

INTRODUCCIÓN

El interés por la salud de las mujeres en situaciones de adversidad o “riesgo psicosocial”, ha sido un tema presente en la evaluación clínica y en las investigaciones en un contexto de autoestima y de resiliencia.

Para la psicología, hoy en día representa un desafío seguir profundizando en modelos psicosociales más saludables que manejen la adversidad tomando en cuenta factores personales, familiares, sociales y comunitarios, que pueden mitigar los efectos negativos de la adversidad sobre la salud de las mujeres. La salud física y psicológica de las mujeres que pueden estar en situación de violencia es el tema que se presenta en esta tesis. La violencia en la pareja definida como el daño físico, sexual o psicológico que sufre la persona, causado por su pareja o ex pareja, que incluye un patrón de conductas coercitivas o manipuladoras perpetradas por un compañero íntimo con el fin de obtener o mantener el control representa un estresor muy potente para las mujeres que están expuestas a dicha situación.

Se estima que cada año entre 133–275 millones de niños están expuestos a violencia doméstica en el mundo (ONU mujeres, 2006). Las mujeres expuestas a la violencia en la pareja por lo general guardan relación con el clima violento en sus familias, pues los estudios han demostrado que existe una especie de transmisión de estructuras psicológicas que mantienen la violencia.

Diferentes estudios se han centrado en los efectos a corto plazo que produce esta situación de exposición con consecuencias negativas sobre los dominios cognitivo, emocional y conducta en niños y en adolescentes. Así mismo, estudios longitudinales han mostrado que los niños y adolescentes expuestos que han tenido experiencias de violencia en sus vidas, cuando forman familia tienden a reproducir esta estructura de violencia. Existe una estrecha correlación entre autoestima, resiliencia y violencia de género. Los niños y adolescentes que sufrieron violencia, en su edad adulta tienen mayor riesgo de desarrollar problemas que incluyen agresividad, delincuencia, crimen, depresión, ansiedad, abuso de sustancias, problemas en las relaciones románticas y con los pares.

En este sentido las mujeres que están en situación de violencia en la pareja se convierten en una preocupación de salud pública, lo cual obliga a realizar esfuerzos no solamente a nivel de prevención, sino de intervención con aquellos menores que han estado expuestos a esta violencia para ayudarlos a tener mejores resultados y lograr mejor adaptación. El estudio que se presenta en este documento pretende dar respuesta a esa necesidad.

CAPÍTULO I
“PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y
JUSTIFICACIÓN”

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La violencia de género hace referencia al comportamiento agresivo y destructivo que se da entre el hombre y la mujer. Generalmente la víctima es la mujer. Constituye un atentado contra la integridad, la dignidad y la libertad del ser humano. En los últimos años las cifras de violencia de género se han incrementado de manera alarmante. Se estima que el 60 por ciento de las mujeres de todo el mundo ha sufrido violencia física, psicológica y sexual por parte de un compañero sentimental o violencia sexual por parte de otra persona distinta a su compañero sentimental (estas cifras no incluyen el acoso sexual) en algún momento de sus vidas. La violencia es un hecho que implica toda la existencia del ser humano, pero en este estudio cobra relevancia por el hecho de que afecta las principales dimensiones psicológicas. *“Los hechos demuestran que las mujeres que han sufrido violencia física o sexual por parte de un compañero sentimental presentan tasas más altas de depresión y más posibilidades de tener un aborto o de manifestar síntomas suicidas”*. (Alberdi, 2003:18).

Hay diferentes formas de definir la violencia de género. Adoptamos la citada por Jara y Romero, autores de la Escala de Violencia que se empleó para medir la mencionada variable. *“Se entiende por violencia de género cualquier acto violento o agresión, basados en una situación de desigualdad en el marco de un sistema de relaciones de dominación de los hombres sobre las mujeres (o viceversa) que tenga o pueda tener como consecuencia un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas de tales actos y la coacción o privación arbitraria de la libertad, tanto si ocurren en el ámbito público como en la vida familiar o personal”*. (Jara y Romero, 2009: 275).

El concepto violencia de género da nombre a un problema, que incluso hace poco, formaba parte de la vida personal de las personas; era considerado un asunto de familia que no debía trascender de puertas para fuera y, por lo tanto, en el que no se debía intervenir. Entender la violencia como un asunto personal refuerza a las mujeres a una situación de subordinación respecto del hombre e implica asumir las relaciones de poder históricamente desiguales entre ambos y a través de las cuales se legitima al hombre a mantener su statu-quo de la dominación incluso a través de la

violencia. Esta percepción contribuye a que las mujeres no denuncien su situación por miedo, vergüenza o culpabilidad.

