

ANEXO N° 2

DATOS DEMOGRÁFICOS

EDAD	INTEGRANTES	PORCENTAJES
25-34	51	64 %
35-45	29	36 %
TOTAL	80	100 %
ESTADO CIVIL	INTEGRANTES	PORCENTAJES
Casada	48	60 %
Soltera	0	0 %
Concubina	31	39 %
Divorciada	1	1 %
TOTAL	80	100 %
ESTRATO SOCIOECONÓMICO	INTEGRANTES	PORCENTAJES
Bajo	42	53 %
Medio	38	47 %
TOTAL	80	100 %
N° DE HIJOS	INTEGRANTES	PORCENTAJES
0	10	13 %
1-2	37	46 %
3-4	24	30 %
5 o más	9	11 %
TOTAL	80	100 %
ACTUALMENTE VIVE CON ELLOS (HIJOS)	INTEGRANTES	PORCENTAJES
Si	58	72 %
No	12	15 %
No tienen hijos	10	13 %
TOTAL	80	100 %
LUGAR DE NACIMIENTO	INTEGRANTES	PORCENTAJES
Tarija	78	97 %
Otras ciudades	2	3 %
TOTAL	80	100 %
NIVEL DE INSTRUCCIÓN	INTEGRANTES	PORCENTAJES
Básico	39	49 %
Secundario	30	38 %
Universitario	10	12 %

No estudió	1	1 %
TOTAL	80	100 %
PROFESIÓN	INTEGRANTES	PORCENTAJES
Si	12	15 %
No	68	85%
TOTAL	80	100 %
ACTUALMENTE TRABAJA	INTEGRANTES	PORCENTAJES
Si	40	50 %
No	40	50 %
TOTAL	80	100 %

ANEXO N° 3

REGISTRO

La violencia doméstica no es solamente el abuso físico, los golpes, las heridas; es aún más terrible la violencia psicológica por el trauma que causa. Hay violencia cuando se ataca la integridad emocional de persona.

¿Por qué se mantiene la mujer en esta relación?

De acuerdo a la información brindada por parte de algunas mujeres víctimas de violencia doméstica que asisten al S.L.I.M., estas manifiestan sus motivos:

Lo que pasa tras las puertas es un asunto privado, una de estas mujeres dijo: *“Siempre mi esposo me está repitiendo que ésa es su casa y puede gritar y pegar a quien sea por que ésa es su casa que él solito la construyó y si yo quiero seguir en la casa tengo que aguantarme y no contar a nadie lo que paso ahí dentro”*. Hay mujeres que se avergüenzan por lo que les sucede y que hasta se creen merecedoras de los maltratos, por lo cual prefieren mantenerlos en secreto, por miedo *“al que dirán”* de la sociedad, esta que anima a permanecer con el abusador *“¿Cómo vas a dejar a tus hijos sin su papá?”*. Nuestra sociedad nos enseña que la familia es un espacio sagrado, nadie que no sea de la familia tiene derecho a intervenir.

Otra de las mujeres comenta lo siguiente: *“mi familia siempre me reta, me dice que si no me hubiera juntado con él no estaría así, y por mi culpa estoy criando mal a mis hijos, y tengo que no hacerlo renegar”*; estos juicios convencen de que ella misma es la responsable de la violencia, dan a entender que la mujer tiene que sacrificarse por la familia.

La intimidación también es un abuso, como señala una de estas mujeres con lágrimas en los ojos *“mi esposo siempre me repite si dices algo te mato a vos y si puedo te quito a uno de mis hijos para que sufras, así que atrévete a chismosear y vas a ver de*

que soy capaz”; muchas mujeres no se atreven a hablar por las amenazas que sus maridos lanzan contra ellas.

Dentro de esta violencia se encuentra el abuso económico *“Si vas de chismosa no te voy a dar la pensión y te friegas”*. Como también utilizan a los hijos para hacerles sentir culpables y responsables de la violencia, en este caso los hijos sirven de mensajeros, tal como lo relata una de ellas *“Avísale a tu mamá que lave mi ropa para que el sábado saque plata, y si no lava bien no voy a sacar nada para ustedes”*; este tipo de comentarios determina que las familias permanezcan unidas por motivos equivocados, y sin tomar en cuenta la calidad de educación que están dando a sus hijos.

