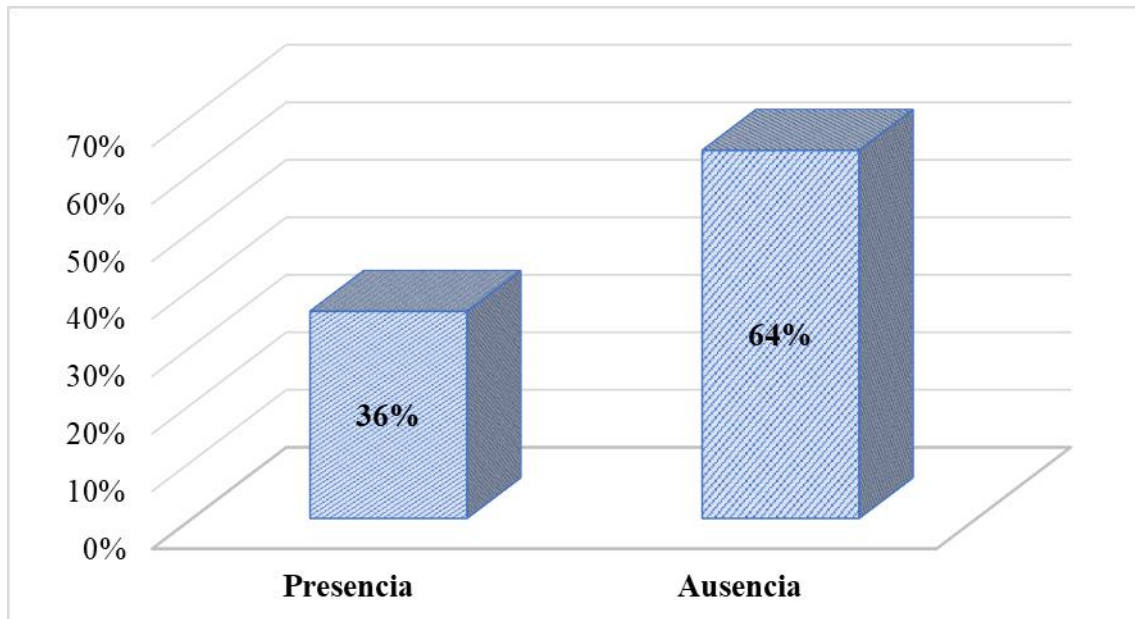
PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Presencia	18	36%
Ausencia	32	64%
Total	50%	100%

Fuente: Elaboración propia- 2020

GRÁFICO N°7

PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS



“Los pensamientos distorsionados son errores del pensamiento que se dan de manera sistemática en las personas, estas sostienen sus conexiones aún contando con evidencia en contra. Así mismo, son distorsiones de la realidad que se efectúan de manera sistémica y que tiene como secuela una distorsión hacia nosotros mismos”. (Beck, 1963: 325).

“Las distorsiones cognitivas derivan a su vez de creencias personales o significados subjetivos a menudo aprendidos en la etapa infantil del desarrollo, que por lo general actúan a nivel "inconsciente" sin que la persona se percate de su papel”. (Ruiz e Imbernon, 1996: 11).

De acuerdo a los resultados obtenidos, un 64% de la población de mujeres presenta “ausencia” de pensamientos distorsionados. Este resultado indica que la mayor parte de la población no presenta pensamientos distorsionados referente al rol de género e inferioridad de la mujer y sobre la legitimación de la violencia como un medio para resolver conflictos. Este es un indicador positivo ya que las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres autónomas y emprendedoras” consideran que hombres y mujeres son iguales en derechos y oportunidades, también piensan que no existen actividades exclusivas y propias para la mujer, sino que las actividades del hogar y el cuidado de los hijos(as) son responsabilidades de ambos. De igual manera, este sector de la población no acepta la violencia como un medio para solucionar problemas o conflictos, es decir, ellas no justifican el ejercicio de la violencia como una forma no solo para resolver algo, sino que tampoco aceptan que sea un método de enseñanza o crianza. Esto revela que ellas tampoco van a ejercer violencia contra sus hijos(as) en caso de tenerlos. En consecuencia, Las Segovias, (2006, S/P), refiere que, “La equidad de género permite brindar a las mujeres y a los hombres las **mismas oportunidades, condiciones, y formas de trato**, sin dejar a un lado las particularidades de cada uno(a) de ellos (as) que permitan y garanticen el acceso a los derechos que tienen como ciudadanos(as)”.

Estos resultados son cotejados por las respuestas vertidas de algunas participantes a través de la entrevista; las cuales se transcriben de manera textual a continuación. “*Si, pero si se vive con violencia lo mejor es separarse porque si no se llega al maltrato con los hijos y el feminicidio*”. “*No, la verdad tengo una opinión de equidad de género, ambos hay que*

apoyarse mutuamente. Yo antes hacía todo y me dejaba sola casi no compartíamos”. “No, no creo eso ya que la labor es compartida”.

Por último, un 36% de la población de mujeres sí presenta pensamientos distorsionados referente a los roles de género e inferioridad de la mujer y sobre la legitimación de la violencia como un medio para resolver conflictos. Este resultado muestra que esta parte de la población cree que existen diferencias de roles de género, los cuales dejan a la mujer en un rol más pasivo y subordinado. Estas mujeres consideran que existen actividades propias y exclusivas de la mujer como, cocinar, lavar, limpiar el hogar y el cuidado de los hijos(as) solo por mencionar algunos. Así también, estas mujeres que participaron de este trabajo de investigación aceptan y creen que se puede utilizar la violencia como un método o medio para resolver alguna situación conflictiva. Este resultado señala que estas personas van a tolerar y justificar que su pareja u otra persona ejerza violencia sobre ellas, de igual manera ellas mismas pueden llegar a recurrir a esta para resolver un problema o enseñar algo. A continuación, se puede apreciar algunas experiencias de las participantes: *“sí, hay cosas propias de la mujer, algunas cosas tienen que hacer ella porque siempre fue así. Como cocinar, lavar y arreglar la casa mmm, eso”. “Si, mmm... las tareas del hogar, cocinar, limpiar y atender a los hijos”. “Si. Todos los quehaceres de la casa”. “La verdad ambos deberían hacer las cosas, pero yo siempre las hice porque sentía que era mi obligación”.*

Estas experiencias corroboran la existencia de pensamientos distorsionados específicamente sobre los roles de género. En consecuencia, Ferrer et al., (2006: 837) refiere que, “estos pensamientos distorsionados radican en diferentes elementos, en la creencia en la inferioridad de la mujer respecto al hombre, culpabilización de las mujeres víctimas de maltrato, aceptación de la violencia como forma válida para la solución de problemas; y minimización de la violencia contra las mujeres como problema y desculpabilización del maltratador”.

Posterior al análisis e interpretación de los resultados se concluye que, la mayor parte de la población de mujeres objeto de estudio no presenta pensamientos distorsionados referentes al rol de género e inferioridad de la mujer y sobre la legitimación de la violencia como un medio para resolver conflictos, lo cual revela que su apreciación y valoración acerca de estos factores

es ecuánime y razonable. Estas mujeres reconocen la equidad e igualdad de género entre hombres y mujeres, así también no aceptan a la violencia como una forma para resolver conflictos.