En el presente estudio relaciona la violencia de género con dos variables fundamentales: la autoestima y la resiliencia.

Las investigaciones realizadas sobre el tema estudio indican que la violencia de género tiene bastante relación con la autoestima de las personas implicadas. En este estudio se entiende por autoestima: *“La evaluación que el individuo hace de sí mismo expresando una actitud de aprobación o desaprobación e indica la extensión en la cual el individuo se cree capaz, significativo y exitoso. En este caso la autoestima es igualmente subjetiva, agregando que el sujeto puede aprobar o no, el resultado de dicha percepción”*. (Coopersmith, 1989: 13).

Por otra parte, una dimensión psicológica muy implicada con la violencia de género es la resiliencia de los actores de este hecho. La resiliencia de hombres y mujeres explica en gran medida el comportamiento de ambos en el tema de violencia. La resiliencia *“La capacidad de sobreponerse ante la adversidad. El conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” viviendo en un medio “insano”. Estos procesos dependen de afortunadas combinaciones entre atributos del sujeto y su ambiente familiar, social, y cultural”*. (Wagnild y Young, 1993: 17).

Existen numerosas investigaciones que relacionan las variables violencia de género y resiliencia de las personas que se ven involucradas en este hecho. Así por ejemplo, Rebollo Catalán encontró que: *“las mujeres que han salido de vivencias de maltrato en la pareja, tienen menores estrategias de resiliencia. Las mujeres que sufren violencia de género, a consecuencia de esta, sufren un deterioro de su capacidad de resiliencia, de su iniciativa, de su capacidad de reflexión en lo que les está pasando, se sienten culpables, desconfían de sí mismas y de los demás, sienten mucho miedo, impotencia, vergüenza. Muchas de ellas pueden presentar un aislamiento familiar y social que las dificulta acceder a los apoyos que precisa. Otro aspecto muy grave del maltrato crónico en la mujer es la posible interferencia en sus competencias maternas, pues ante las dificultades de sus hijos tampoco saben cómo reaccionar con iniciativa y eficacia, es*

decir, pierden la capacidad de sobreponerse a los resultados de sus seres queridos”. (Rebollo Catalán, et al, 2005: 17).

Por otra parte, Pascual Seoane, realizó un estudio sobre la violencia que se daba en la relación de pareja en adolescentes y jóvenes de la Comunidad de Madrid, encontrando que *“La violencia contra las mujeres en las relaciones de pareja produce serias consecuencias en la salud mental de sus víctimas, incluyendo con frecuencia cuadros clínicos como la baja autoestima. Además, el aislamiento social de las víctimas es un fenómeno muy característico y frecuente ya que le quita la iniciativa y la capacidad de pensar por sí mismas. Para el maltratador mantener a su mujer aislada y bajarle la autoestima es una manera efectiva de control y dominio sobre su... Al no tener la autoestima suficiente como para no levantar la cabeza se asocia una merma en la provisión de apoyo social a la víctima, lo cual a su vez puede tener consecuencias adversas para la víctima ya que el apoyo social constituye un factor reconocido de resistencia y protección en situaciones de estrés”*. (Seoane, 2011: 34).

Marcela Lagarde, en su ponencia presentada en el XIII Congreso Internacional de Ciencias Antropológicas y Etnológicas de la Ciudad de México, advertía claramente que uno de los mayores vínculos entre la violencia de género y la resiliencia, radicaba en el aislamiento que el agresor produce en la víctima, particularmente de su familia. Analizaba particularmente la influencia de la figura paterna. Sobre el punto se refería de la siguiente manera: *“La ruptura del nexo familiar constituye un impacto diferencial en el bienestar de las mujeres y en su capacidad de sobreponerse a la situación de violencia. Numerosos estudios han dado apoyo a esta perspectiva, mostrando, al analizar la interacción entre el apoyo familiar y la violencia, encontrando que el apoyo del primer núcleo familiar es un importante factor de resiliencia para las víctimas de violencia doméstica, que reduce sus niveles de ansiedad, el riesgo de suicidio y los síntomas de estrés postraumático. Se ha sugerido que esta influencia amortiguadora del apoyo familiar, particularmente paterno, es menor cuando el abuso es muy severo. En el estudio se ha encontrado que el apoyo paternal tiene un impacto mucho mayor en el bienestar emocional y la salud mental de las víctimas que el apoyo maternal, e incluso institucional. Por otra parte, además de su papel en la salud mental y emocional de las mujeres, el apoyo familiar juega un rol muy importante en la seguridad de las mismas. El apoyo familiar puede provocar*

el punto de quiebre que produzca la ruptura con la relación abusiva y la prevención de nuevas victimizaciones”. (Lagarde, 1998: 16).

