

## RESUMEN

La presente problemática para la elaboración del programa de intervención tiene como objetivo *“Fortalecer el desarrollo personal de mujeres víctimas de violencia que asisten a la unidad de gestión integral de mujeres (U.G.I.M) del municipio de Tarija”*.

La violencia de género, se presenta como problemática global, citando estadísticas alarmantes de violencia hacia las mujeres en todo el mundo, se destaca la prevalencia de consecuencias negativas en la salud mental de las víctimas, como depresión, trastorno de estrés postraumático y otros trastornos psicológicos.

El programa fue diseñado para atender a mujeres que son víctimas de violencia y que buscan apoyo en la Unidad de Gestión Integral de la Mujer, dependiente de la Secretaría de la Mujer en el municipio de Tarija. La concepción y ejecución del programa de fortalecimiento del desarrollo personal se llevó a cabo mediante actividades lúdicas. Se emplearon tanto métodos teóricos como empíricos para la investigación, utilizando cuestionarios e inventarios en la fase de diagnóstico. Durante la intervención, se implementaron métodos participativos, expositivos y reflexivos, combinados con una variedad de técnicas tales como presentaciones, dinámicas de grupo, así como herramientas para fomentar el autoconocimiento, incluyendo métodos auditivos y visuales.

La población beneficiaria consta de 24 mujeres de edades comprendidas entre los 18 y 60 años, derivadas por situaciones de violencia física o psicológica. Conformándose así un total de 5 grupos.

Cabe mencionar que a las mujeres que fueron partícipes del desarrollo de las sesiones se les aplicó una evaluación diagnóstica antes de la implementación del programa y una evaluación final después del mismo, las cuales fueron el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) versión adultos, Cuestionario de ansiedad (Estado – Rasgo) versión española y por último la Escala de modos de afrontamiento.

Por último, se presentan los resultados obtenidos de la intervención, clasificados mediante instrumentos específicos. Se recopilaron datos sobre variables como la edad, estado civil, número de hijos y tipo de violencia experimentada por las mujeres víctimas de violencia que asisten a las terapias grupales de la Unidad de Gestión Integral de la Mujer (UGIM).

Se observa que las mujeres afectadas abarcan un rango amplio de edades, siendo el intervalo más frecuente de 29 a 39 años (46%), seguido de 18 a 28 años (38%) y un porcentaje significativo entre 40 y 61 años (8%).

El 58% de las mujeres son solteras, el 25% casadas, y el 13% divorciadas o en proceso de separación. Esto demuestra que la violencia no se limita a las relaciones de pareja.

El 54% tiene entre 1 y 2 hijos, el 8% tiene entre 3 y 4 hijos, y el 38% no tiene hijos. Esto destaca que la violencia también afecta a mujeres sin hijos y que los niños en hogares violentos enfrentan desafíos.

El 58% sufre principalmente violencia psicológica, mientras que el 42% experimenta tanto violencia psicológica como física.

Se observó una mejora significativa en la autoestima de las mujeres víctimas de violencia que participaron en el programa. Al inicio, el 21% tenía una autoestima baja y 58% una autoestima media baja, mientras que al final, este número se redujo al 42%, y se incrementó el porcentaje de autoestima media alta a un 54% y alta en 4%.

Se analizó la autoestima en diferentes áreas (propia, social y familiar). Se observó una mejora en todas las áreas, con un aumento en el porcentaje de autoestima media alta y alta, y una disminución en la autoestima baja y media baja.

Se evaluaron los niveles de ansiedad en estado y rasgo. En ambos casos, se observó una disminución significativa de la ansiedad después de participar en el programa, con un aumento en el porcentaje de mujeres con ansiedad baja.

También se analizaron diferentes modos de afrontamiento utilizados por las mujeres víctimas de violencia. Se observó una preferencia en la mayoría de los modos de afrontamiento, las cuales son la búsqueda de apoyo social, auto – control, distanciamiento y la reevaluación positiva, la huida-evitación, confrontación, planificación y la aceptación de la responsabilidad.