CUADRO N° 8

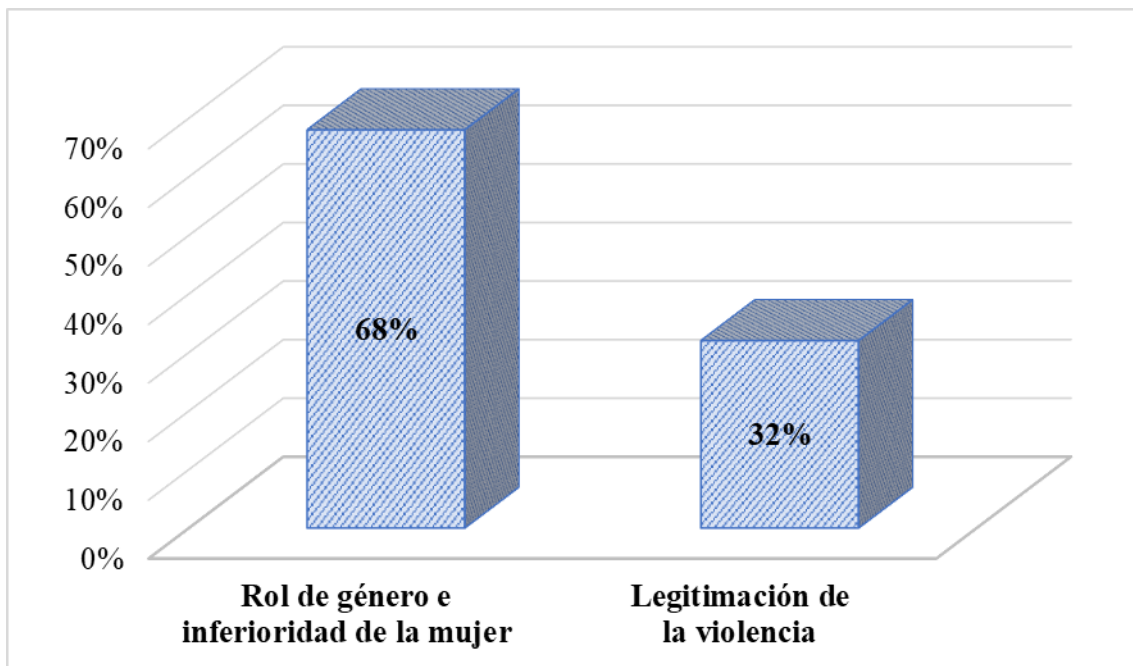
DIMENSIONES DE PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS

Dimensiones	PRESENCIA	
	Frecuencia	Porcentaje
Rol de género e inferioridad de la mujer	34	68%
Legitimación de la violencia	16	32%
Total	50	100%

Fuente: Elaboración propia- 2020

GRÁFICO N° 8

DIMENSIONES DE PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS



Antes de iniciar con la correspondiente interpretación de los resultados es necesario definir ambas dimensiones que abarcan los pensamientos distorsionados. Por un lado, **el rol de género e inferioridad de la mujer** refiere que, “A través del rol de género, se prescribe cómo debe comportarse un hombre y una mujer en la sociedad, en la familia, con respecto a su propio sexo, al sexo contrario, ante los hijos, incluidas determinadas particularidades psicológicas atribuidas y aceptadas, así como los límites en cuanto al modo de desarrollar, comprender y ejercer la sexualidad. En este sentido históricamente la mujer ha tendido un rol más pasivo y subordinando, dejándola en desventaja en muchos aspectos. Estos valores hacia lo masculino y hacia lo femenino se transmiten generacionalmente a través de las diversas influencias comunicativas existentes en la sociedad”. (Fernández, 2000: 2).

Por otro, **la legitimación de la violencia como un medio para resolver conflictos**, es entendida como, “un comportamiento social que puede ser apropiado bajo ciertas circunstancias. Siguiendo esta teoría, la violencia entre parejas se concibe como un reflejo de una cultura más amplia de violencia social, es decir, la violencia entre parejas forma parte de un patrón de violencia general que se produce y legitima en la sociedad. Por lo tanto, esta teoría postula que la violencia conyugal ocurrirá con más frecuencia en sociedades violentas que en sociedades pacíficas, pues la misma aceptación de la violencia en general como forma de resolver conflictos legitima el uso de la violencia entre parejas”. (Levinson, 1989:47).

De acuerdo a los resultados obtenidos, se puede observar que en un 68% de la población de mujeres existe mayor presencia de pensamientos distorsionados en la dimensión “rol de género e inferioridad de la mujer”. Es decir, este sector de la población considera que existen roles específicos y propios de la mujer respecto a las actividades del hogar, la limpieza, la cocina e incluso el cuidado de los hijos, así también, piensan que en ciertos aspectos ellas son inferiores a sus parejas por el mero hecho de ser mujeres, consideran que estas pueden hacer las cosas de mejor manera, tener más oportunidades y tomar mejores decisiones. Por consiguiente, Facio, (2016: 11) señala que, “Estas características, funciones o roles se asignan diferenciadamente a hombres y mujeres, y han sido jerarquizadas históricamente, siendo

consideradas socialmente de mayor valor las asignadas a lo masculino y de menor valor las correspondientes a lo femenino. Es un sistema que justifica la dominación sobre la base de una supuesta inferioridad biológica de las mujeres, tiene su origen histórico en la familia, cuya jefatura ejerce el padre, y se proyecta a todo el orden social, incluyendo las instituciones políticas y la sociedad civil, las cuales refuerzan esta concepción”. Por su parte los resultados de la entrevista reflejan que, *“si, mmm atender a los hijos, ordenar la casa, atender al marido, eso”*. *“Si, lo normal. Todo hace la mujer casi, las cosas de la casa, limpieza”*. *“No exclusivamente, los hombres igual pueden hacerlas, pero las mujeres somos más cuidadosas, atentas y a veces los hombres se rehúsan a hacer porque no saben. “Hace vos, eres mujer, vos sabes”, así nos dicen”*.

Por último, en un 32% de la población de mujeres existe menor presencia de pensamientos distorsionados en la dimensión “legitimación de la violencia”, como una forma aceptable para resolver conflictos. Este resultado indica que las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres autónomas y emprendedoras” consideran que es aceptable ser violento cuando se pretende resolver algo, este dato permite señalar que al presentar esta creencia distorsionada se puede llegar a justificar las agresiones tanto de la pareja como de otras personas, pero también se puede llegar a ejercer violencia. Este es un resultado significativo ya que mantener estas creencias sobre la legitimación de la violencia puede influir de manera importante en la situación de violencia que atraviesa la relación ya que, deja a la víctima en desventaja y en una situación de mayor vulnerabilidad. La presencia de estos pensamientos distorsionados da lugar a la culpabilización de actos violentos en este caso de la pareja, porque cree que es la forma de resolver algún desacuerdo o problema. También, cabe mencionar que la tolerancia y la minimización de la violencia están fundamentadas en un sistema cultural, y todos estos factores dependen de las experiencias que en este caso la mujer haya tenido a lo largo de su vida, va a depender de la forma de crianza, socialización, educación y exposición a ciertos eventos. De esta manera, Donoso, Rubio y Vilá, (2018: 89) describe que, “en el sistema patriarcal, la violencia está legitimada y se utiliza para mantener la desigualdad estructural, algo que se fundamenta en el sexismo. En consecuencia, las creencias distorsionadas en su conjunto dificultan la comprensión de esta forma de violencia y aumentan su tolerancia”.