A nivel nacional no se han encontrado investigaciones cuyo objetivo sea relacionar específicamente la violencia de género con la resiliencia y la autoestima sin embargo, existen estudios descriptivos sobre las víctimas de violencia de género, en las que se menciona algunos rasgos de la autoestima y de la resiliencia.

En una investigación realizada por Adriana Machicao Arauco y Susana Aillón Soria, titulada “Fortalecimiento de factores protectores de la resiliencia en el ámbito comunitario en mujeres en situación de violencia doméstica” realizada en el Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana “San Pablo”, se menciona que existe una estrecha relación entre ambos factores, de modo que si se eleva la resiliencia en las mujeres, se disminuye la probabilidad de que el ciclo de violencia se perpetúe.

“Entonces, la manera novedosa de trabajar en el tema de la violencia doméstica es a partir de la resiliencia, que es un proceso que significa que no es una simple respuesta a una adversidad, sino que es un modo de vida e incorpora los siguientes aspectos: a) Promoción de factores resilientes; b) Compromiso con el comportamiento resiliente; y c) Valoración de los resultados de resiliencia. Gracias a esto las mujeres en situación de violencia, tienen potenciales capacidades para desarrollarse y alcanzar altos y óptimos niveles de bienestar, pudiendo manejar y aliviar las consecuencias psicológicas, fisiológicas, conductuales y sociales provenientes de experiencias traumáticas. Al mismo tiempo, se debe recordar que se puede estar más o menos resiliente de acuerdo a la situación que se vive y las condiciones del entorno; además que la resiliencia no se desarrolla en todas las personas de la misma forma ya que cada una tiene diversas maneras de desenvolverse y adquirir capacidades para superar sus problemas. Lo que implica tener maneras singulares y creativas de atravesar y superar las situaciones adversas”. (Machicao y Aillón, 2009: 22)

En otra tesis de grado realizada por Irazoque, E. sobre los trastornos de la personalidad que produce la violencia conyugal de la Universidad Católica Boliviana, se explica que entre una de

las secuelas o trastornos producidos por la violencia conyugal, está la baja autoestima: *“Se puede determinar que las mujeres soportan los maltratos producto de su baja autoestima, se sienten frustradas y fracasadas; los diferentes tipos de maltratos que tienen que vivir no dejan que ellas reaccionen y no permitan los abusos a los que son sometidas en su cotidianidad. Estas mujeres maltratadas por lo general asumen como normal el comportamiento machista, desconocen el nuevo rol que tiene la mujer en la sociedad, una convivencia en equidad dada por la ley, pero que se sigue imponiendo la violencia del hombre ante cualquier sugerencia de una relación diferente.*

El hombre maltratador tiene como arma principal quebrantar a su víctima en la destrucción de su autoestima, al principio con críticas e insultos enmascarados, luego insultos abiertos, humillaciones y burlas, acompañado de golpes, agresiones sexuales y por último infundir miedo por medio de amenazas para tener el control absoluto de su vida. Se puede prescribir que la desvalorización de la mujer violentada distorsiona su autoconcepto desde el punto de vista de su victimario, convirtiéndose en un ser sumiso, desconocedora de la protección y oportunidades que la sociedad actual le puede ofrecer. (Irazoque, 2002: 94).

Indaburu, M. G., en su Tesis de Grado para la Licenciatura en Psicología. Universidad Católica Boliviana de La Paz, Bolivia, al referirse al hecho de cómo la resiliencia es un factor protector del abuso, se expresa de la siguiente manera: *“Los factores del abuso son diversos como el alcoholismo, la ignorancia, la falta de comprensión entre las personas, etc. A lo largo de la investigación se ha podido evidenciar que a menor resiliencia mayor abuso. La pérdida de la resiliencia es como un círculo vicioso que una vez que empieza, prepara una segunda y tercera caída, al abusador cada vez le cuesta menos someter a la víctima. Los mecanismos para provocar una pérdida de la resiliencia adoptan muchas formas posibles y a veces es difícil detectarla o aceptarla como tal, las familias en muchas ocasiones son las que repiten el círculo del abuso con patrones socioculturales, se puede identificar que existen dos grandes causales determinantes del abuso de género como son los patrones culturales y las desigualdades económicas, causales que conllevan a efectos que marcan consecuencias cognitivas y psicológicas en la víctima, lo que imposibilitan su normal desenvolvimiento en su contexto social”.* (Indaburu, 2006: 45).