El programa de desarrollo personal tuvo un impacto positivo en la autoestima, los niveles de ansiedad y los modos de afrontamiento de las mujeres víctimas de violencia, demostrando una efectividad significativa con un 67% alcanzando un nivel de efectividad alto.

## INTRODUCCIÓN

La violencia contra las mujeres ejercida por sus parejas es una problemática grave y extendida en la sociedad actual, tanto en nuestro país como en todo el mundo. La violencia de género abarca todas las formas de violencia que son ejercidas por un agresor que estadísticamente es el hombre contra la mujer, siendo la violencia doméstica una de las formas más frecuentes.

Es importante mencionar que la violencia de género en el ámbito de la pareja no es un fenómeno aislado, sino que se desarrolla y mantiene a través de un proceso dinámico conocido como el ciclo de la violencia. Este ciclo, como lo ha descrito la psicóloga Leonor Walker (1979, citado por María Prieto 2018) consta de tres fases: la fase de acumulación de tensión, la fase de agresión y la fase de conciliación (Prieto, 2018)

Es importante tener en cuenta que este ciclo puede variar en su duración e intensidad en cada relación, pero es fundamental reconocer sus características para poder prevenir y abordar la violencia de género de manera efectiva.

La violencia contra la mujer en la pareja es uno de los problemas de salud pública actualmente más importante por su creciente incidencia y mortalidad.

Según indica la Organización Mundial de la Salud (OMS) en su informe del año 2021, “en todo el mundo, casi un tercio (27%) de las mujeres de 15 a 49 años que han estado en una relación informan haber sufrido algún tipo de violencia física y /o sexual por su pareja” (OMS, 2021)

La violencia se manifiesta de diferentes formas, en distintas circunstancias y con diversos tipos de actos dirigidos hacia las mujeres que en su mayoría se encuentran en un estado de indefensión. Estos actos pueden manifestarse a través de violencia física, violencia psicológica, violencia sexual, violencia económica y violencia en el trabajo la cual impiden que la mujer pueda desarrollarse en su vida cotidiana.

La lucha contra la violencia de género es una prioridad para los gobiernos en todo el mundo y la sociedad actual, quienes a través de las instancias que correspondan analizan los factores que influyen en el comportamiento de las personas frente a la violencia para así

poder establecer programas integrales de ayuda que aborden la prevención, la atención y el apoyo a las víctimas de la violencia de género.

Por lo tanto, el presente trabajo de investigación tiene como objetivo desarrollar y ejecutar un programa de intervención para mujeres víctimas de violencia que será aplicado en la Unidad de Gestión Integral de la Mujer, la cual pertenece a la Secretaría de la Mujer del municipio de Tarija.

El programa tiene como objetivo trabajar diversas temáticas que son de vital importancia para las personas que han vivido una relación violenta con su pareja. En primer lugar, se abordará el tema de la autoestima, que suele verse seriamente afectada por la violencia sufrida. Se brindarán estrategias para fomentar la autoaceptación y la confianza en uno mismo, de manera que las personas puedan recuperar su identidad y sentirse empoderadas para tomar decisiones saludables para su vida.

En segundo lugar, se trabajará en la reducción de los niveles de ansiedad que pueden presentarse como consecuencia de la violencia ejercida por la pareja, así como por el proceso de denuncia que se debe seguir. Se proporcionarán técnicas y herramientas para manejar la ansiedad, el estrés y el miedo, con el fin de que las personas puedan recuperar su bienestar emocional y mental.

Por último, se brindarán diferentes estrategias para la resolución de conflictos futuros. A través de la enseñanza de habilidades de comunicación efectiva, negociación y resolución de problemas, las personas aprenderán a manejar las situaciones conflictivas de manera saludable y a establecer límites claros y respetuosos en sus relaciones interpersonales.

De esta manera, se busca no solo ayudar a las personas a superar las secuelas de la violencia vivida, sino también a fortalecer su capacidad de prevención y protección en el futuro.