Para cotejar la información expuesta a continuación, se presentan algunas respuestas otorgadas como resultado de la entrevista a las mujeres que participaron de esta investigación. *“Si, yo pensaba eso, y eso te impide en ese momento poder decidir.... Yo paraba piensa y piensa. Y creía que era mejor vivir con violencia separarme, pensaba que era más o menos normal”. “No, a veces es mejor vivir separada que vivir con problemas con la pareja. Así no se puede vivir, además uno puede llegar a aceptar y a vivir con violencia por no tomar la decisión de separarse”. “Alguna vez lo pensé, pero ahora sé que debo pensar en mí y no aceptar a vivir con violencia de cualquier forma”.*

Finalmente, a raíz del correspondiente análisis e interpretación de resultados se concluye que, en las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras”, existe mayor presencia de pensamientos distorsionados en la dimensión “rol de género e inferioridad de la mujer”, lo cual indica la diferencia exclusiva que hacen estas sobre los roles entre hombres y mujeres y la posición de subordinación tomada por las mismas.

5.4. Tercer objetivo específico

Diagnosticar el nivel de dependencia emocional de acuerdo a sus dimensiones: miedo a la ruptura, miedo e intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja, necesidad de acceso a la pareja, deseos de exclusividad, subordinación y sumisión, y deseos de control y dominio, en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado.

CUADRO N°9

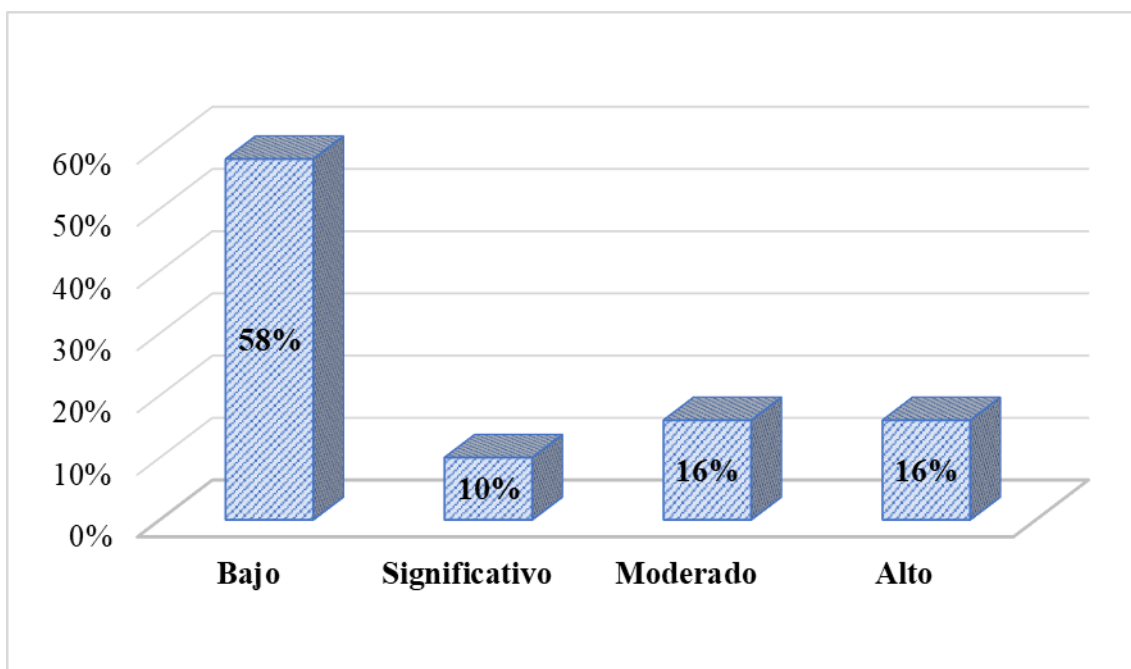
NIVEL DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

NIVEL	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	29	58%
Significativo	5	10%
Moderado	8	16%
Alto	8	16%
Total	50	100%

Fuente: Elaboración propia- 2020

GRÁFICO N° 9

NIVEL DE DEPENDENCIA EMOCIONAL



“La dependencia emocional reemplaza la dependencia económica o social, muy frecuente en relaciones en el pasado y que hacían perder la libertad individual. Según el autor la dependencia emocional que es una dependencia afectiva hace que la persona invierta mucha energía psicológica para mantener su relación a toda costa a pesar de encontrarse bajo la sumisión y sometimiento, por el temor extremo que experimenta al imaginar perder a su pareja, llegando a perder su identidad y libertad”. (Villegas, 2005: 29).

Según los resultados obtenidos, un 58% de la población de estudio presenta un nivel de dependencia emocional bajo. Este resultado indica que la mayor parte de la población de mujeres cuenta con aspectos positivos que van a permitir crear o mantener una relación de manera sana y equilibrada, donde se destaca la independencia y la simetría en la misma, sin embargo, es importante tener en cuenta que este nivel de dependencia puede subir de nivel en el transcurso de la relación y el tiempo. Estos resultados pueden ser corroborados con las respuestas vertidas de las mujeres participantes de este proceso investigativo. “*No, yo siempre*

pensaba que me iba a ir mejor sin él, que no iba a andar sufriendo”. “No, sin mi esposo puedo seguir adelante, ya lo hice una vez y lo podría volver a hacer, creo que si te tratan mal no hay porque seguir en la relación”. “No, todo debe ser compartido, se debe dar y recibir no dar más para que la otra persona esté mejor”. En relación a esto, Mendoza (2016) refiere que, “cuando los niveles de dependencia emocional son bajos, en este punto la dependencia se verá como un factor para hacer crecer la relación, asimismo se destaca la individualidad, teniendo así un nivel positivo de autonomía emocional y afectiva. La sobreprotección y la vigilancia son aceptadas con un mínimo de conciencia de lo perjudicial que podría llegar a hacer subir el tipo de nivel de dependencia”

Por otra parte, un 16% de las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” presentan un nivel de dependencia moderado. Este tipo de dependencia es un indicador de que este sector de la población tiene la tendencia a controlar las actividades de sus parejas porque no se sienten una prioridad para la misma, que las lleva a estar constantemente preocupadas o angustiadas por la incertidumbre que le genera no saber qué hace o con quien está la pareja, únicamente por meros pensamientos erróneos. Es posible que este tipo de pensamientos y conductas, puedan generar agresiones psicológicas más acentuadas que dañen la integridad de la pareja y repercuta negativamente en la relación. Al respecto Castelló (2005, S/P) señala que, “las personas con este nivel de dependencia moderado hacia su pareja presentan constante preocupación y emociones desagradables frente a la idea de que su pareja pueda terminarla relación, ante lo cual tiende a realizar conductas a controlar el comportamiento social de su pareja lo que puede traducirse al final como intentos de buscar exclusividad en la relación y ser el centro de atención y bienestar de su pareja (fastidio porque su pareja se divierta en las reuniones). El temor e intolerancia a la soledad puede explicar este tipo de conducta y los pensamientos posesivos presentes”