Estas mujeres además de indicar que continúan con sus parejas por temor a represalias de la sociedad o por el factor económico, manifiestan refugiarse en la religión, como forma de desahogo y esperanza que todo mejore: *“Trato de ir todos los domingos (haciendo énfasis a la iglesia) para hablar con Dios, que me dé valor y seguir adelante con mis hijas”*, *“Siempre rezo para que el Señor trate de hacerlo cambiar a mi esposo y que entienda que está haciendo mal, él (referencia a Dios) es él único que puede mejorar mi familia”*, *“Siempre me pido a Diosito que me haga justicia más que todo por mis hijos”*.

Estas mujeres que aguantan una relación con golpes e insultos, no saben protegerse, una de estas mujeres comenta lo siguiente: *“mi marido es bueno cuando no me golpea (con una sonrisa)”*, se conforman con que no las peguen, una mujer que ya sufrió más de 4 años de violencia comenta lo siguiente: *“yo la verdad me conformo con que no me pegue aunque me insulte, total ya estoy acostumbrada pero que no les falte el pan a mis hijos (llora)”*

Es importante recalcar que gran parte de estas mujeres que brindaron su información señalan esta frase muy común *“Es que yo lo quiero a pesar de todo, por ratos le agarra su loquera y después vuelve a ser cariñoso conmigo”*. Mujeres que llevan tiempo soportando golpes afirman: *“Yo no me separo porque lo quiero”*.

Según relatos de algunas mujeres comentan que no desean separarse y sufren en silencio y si lo comentan lo hacen con personas muy confiables para ellas *“yo hablo con mi hermana para que me diga que hacer”*, otra mujer dice lo siguiente: *“tengo una amiga de años y solo a ella le hablo de mis cosas pa que me diga como hago pa mejorar estas cosas”*; una de estas mujeres comenta : *“ Como mi prima pasó por lo mismo con sus papás, yo le cuento lo que me pasa, ella me escucha y me siento bien no tengo a quien más contar por ay van a contar”*.

Algunas de estas mujeres indicaron lo siguiente: *“Yo siempre soy la que tengo que ver cómo hacer pa que no me pegue, varias veces me separado pa que se dé cuenta y se arrepienta, pero cuando volvemos vuelve a lo mismo”*; otra mujer comenta con lágrimas en los ojos comenta: *“Estoy desesperada, soy cariñosa, tengo su comida a la hora que quiera, trato de portarme bien y.... sigue torpe conmigo”*; otra indica lo siguiente: *“Con mi marido ya hablé muchas veces para ver como solucionamos y estemos bien, pero el siempre reacciona a golpes, ahora vine aquí (referencia a S.L.I.M.) para ver que me aconsejan y que le hagan entender, no sé qué más hacer”*. Muchas de estas mujeres han intentado de diversas maneras evitar las situaciones de violencia; ya sean modificando conductas propias, a través de separaciones temporales, recurriendo a algún familiar o profesional.

Como es un tema muy delicado y complicado de abordar, se pudo recabar toda esta información manifestada por parte de algunas mujeres, tratando de no incomodar ni ahondar más de lo que ellas podían dar. De acuerdo a la información se puede percibir que a pesar de los años y las leyes impuestas a proteger a las mujeres, siguen existiendo esas famosas frases, sigue existiendo el temor a ir a denunciar, sigue existiendo esa dependencia al otro.

ANEXO N° 5

Escala De Estrategias De Coping – Modificada (EEC-M)

Adaptado por: Londoño N. H., Hernao G. C., Puerta I. C., Posada S. L., Arango D., Aguirre, d. c.
Grupo de Investigación Estudios Clínicos y sociales en Psicología
Universidad de San Buenaventura, Medellín, Colombia

Instrucciones:

A continuación se plantea diferentes formas que emplean las personas para afrontar los problemas o situaciones estresantes que se les presentan en la vida. Las formas de afrontamiento aquí descritas no son ni buenas ni malas, ni mejores o peores. Simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras, dependiendo de la situación problema. Trate de recordar las diferentes situaciones o problemas más estresantes vividos durante los últimos años, y responda señalando con una X en la columna que le señala la numeración (1, 2, 3, 4,5), el número que mejor indique qué tan habitual ha sido esta forma de comportamiento ante las situaciones estresantes.