En el plano regional no se han encontrado estudios específicos al tema de investigación pero sí existen numerosos artículos sobre la violencia de género, que de manera secundaria tocan el tema de la autoestima y la resiliencia. Por ejemplo se tienen una investigación realizada por la Universidad Católica Boliviana “San Pablo” - Unidad Académica Tarija, realizada por un colectivo de autores que titula “Causas y consecuencias de la violencia en el noviazgo: una mirada de los jóvenes universitarios de la ciudad de Tarija, Bolivia”. En la parte conclusiva, se indica lo siguiente:

“Los jóvenes universitarios manifiestan que quien ejerce mayor violencia en una relación de noviazgo es el hombre, y la más afectada por este fenómeno es la mujer, sin embargo en ambos casos, se identifica un porcentaje importante de personas, tanto hombres como mujeres que reconocen ser “ambos” los responsables de la relación, es decir, ambos influyen en la generación de violencia y ambos se ven afectados, mostrando así una simetría de género y haciendo alusión a la violencia mutua, situación en la que los miembros de una pareja se atacan física, sexual o psicológicamente de manera recíproca.

Las principales causas de la violencia en el noviazgo que identifican los universitarios son: los celos, la falta de comunicación, el no saber que están siendo violentos y el haber crecido en un ambiente violento. La percepción sobre estas causas varía significativamente según el sexo y la edad.

Con respecto a las consecuencias de la violencia en las relaciones de noviazgo, los universitarios identifican como principales: afectación a la autoestima, depresión, embarazos no deseados, miedo/aislamiento y cambio o abandono de los planes de vida. Sin embargo, cabe mencionar que esta varía según el sexo, el tipo familia en el que viven y la relación entre los padres durante la infancia de los participantes”. (Mendoza, et. al., 2019: S/P).

El 2016 el Ministerio de Justicia en coordinación con el INE realizaron una encuesta nacional sobre la violencia contra las mujeres, en la que se incluye Tarija. Si bien en este estudio no se habla de manera explícita sobre la relación entre la violencia de género con la resiliencia y la autoestima, citamos este estudio por la magnitud de la muestra tomada y porque se refiere a la

violencia sufrida por las mujeres en el ámbito educativo. Sobre el tema, el informe indicado, refiere lo siguiente:

“Desde hace algunos años el tema de la violencia de género en el ámbito educativo es un fenómeno que viene preocupando a la sociedad en general. Cuando se aborda el tema de la violencia en los centros educativos (escuelas, colegios, institutos, universidades) nos referimos a algún tipo de violencia psicológica, física y sexual por ser mujeres en el ámbito educativo. Los resultados revelaron que de 3.349.160 de mujeres que asisten o asistieron a un centro educativo, 65% registró algún incidente violento durante su vida estudiantil (colegio, instituto universidad) ejercida por el personal administrativo, profesores, catedráticos o compañeros de estudio. El área rural presentó mayor porcentaje de mujeres en situación de violencia de género en el ámbito educativo con 69,7%; en Bolivia 62 de cada 100 declararon haber sufrido agresiones psicológicas; 28, alguna violencia física y 12, algún hecho de violencia sexual Así también los datos actualizados según el ministerio público (fiscalía) “señala una cifra de 13.416 casos, datos relevantes de violencia de género a nivel nacional, que corresponde desde el 01 de enero al 09 de mayo de la gestión 2022, muchos de los casos son por violencia doméstica, intrafamiliar, sexual, psicológica y física. Cabe mencionar que el departamento con mayor tasa de violencia de género es el departamento de Santa cruz con 6.325 casos, seguido de LA Paz con 3.266, luego está Cochabamba con 2.568 y en cuarto lugar se encuentra Tarija con 1342.

Después de haber expuesto el tema de estudio en los tres niveles anteriores, se plantea la problemática que aborda la presente investigación a través de la siguiente pregunta:

¿Cuál es el nivel de autoestima y resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Bermejo, en la gestión 2022?