Paralelamente, un 16% de la población presenta un nivel de dependencia emocional alto. Este nivel de dependencia indica que, estas mujeres presentan elementos negativos que no van a permitir mantener una relación sana y equitativa ya que, la necesidad afectiva es tan intensa que va a dar lugar a conductas de sumisión y subordinación por quien lo padece, accediendo a las exigencias de la pareja y tolerando incluso conductas violentas con la finalidad de que la

relación no se rompa. Además, la falta de cariño, va a preocupar en demasía a la mujer que presenta una dependencia emocional alta, va a ocasionarle sentimientos negativos y dolorosos al no sentirse correspondida, pero a la vez tampoco querrá que la relación termine, no imagina la vida sin su pareja. Respecto a ello a continuación, se transcriben textualmente algunas de las respuestas de las participantes con la finalidad de reforzar este análisis e interpretación, *“Si, me aferre mucho a él, me aterraba la idea de estar sola y sentía un vacío muy grande”*. *“No quería separarme, aguantaba todo, me retaba de todo y no podía ni dormir. Fue difícil pensar que podía vivir sin él”*. De acuerdo a esto Aiquipa, (2015: 34) refiere que, “Las personas que presentan un nivel de dependencia muy superior son personas que presentan una necesidad afectiva extrema hacia su pareja; es así que tiende a adoptar conductas de sumisión y subordinación accediendo a todas las exigencias de su pareja, idealizándolo y sobreestimando sus características, atribuyéndose la responsabilidad de esa actitud indiferente, ante lo cual, opta por callar y no molestarlo. Se preocupa en exceso por su falta de cariño y teme que, de seguir así, termine con ella. Prioriza a su pareja sobre sus otros intereses y familiares y/o amistades, reduciendo su círculo social, con la única finalidad de complacer a su pareja y evitar que se moleste”

Por último, un 10% de la población objeto de estudio presenta un nivel de dependencia emocional significativo. Este resultado indica que estas mujeres van a tender a relacionarse de manera inestable y enferma. Este tipo de dependencia emocional provoca la idealización de la pareja, donde la misma se vuelve el centro de atención, volcándose así hacia la pareja toda la atención y energía; estas relaciones nunca van a ser igualitarias ni equitativas, y la mujer en este caso asume un rol subordinado. El nivel de dependencia emocional significativo puede ocasionar que las mujeres víctimas de violencia no puedan percatarse o reaccionar ante hechos violentos o que denigren tanto su integridad física como psicológica por el apego excesivo hacia la pareja; este resultado muestra porque, personas víctimas de violencia manifiestan seguir enamoradas de sus parejas por graves que sean los malos tratos, vejaciones y desprecios que hayan recibido de parte de la misma. Por consiguiente, se transcriben textualmente algunas de respuestas de las participantes resultado de la entrevista realizada. *“Si, pensaba que me iba a ir peor porque tenía problemas familiares y yo creía que él me cuidaba y prefería aguantar que me golpee a volver con mi familia; (silencio) también a quedarme sola*

sin el apoyo de nadie. Yo lo quería". Al respecto Castelló, (2005: S.P.) menciona que, "Las personas con nivel de dependencia emocional significativo son muy susceptibles de establecer relaciones de pareja enfermizas y gravemente desequilibradas, asumiendo en ellas un rol subordinado. Estas personas asimismo consideran a sus parejas como el centro de sus existencias, la idealizan y serían capaces de hacer cualquier cosa para no romper la relación".

Finalmente, después del análisis e interpretación de los resultados se llega a la presente conclusión respecto al nivel de dependencia emocional que presentan estas mujeres. La mayor parte de la población de mujeres víctimas de violencia que asisten al programa "Mujeres Autónomas y Emprendedoras", presentan un nivel de dependencia emocional bajo, este es un resultado que indica que estas personas van a sostener relaciones sanas y equilibradas.

CUADRO N° 10

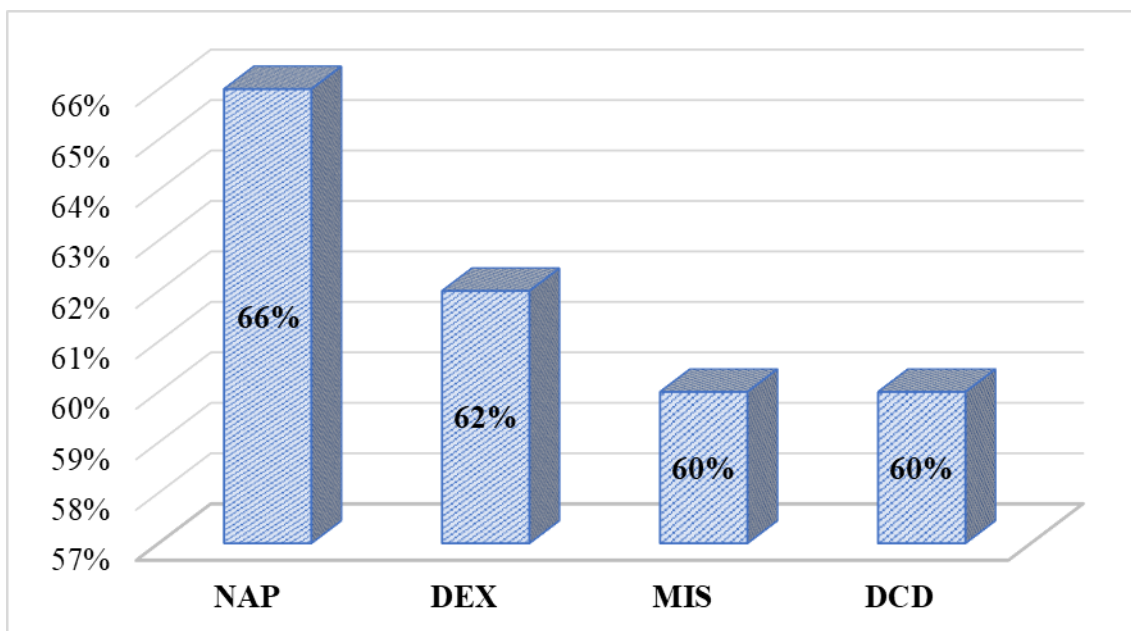
PREDOMINO DE DIMENSIONES DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

DIMENSIONES	BAJO		SIGNIFICATIVO		MODERADO		ALTO		TOTAL
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Miedo a la ruptura	22	44%	10	20%	6	12%	12	24%	100%
Miedo e intolerancia a la soledad	30	60%	4	8%	5	10%	11	22%	100%
Prioridad de la pareja	27	54%	5	10%	6	12%	12	24%	100%
Necesidad de acceso a la pareja	33	66%	4	8%	5	10%	8	16%	100%
Deseos de exclusividad	31	62%	6	12%	4	8%	9	18%	100%
Subordinación y sumisión	22	44%	11	22%	4	8%	13	26%	100%
Deseos de control y dominio	30	60%	3	6%	10	20%	7	14%	100%