1. Nunca 2. Casi nunca 3. A veces 4. Frecuentemente 5. Casi Siempre 6. Siempre

	X	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Trato de comportarme como si nada hubiera pasado.	1 2 3 4 5 6												
2. Me alejo del problema temporalmente (tomando unas vacaciones, descansando, etc.).	1 2 3 4 5 6												
3. Procuro no pensar en el problema.	1 2 3 4 5 6												
4. Descargo mi mal humor con los demás	1 2 3 4 5 6												
5. Intento ver los aspectos positivos del problema	1 2 3 4 5 6												
6. Le cuento a familiares o amigos cómo me siento	1 2 3 4 5 6												
7. Procuro conocer mejor el problema con la ayuda de un profesional	1 2 3 4 5 6												
8. Asisto a la iglesia	1 2 3 4 5 6												
9. Espero que la solución llegue sola	1 2 3 4 5 6												
10. Trato de solucionar el problema siguiendo unos pasos concretos bien pensados	1 2 3 4 5 6												
11. Procuro guardar para mí los sentimientos	1 2 3 4 5 6												
12. Me comporto de forma hostil con los demás	1 2 3 4 5 6												
13. Intento sacar algo positivo del problema	1 2 3 4 5 6												

1. Nunca 2. Casi nunca 3. A veces 4. Frecuentemente 5. Casi Siempre 6. Siempre

	X	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
14. Pido consejos u orientación a algún pariente o amigo para poder afrontar mejor el problema	1 2 3 4 5 6												
15. Busco ayuda profesional para que me guíen y orienten	1 2 3 4 5 6												
16. Tengo fe en que puede ocurrir algún milagro	1 2 3 4 5 6												
17. Espero el momento oportuno para resolver el problema	1 2 3 4 5 6												
18. Pienso que con el paso del tiempo el problema se soluciona	1 2 3 4 5 6												
19. Establezco un plan de actuación y procuro llevarlo a cabo	1 2 3 4 5 6												
20. Procuro que los otros no se den cuenta de lo que siento	1 2 3 4 5 6												
21. Evado las conversaciones o temas que tienen que ver con el problema	1 2 3 4 5 6												
22. Expreso mi rabia sin calcular las consecuencias	1 2 3 4 5 6												
23. Pido a parientes o amigos que me ayuden a pensar acerca del problema	1 2 3 4 5 6												
24. Procuro hablar con personas responsables para encontrar una solución al problema	1 2 3 4 5 6												
25. Tengo fe en que Dios remedie la situación	1 2 3 4 5 6												
26. Pienso que hay un momento oportuno para analizar la situación	1 2 3 4 5 6												
27. No hago nada porque el tiempo todo lo dice	1 2 3 4 5 6												
28. Hago frente al problema poniendo en marcha varias soluciones	1 2 3 4 5 6												
29. Dejo que las cosas sigan su curso	1 2 3 4 5 6												
30. Trato de ocultar mi malestar	1 2 3 4 5 6												

1. Nunca 2. Casi nunca 3. A veces 4. Frecuentemente 5. Casi Siempre 6. Siempre

	X	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
31. Salgo al cine, a dar una vuelta, etc., para olvidarme del problema	1 2 3 4 5 6												
32. Evito pensar en el problema	1 2 3 4 5 6												
33. Me dejo llevar por mi mal humor	1 2 3 4 5 6												
34. Hablo con amigos o familiares para que me animen o tranquilicen cuando me encuentre mal	1 2 3 4 5 6												
35. Busco la ayuda de algún profesional para reducir mi ansiedad o malestar	1 2 3 4 5 6												
36. Rezo	1 2 3 4 5 6												
37. Hasta que no tenga claridad frente a la situación, no puedo darle la mejor solución a los problemas	1 2 3 4 5 6												
38. Pienso que lo mejor es esperar a ver qué puede pasar	1 2 3 4 5 6												
39. Pienso detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema	1 2 3 4 5 6												
40. Me resigno y dejo que las cosas pasen	1 2 3 4 5 6												
41. Inhibo mis propias emociones	1 2 3 4 5 6												
42. Busco actividades que me distraigan	1 2 3 4 5 6												
43. Niego que tengo problemas	1 2 3 4 5 6												
44. Me salgo de casillas	1 2 3 4 5 6												
45. Por mas que quiera no soy capaz de expresar abiertamente lo que siento	1 2 3 4 5 6												
46. A pesar de la magnitud de la situación tiendo a sacar algo positivo	1 2 3 4 5 6												