Fuente: Elaboración propia- 2020

GRÁFICO N° 10

PREDOMINIO DE DIMENSIONES DE DEPENDENCIA EMOCIONAL



NAP= Necesidad de acceso a la pareja MIS= Miedo e intolerancia a la soledad

DEX= Deseos de exclusividad DCD= Deseos de control y dominio

De acuerdo a los resultados obtenidos, las dimensiones de mayor predominio dentro de la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado son las siguientes:

Se aprecia que, existe mayor predominio en la dimensión “Necesidad de acceso a la pareja” ya que un 66% de la población se ubica en esta dimensión. Pero, cabe mencionar que este indicador se encuentra en un nivel bajo de dependencia emocional, el cual hace referencia a que este sector de la población no presenta deseos de tener cerca a la pareja en todo momento y tampoco todos sus pensamientos giran en torno a ello. Al respecto, Aiquipa (2015: 31) refiere que, “Esta dimensión comprende el deseo de tener presente a la pareja en todo momento, ya sea físicamente o mediante pensamientos en torno a lo que hace, siente o piensa”.

Por otra parte, en un 62% de la población de mujeres existe mayor predominio en la dimensión “Deseos de exclusividad”. Esta dimensión se encuentra en un nivel bajo de dependencia emocional, resultado que muestra que estas mujeres poseen cierta independencia en cuanto a sus actividades, es decir, no se enfocan por completo en la pareja descuidando otras tareas tanto a nivel personal como social; aislándose del entorno para estar exclusivamente con la pareja. En consecuencia, Aiquipa (2015: 31) señala que, “Es la tendencia a enfocarse en la pareja y a aislarse de manera paulatina del entorno. Esto se acompaña de deseos de reciprocidad de esta conducta por parte de la pareja”.

Seguidamente, existe mayor predominio en la dimensión “Miedo e intolerancia a la soledad”, ya que un 60% de la población de mujeres se ubica en la misma. Este resultado también se encuentra en un nivel bajo de dependencia emocional; un resultado alentador ya que señala que estas mujeres no van a tolerar conductas denigrantes y violentas o realizar cualquier acción solo con la finalidad de que la relación no termine, porque no presentan un miedo irrefutable a la soledad y tampoco esta se les vuelve un estado insostenible. Este sector de la población no presenta una necesidad constante de mantener o establecer rápidamente una nueva relación. De acuerdo a esto Aiquipa (2015: 31), define como “los sentimientos desagradables que experimenta el sujeto con dependencia emocional cuando no está la pareja, ya sea porque se distanció de manera momentánea o porque la relación terminó. Incluye la tendencia de un individuo a adoptar cualquier tipo de conducta para mantenerse ocupado todo el tiempo posible y no encontrarse consigo mismo, como intentos desesperados por retomar la relación, o buscar otra pareja lo más pronto posible”.

Finalmente, existe mayor predominio en la dimensión “Deseos de control y dominio” con un 60% de la población en un nivel bajo de dependencia emocional. Estos resultados muestran que esta parte de la población de mujeres no pretenden controlar la relación de pareja con acciones de ningún tipo, ya que no buscan la permanencia de la misma en caso de que esta no sea sostenible por el grado de independencia que tienen estas mujeres. En función a ello Aiquipa, (2015: 31) refiere que, “es la búsqueda activa de atención y afecto para captar el control de la relación de pareja, a fin de asegurar su permanencia y, por lo tanto, experimentar bienestar”.

En consecuencia, es importante mencionar que “Cuando los niveles de dependencia emocional son bajos, en este punto la dependencia se verá como un factor para hacer crecer la relación, asimismo se destaca la individualidad, teniendo así un nivel positivo de autonomía emocional y afectiva. La sobreprotección y la vigilancia son aceptadas con un mínimo de conciencia de lo perjudicial que podría llegar hacer subir el tipo de nivel de dependencia”. (Mendoza, 2016, S/P).

Posterior al análisis e interpretación de resultados de las diferentes dimensiones que engloba la dependencia emocional, se concluye que, las dimensiones que más predominan en la población de mujeres son: Necesidad de acceso a la pareja, miedo e intolerancia a la soledad, deseos de exclusividad y deseos de control y dominio, pero estas se encuentran en un nivel bajo de dependencia emocional.

5.5. Cuarto objetivo específico

Establecer el predominio de distorsiones cognitivas y el nivel de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia según el rango etario de 21 a 39 años y de 40 a 61 años de edad que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado.

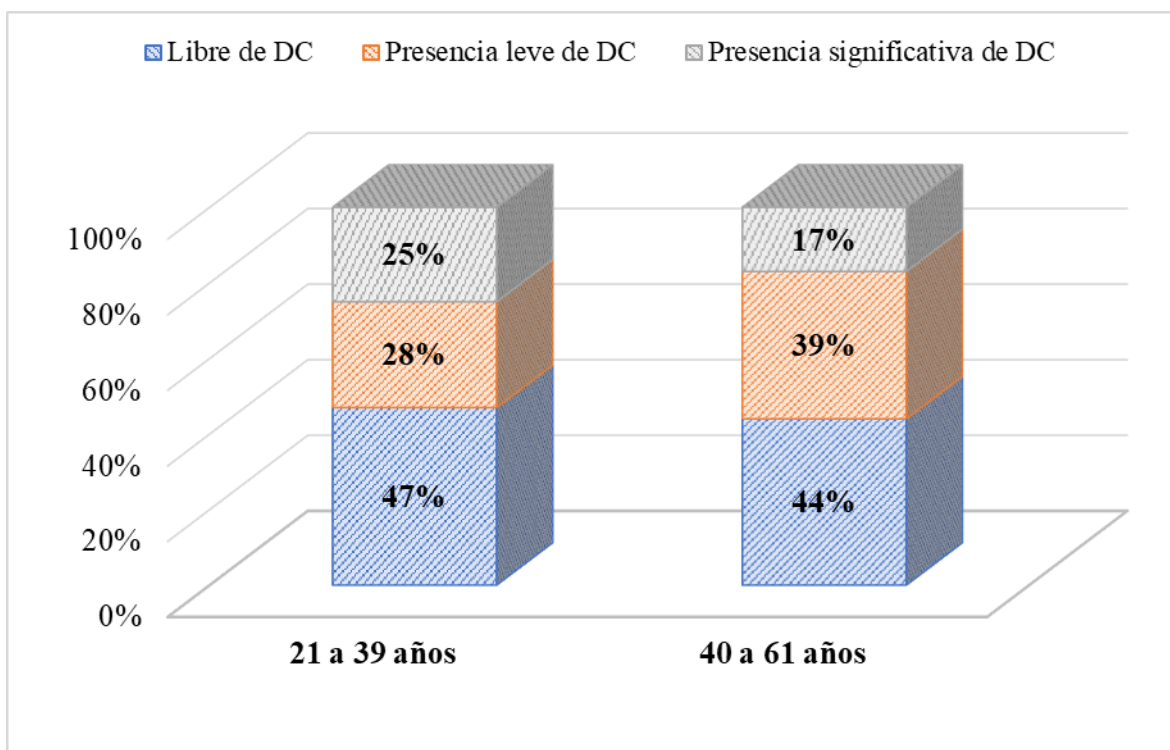
CUADRO N° 11

PREDOMINIO DE PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS SEGÚN RANGO DE EDAD

Alternativas	21 a 39 años		40 a 61 años	
	F	%	F	%
Libre de DC	15	47%	8	44%
Presencia leve de DC	9	28%	7	39%
Presencia significativa de DC	8	25%	3	17%
Total	32	100%	18	100%

GRÁFICO N° 11

PREDOMINIO DE PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS SEGÚN RANGO DE EDAD



En relación al predominio de pensamientos automáticos según el rango etario, primero tomando en cuenta el indicador más bajo, se puede apreciar que existe mayor predominio con un 47% en las edades 21 a 39 años correspondiente a estar “libres de pensamiento automático”, a diferencia de quienes tienen entre de 40 a 61 años con un porcentaje del 44%. Este resultado indica que existe un mayor número de mujeres de 21 a 39 años de edad que están libres de pensamientos distorsionados, aunque esta es una diferencia mínima entre ambos porcentajes; es decir, este sector de la población no presenta distorsiones cognitivas por lo que su forma de pensar acerca de eventos externos e internos es funcional y razonable. Al respecto, Ruiz Lujan (1991: 68), “la escala libre de pensamientos automáticos señala que, una puntuación menor a 2 indica ausencia y por lo tanto esto no afecta la vida de los sujetos, ya que sus apreciaciones son objetivas y razonables”.

Por otro lado, ahora tomando en cuenta los demás indicadores de distorsiones cognitivas, los cuales están fuera de lo esperado en una persona; se puede observar que existe mayor

predominio en cuanto a la “presencia leve” de pensamientos automáticos en mujeres de 40 a 61 años con un 39 %, en relación a las de 21 a 39 años de edad con un 28%. Este resultado indica que existe mayor predominio de distorsiones cognitivas en el rango etario más alto. Ruiz y Lujan (1991: 68) refiere que, “La presencia leve de distorsiones cognitivas indica que una puntuación de 3 a 5 en cada pensamiento automático, es un indicador de que esta forma de pensar y percibir la realidad afecta de manera tenue la vida o relaciones de la persona”.

Por último, existe mayor predominio en proporción a una “presencia significativa” de pensamientos automáticos en mujeres de 21 a 39 años de edad con un 25%, mientras que en el grupo etario de 40 a 61 años existe un porcentaje del 17%. Este resultado muestra que las mujeres de 21 a 39 años presentan una presencia significativa de pensamientos automáticos, el cual es un indicador de que este sector de la población presenta pensamientos instintivos los cuales carecen de razonabilidad. En consecuencia, la escala presencia significativa de distorsiones cognitivas señala que “Una puntuación de 6 o más en total de cada distorsión puede ser indicativa de cierta tendencia a una afectación mayor por determinada forma de interpretar los hechos de su vida, es decir existe una tendencia a padecer por esta distorsión”. (Ruiz y Luján, 1991: 68).

Estos resultados señalan que existe mayor predominio de pensamientos automáticos referente a los indicadores “presencia leve y presencia significativa” en el grupo etáreo de 40 a 61 años de edad, mismos que están fuera de lo esperado en la población. Estos datos pueden deberse a que en el grupo etario de mujeres de mayor edad no presentan un buen manejo de la información y emociones, así también del racionamiento previo ante cualquier acción o decisión, estos factores pueden ser causa de elementos educacionales y de la influencia social que han ocasionado tanto los estereotipos como etiquetas, demostrando que esta influencia fue mayor a diferencia de las mujeres de 21 a 39 años. Tomando en cuenta las entrevistas realizadas, ellas mencionaban que no recibieron el apoyo de sus familias desde muy jóvenes, tuvieron que trabajar a corta edad o dejar el mismo hogar de origen, de esta manera las oportunidades que ellas tuvieron en la vida fueron menores y esto de alguna manera cambia la perspectiva de la vida y de apreciar las cosas; de la misma manera la información social recibida de manera negativa, años atrás era mucho mayor de lo que es actualmente.

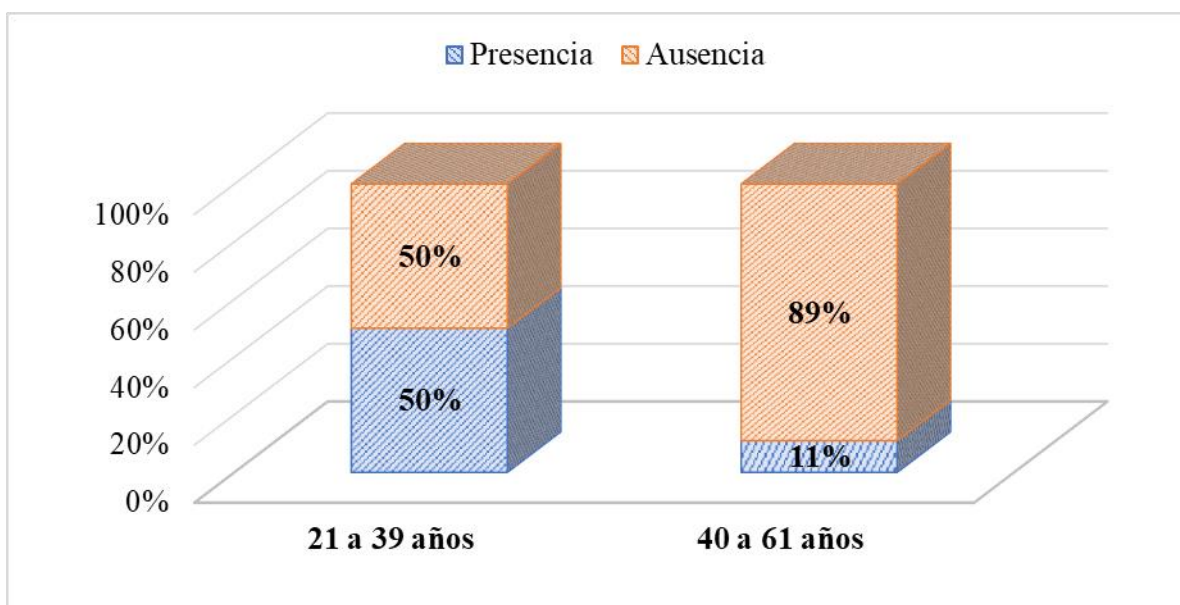
A partir del análisis e interpretación de resultados referente a los pensamientos automáticos se concluye, que existe mayor predominio en el indicador “libre de distorsiones cognitivas” en el grupo etáreo de mujeres entre las edades de 21 a 39 años, así también existe mayor predominio en la dimensión “presencia leve” en mujeres de 40 a 61 años de edad y finalmente, en la dimensión “presencia significativa” existe mayor predominio de distorsiones cognitivas en el rango etario de 21 a 39 años de edad.