1. Nunca 2. Casi nunca 3. A veces 4. Frecuentemente 5. Casi Siempre 6. Siempre

	X	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
47. Pido a algún amigo o familiar que me indique cuál sería el mejor camino a seguir	1 2 3 4 5 6												
48. Pido ayuda a algún médico o psicólogo para aliviar mi tensión	1 2 3 4 5 6												
49. Acudo a la iglesia para poner velas o rezar	1 2 3 4 5 6												
50. Considero que las cosas por sí solas se solucionan	1 2 3 4 5 6												
51. Analizo lo positivo y negativo de las diferentes alternativas	1 2 3 4 5 6												
52. Me es difícil relajarme	1 2 3 4 5 6												
53. Hago todo lo posible para ocultar mis sentimientos a los otros	1 2 3 4 5 6												
54. Me ocupo de muchas actividades para no pensar en el problema	1 2 3 4 5 6												
55. Así lo quiera, no soy capaz de llorar	1 2 3 4 5 6												
56. Tengo muy presente el dicho “al mal tiempo buena cara”	1 2 3 4 5 6												
57. Procuero que algún familiar o amigo me escuche cuando necesito manifestar mis sentimientos	1 2 3 4 5 6												
58. Intento conseguir mas información sobre el problema acudiendo a profesionales	1 2 3 4 5 6												
59. Dejo todo en manos de Dios	1 2 3 4 5 6												
60. Espero que las cosas se vayan dando	1 2 3 4 5 6												
61. Me es difícil pensar en posibles soluciones a mis problemas	1 2 3 4 5 6												
62. Trato de evitar mis emociones	1 2 3 4 5 6												

1. Nunca 2. Casi nunca 3. A veces 4. Frecuentemente 5. Casi Siempre 6. Siempre

	X	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
63. Dejo a un lado los problemas y pienso en otras cosas	1 2 3 4 5 6												
64. Trato de identificar las ventajas del problema	1 2 3 4 5 6												
65. Considero que mis problemas los puedo solucionar sin la ayuda de los demás	1 2 3 4 5 6												
66. Pienso que no necesito la ayuda de nadie y menos de un profesional	1 2 3 4 5 6												
67. Busco tranquilizarme a través de la oración	1 2 3 4 5 6												
68. Frente a un problema, espero conocer bien la situación antes de actuar	1 2 3 4 5 6												
69. Dejo que pase el tiempo	1 2 3 4 5 6												

ANEXO N° 6

CUESTIONARIO DE AUTOESTIMA 35 – B

Instrucciones: A continuación encontrarás una lista de diversos modos en que puedas sentirte y comportarte. Considera cada planteamiento y márcala en el cuadro de respuesta de acuerdo al orden que corresponda cada proposición, cuando firmemente crees que lo expresado es cierto o no.

Todas las respuestas deben ser respondidas de acuerdo a las siguientes alternativas:

“0”= Es mentira.

“1”= Tiene algo de verdad.

“2”= Creo que es verdad.

“3”= Estoy convencido(a) de que es verdad.

- 1. Generalmente me siento inferior o menos que los otros.
- 2. Normalmente me siento a gusto y feliz respecto a mí mismo, como soy yo.
- 3. Con frecuencia me siento incómodo/a para encarar las situaciones nuevas.
- 4. Por lo general me siento feliz y alegre ante aquellas situaciones nuevas.
- 5. Habitualmente me reprocho por mis errores y olvidos.
- 6. Soy libre de culpa, remordimientos, mentiras y vergüenzas.
- 7. Tengo una fuerte necesidad por probar mi fuerza y dignidad a los demás.
- 8. Tengo alegría y agrado por la vida.
- 9. Yo sé lo que los otros piensan y dicen de mí.
- 10. Puedo dejar que los otros se equivoquen sin tener el deseo de corregirlos.
- 11. Siento una fuerte necesidad de ser reconocido/a y aprobado/a.
- 12. Estoy generalmente libre de problemas, frustraciones, turbaciones emocionales, (Ej. No tengo problemas con mis compañeros de curso, maestros, familia, amigos/as, no tengo nada que me moleste en este momento).