CUADRO N° 12
PREDOMINIO DE PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS SEGÚN RANGO DE EDAD

Alternativas	21 a 39 años		40 a 61 años	
	F	%	F	%
Presencia	16	50%	2	11%
Ausencia	16	50%	16	89%
Total	32	100%	18	100%

Fuente: Elaboración propia- 2020

GRÁFICO N° 12
PREDOMINIO DE PENSAMIENTOS DISTORSIONADOS SEGÚN RANGO DE EDAD



En relación a la prevalencia de pensamientos distorsionados, se pudo encontrar que existe mayor predominio de las mismas, en el grupo de mujeres comprendido entre las edades de 40 a 61 años, esto se refleja en la proporción encontrada tomando en cuenta la “ausencia”, un 89%; esto quiere decir que existe una mayor cantidad de mujeres que no presentan pensamientos distorsionados en contraste al 50% encontrado en el grupo comprendido entre las edades de 21 a 39 años. Asimismo, se pudo encontrar que existe mayor predominio en cuanto a la “presencia” de pensamientos distorsionados, en el grupo de 21 a 39 años, con un 50% que, si presentan, esto refiere que estas mujeres tienen ideas erróneas en relación a los roles de género, la supuesta inferioridad de la mujer ante el hombre, así también sobre aceptar la violencia como una forma de resolver problemas o justificar actos violentos. A diferencia del 11% encontrado en el otro grupo etáreo, lo cual viene representando un número menor de mujeres que presentan pensamiento distorsionados. Esta diferencia puede deberse a diversos factores, pero es llamativo observar que quienes presentan mayor presencia de pensamientos distorsionados referente a los roles de género e inferioridad de la mujer y la legitimación de la violencia son las mujeres del grupo etario de 21 a 39 años, es decir las más jóvenes. Este resultado puede deberse a que estas mujeres aún conviven con sus parejas o están atravesando el proceso de denuncia, por lo que el impacto, la conmoción de estos momentos es muy negativa; así también ellas recién están saliendo de un entorno violento y comenzando a recibir apoyo psicológico y social. Mientras que, las mujeres de 40 a 61 años de edad llevan más tiempo asistiendo al programa de “Mujeres Autónomas y Emprendedoras”, mismo que brinda diferentes servicios y terapias grupales dirigidas a fortalecer el desarrollo personal, la autoestima y el empoderamiento, así también se pudo observar que este sector de la población presenta mayor preocupación e inquietud por trabajar en sí mismas y mejorar su calidad de vida. Estas mujeres también ya han asistido a otras instituciones y recibido apoyo, como ser el ECAM, Mujeres en Acción, etc.

Posterior al análisis de los resultados a raíz de la información brindada por las participantes sobre los pensamientos distorsionados referentes a los roles de género e inferioridad la mujer y la legitimación de la violencia como un medio para resolver conflicto se concluye que, existe mayor predominio en la “presencia” de pensamientos distorsionados en mujeres de 21 a 39 años de edad.

CUADRO N° 13

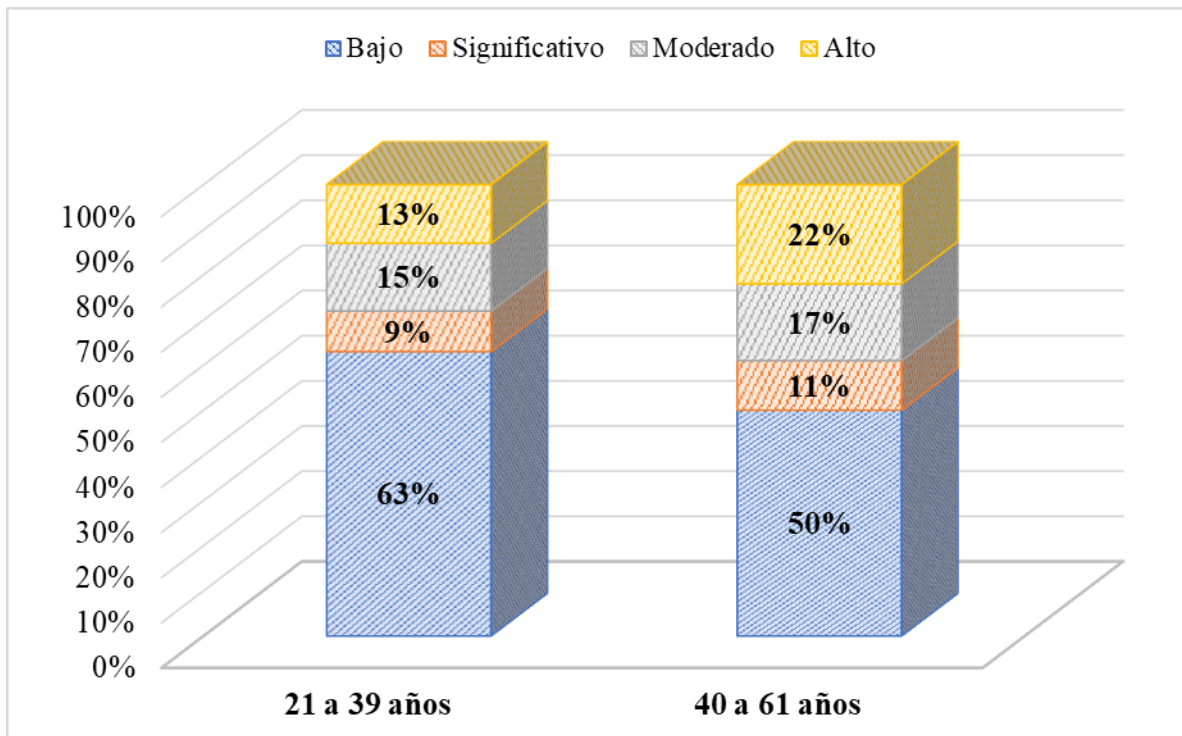
PREDOMINIO DEL NIVEL DE DEPENDENCIA EMOCIONAL SEGÚN RANGO DE EDAD

NIVELES	21 a 39 años		40 a 61 años	
	F	%	F	%
Bajo	20	63%	9	50%
Significativo	3	9%	2	11%
Moderado	5	15%	3	17%
Alto	4	13%	4	22%
Total	32	100%	18	100%

Fuente: Elaboración propia- 2020

GRÁFICO N° 13

PREDOMINIO DEL NIVEL DE DEPENDENCIA EMOCIONAL SEGÚN RANGO DE EDAD



En función a la dependencia emocional, primero tomando en cuenta el nivel bajo de dependencia el cual puede considerarse como un nivel saludable, con un 63% existe mayor predominio en el grupo de mujeres comprendido entre los 21 a 39 años; esto quiere decir, que la proporción de mujeres con niveles bajos es mayor a diferencia del 50% del otro grupo etáreo de 40 a 61 años.

Ahora bien, tomando en cuenta los siguientes niveles de dependencia emocional, los cuales están fuera de lo esperado en una persona, de manera general se puede observar que existe una mayor prevalencia en el grupo comprendido de 40 a 61 años en cada uno de los niveles presentados. Primero en el nivel alto, este grupo de 40 a 61 tiene mayor prevalencia con un 22% en contraste al 13% que presenta el grupo comprendido entre los 21 a 39 años, de esta misma forma también se pudo encontrar mayor prevalencia en el nivel moderado y significativo, con 17% frente a 15% y un 11% frente a un 9% respectivamente.

Con estos resultados se observa que existe mayor dependencia emocional en las mujeres de 40 a 61 años de edad, resultado que puede deberse más a factores sociales que han obligado a estas mujeres a permanecer con sus parejas a pesar de que existía violencia u otros conflictos. Estas mujeres señalaban que no contaban con el apoyo de sus familias, que habían aprendido a que una vez casadas o con pareja debían solucionarlo todo solas o aguantarlo todo; no contar con el apoyo de la familia es un factor importante que de una u otra forma lleva a un apego excesivo hacia la pareja, ya que es la única persona con la que se cuenta, también otro factor importante es que este grupo etáreo ha recibido constantemente los mensajes de que un divorcio o una separación no es aceptable en la familia o la sociedad. Finalmente, para ellas era muy difícil pensar en una separación ya que no contaban con una profesión o trabajo para subsistir ellas mismas y sus hijos, el factor económico lleva a la permanencia en este tipo de relaciones.

Cabe mencionar también que la baja autoestima y la intolerancia a la soledad son factores que van ocasionar la permanencia en una relación dependiente. Para ello, a continuación, se transcriben de manera textual algunas de las respuestas vertidas durante la entrevista por parte de las mujeres. *“Si, pensaba que me iba a ir peor porque tenía problemas familiares y yo*

creía que él me cuidaba y prefería aguantar que me golpee a volver con mi familia; (silencio) también a quedarme sola sin el apoyo de nadie.” “Pensaba que me sentiría sola después, sufría mucho. Igual, pensaba pero que sola me iría peor. Además, mi familia no me apoyaba, me decía que me case y que ya era mi vida pero que separarme no estaba bien”. “Si, eso era. Mi mamá me decía qué va a decir la familia porque ya tenía dos hijos, me decía que le aguante no más”.

De esta manera posterior al análisis de los resultados sobre el establecimiento del predominio en ambos rangos etáreos sobre el nivel de dependencia emocional se llega a la conclusión que: existe mayor predominio en los niveles más altos de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado, que se ubican en el rango etáreo de 40 a 61 años de edad.

6.1. CONCLUSIONES

Las conclusiones que se presentan a continuación son el resultado del proceso de investigación realizado y está directamente relacionada con los objetivos planteado inicialmente.

Objetivo general. Identificar las distorsiones cognitivas presentes en mujeres víctimas de violencia y el nivel de dependencia emocional de las mismas que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado, se concluye que estas mujeres se encuentran libres de pensamientos automáticos, con ausencia de pensamientos distorsionados y un nivel de dependencia emocional bajo.

Primer objetivo específico. Determinar los principales pensamientos automáticos en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado, se concluye, las mismas presentan los siguientes pensamientos automáticos: etiqueta global, interpretación de pensamientos, visión catastrófica, personalización y falacia de control. Los cuales se encuentran en la escala más baja (“libre de distorsiones cognitivas”).

Respecto a la hipótesis: “Las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado presentan pensamientos automáticos en: visión catastrófica, culpabilidad y falacia de recompensa”, la misma se rechaza.

Segundo objetivo específico. Describir los pensamientos distorsionados que presentan las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado, se concluye que, estos son referentes al rol de género e inferioridad de la mujer.

Respecto a la hipótesis: “Los pensamientos distorsionados que presentan las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado son referentes al rol de género e inferioridad de la mujer”, la misma se confirma.

Tercer objetivo específico. Diagnosticar el nivel de dependencia emocional de acuerdo a sus dimensiones: miedo a la ruptura, miedo e intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja, necesidad de acceso a la pareja, deseos de exclusividad, subordinación y sumisión, y deseos de control y dominio, en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado, se concluye que presentan un nivel de dependencia emocional bajo, con mayor predominio en las dimensiones: Necesidad de acceso a la pareja, miedo e intolerancia a la soledad, deseos de exclusividad y deseos de control y dominio.

Respecto a la hipótesis: “El nivel de dependencia emocional que presentan las mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de Mujer y la Familia del municipio de Cercado es moderado, existiendo mayor predominio en las dimensiones: miedo a la ruptura, prioridad de la pareja y subordinación y sumisión”, la misma se rechaza.

Cuarto objetivo específico. Establecer el predominio de distorsiones cognitivas y el nivel de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia según el rango etario de 21 a 39 años y de 40 a 61 años de edad que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la secretaria de la Mujer y Familia del municipio de Cercado, se concluye que, existe mayor predominio de distorsiones cognitivas (pensamientos automáticos) en las mujeres de 40 a 61 años. Referente a los pensamientos distorsionados (roles de género e inferioridad de la mujer y la legitimación de la violencia como un medio para resolver conflictos), existe mayor predominio de presencia en las mismas entre las edades de 21 a 39 años. Finalmente, respecto al nivel de dependencia emocional, quienes presentan niveles más altos son las mujeres de 40 a 61 años de edad.

Respecto a la hipótesis: “El predominio de distorsiones cognitivas y el nivel de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia que asisten al programa “Mujeres Autónomas y Emprendedoras” de la Secretaría de la Mujer y la Familia del municipio de Cercado se encuentra en mujeres de 40 a 61 años edad, a diferencia de las de 21 a 39 años quienes no presentan distorsiones cognitivas y dependencia emocional”, la misma se rechaza.

6.2. RECOMENDACIONES

Se presentan a continuación las recomendaciones dirigidas a distintas instancias con la finalidad de mejorar y garantizar una vida digna a este sector de la población tan vulnerable.

- Si bien la mayor parte de la población se encuentra en niveles saludables respecto a las variables estudiadas, existe un porcentaje significativo de la misma que requiere especial atención en cuanto al trabajo de distorsiones cognitivas y dependencia emocional, es necesario que instituciones y organizaciones relacionadas con estos temas, incrementen las políticas de acción en favor del tratamiento y prevención de estas problemáticas.
- A la Secretaría de la Mujer y Familia del municipio de Cercado quienes trabajan directamente con este sector de la población, incorporar los temas de distorsiones cognitivas y dependencia emocional dentro de sus programas de intervención tanto como medios preventivos y diseñados a mitigar y fortalecer estas áreas.
- A futuros investigadores, se recomienda considerar un estudio a mayor profundidad y amplitud ya que estas temáticas fueron poco estudiadas no sólo en la ciudad de Tarija sino también a nivel nacional; que permitan tener un mayor conocimiento y considerar otros ejes de la violencia.
- A las mujeres víctimas de violencia, tomar conciencia de la realidad en la que cada una vive y asistir a diferentes programas que brindan tanto las instituciones gubernamentales como ONGS con la finalidad de crecer y fortalecer diferentes áreas que permitan el empoderamiento de las mismas.