- 13. Cuando algo no hago bien, me siento resentido/a y menos que el otro.
- 14. Casualmente inicio metas y me esfuerzo con confianza en cómo me ira. (Ej. Cuando inicias una tarea te esfuerzas en que te ira bien).
- 15. Soy propenso/a a corregir a otros y con frecuencia me gusta castigarlos.
- 16. Normalmente tengo mis propios pensamientos y tomo mis propias decisiones.
- 17. Normalmente no estoy de acuerdo con otros a la hora de considerar su fama y suerte (Ej. Cuando felicitan a un/a compañero/a, ¿tú no estás de acuerdo con ello?).
- 18. De buena gana tomo la responsabilidad de la gravedad de mis actos.
- 19. Exagero y miento a fin de mantener el aprecio de los demás y que no me consideren mal.
- 20. Me siento libre de dar gusto a mis deseos y necesidades.
- 21. Tiendo a disminuir mis talentos, posiciones y logros.
- 22. Me siento libre y seguro/a de hablar sobre mis opiniones.
- 23. Habitualmente justifico, medito, niego mis errores y defectos.
- 24. Estoy generalmente sereno/a y bien en compañía de extraños (Ej. Cuando te incorporas a un grupo donde están adolescentes de otros colegios, estas tranquilo/a).
- 25. Generalmente ando criticando a otros (Ej. Hablas mal de tus compañeros, de tu profesor, u otras personas).
- 26. Me siento libre de expresar amor, enojo, hostilidad, alegría, etc.
- 27. Fácilmente me afectan las opiniones de los otros, sus comentarios y actividades.
- 28. Raramente tengo envidia, celos y sospechas.
- 29. Mi profesión es alegrar a los demás.
- 30. Tienes prejuicios regionales, éticos, religiosos, (Ej. Tienes problemas que no son de tu ciudad, que no son de la misma religión que tú. O que no sean del mismo color de tu piel que tú).
- 31. Soy miedoso/a de expresar como soy.
- 32. Soy por lo general amistoso/a, atento/a con los demás.
- 33. Con frecuencia hecho la culpa a otros de mis problemas o errores.

- 34. Rara vez me siento incómodo/a, abandonado/a y aislado/a cuando me encuentro solo/a.
- 35. Soy compulsivo/a perfeccionista (Ej. ¿Te gusta que las cosas te salgan bien?).
- 36. Acepto cumplidos y regalos sin sentirme mal y obligado/a a hacer otro regalo.
- 37. Con frecuencia soy rápido/a para comer, fumar, tomar o hablar.
- 38. Aprecio de los otros sus logros (Ej. Te sientes bien cuando otros ganan o cuando hablan de sus ideales?).
- 39. Con frecuencia evito nuevos objetivos y metas. Por temor a perder o cometer errores.
- 40. Me hago de amigos y amigas con facilidad.
- 41. Estoy con frecuencia preocupado/a por lo que hacen mis amigos y mi familia.
- 42. Rápidamente admito mis errores, defectos y olvidos.
- 43. Siento un fuerte deseo de defender mis actos, opiniones y creencias.
- 44. Acepto el desacuerdo y rechazo sin sentirme menos que los demás.
- 45. Tengo un intenso deseo de estar en camaradería, de estar apoyado y confirmado por los demás.
- 46. Estoy deseoso/a de nuevas ideas e invitaciones.
- 47. Por lo general comparto mi fuerza con los demás.
- 48. Me siento libre de pensar, sentir y recibir cualquier sentimiento o pensamiento que se viene a mi mente.
- 49. Con frecuencia reniego contra mí mismo, contra mi propia autoridad y hago lo que me parece y así me siento.
- 50. Acepto que soy dueño/a de mí mismo/a, de mi propia autoridad y así me siento bien.

Sumatoria Par: _____ Sumatoria Impar: _____ Total: _____