1.2 JUSTIFICACIÓN

Investigar sobre la violencia de género es de vital importancia pues es un fenómeno que aumenta año tras año y que repercute en todas las áreas del individuo y de la sociedad en general. Es un tema de total vigencia pues cada vez son más las instituciones que se hacen cargo de esta cuestión por la repercusión social que tiene en todas las áreas de la vida. La población femenina sigue siendo la víctima más común de los delitos sexuales, las agresiones físicas o verbales y la violencia doméstica. Esta problemática resalta debido a que incluso en las grandes ciudades, donde generalmente se concentra el desarrollo y la innovación, persisten problemas graves de violencia de género. Según la ONU las mujeres representan el 53% de toda la población de América Latina y el 44% de toda la fuerza laboral, por tanto la violencia de género compromete un sector de gran importancia del desarrollo social. Pese a la creciente presencia femenina en el desarrollo social, 8 de cada 10 mujeres latinoamericanas son o fueron víctimas de violencia emocional, económica, patrimonial, física, sexual o discriminación. Y en 4 de cada 10 casos el agresor tiene algún vínculo familiar con ellas. (Ortega y Sánchez Jiménez, 2008).

Esta investigación realizada tiene relevancia **teórica** que aporta con un cúmulo de información nueva sobre el tema de la violencia de género. Este trabajo relaciona la incidencia que tiene la violencia de género en la autoestima y resiliencia del individuo. De la misma manera, se analiza la manera en la que la resiliencia y autoestima son factores asociados a la predisposición y tolerancia de la violencia de género; esta información contribuye a llenar un vacío teórico que existe en la ciudad de Tarija, tanto para futuras investigaciones, la sociedad en general y principalmente instituciones de secretaria de la mujer, Derechos humanos y diferentes ONG como el ECAM, etc. que trabajan, educando, de alguna manera, con el tema de género. Para todos ellos los datos que emanan de este estudio pueden representar insumos valiosos para comprender la magnitud del fenómeno en Bermejo, para saber los grados y tipos de violencia que se dan en el medio y, en base a ellos, optimizar las estrategias correspondientes para tratar de mitigar esta lacra social, que tanto daño hace al individuo y que perjudica el correcto accionar de los diferentes miembros de la sociedad.

CAPÍTULO II
“DISEÑO TEÓRICO”

2.1. PREGUNTA PROBLEMA.

¿Cuál es el nivel de autoestima y resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Bermejo, en la gestión 2022?

2.2. OBJETIVOS

2.2.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar el nivel de autoestima y resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Bermejo durante la gestión 2022.

2.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar el nivel de autoestima (autoestima relacionada con el sí mismo, autoestima social y autoestima familiar) en mujeres víctimas de violencia de género.
2. Evaluar el nivel de resiliencia (ecuanimidad, sentirse bien-solo, confianza en sí mismo, perseverancia, satisfacción personal) en mujeres víctimas de violencia de género.
3. Establecer la relación del nivel de autoestima y resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género.

2.3. HIPÓTESIS

1. Las mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Bermejo, presentan un nivel de autoestima baja.
2. Las mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Bermejo, presentan un nivel de resiliencia medio-bajo.
3. A mayor nivel de autoestima, mayor es el nivel de resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Bermejo.

2.4. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable	Dimensión	Indicadores	Escala
Autoestima “ <i>Es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencia de comportamiento dirigidos hacia nosotros mismos o hacia nuestra manera de ser y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter</i> ”. (Coopersmith,1956:36)	Autoestima relacionada con el Sí mismo	Coopersmith (16 años en adelante) Actitudes y pensamientos relacionados con las propias capacidades y limitaciones.	Coopersmith (16 años en adelante) De 0 a 25 Autoestima baja.
	Autoestima Social	Autopercepción de las diferentes habilidades necesarias para adaptarse al contexto social.	De 26 a 50 Autoestima medio-bajo. De 51 a 75 Autoestima medio-alto.
	Autoestima Familiar	Autopercepción de las diferentes habilidades necesarias para adaptarse al contexto familiar.	De 76 a 100 Autoestima alta.

Variable	Dimensión	Indicador	Escala
Resiliencia <i>“La capacidad de sobreponerse ante la adversidad. El conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” viviendo en un medio “insano”. (Wagnild y Young, 1993: 17).</i>	Ecuanimidad	Escala de Resiliencia de Wagnild y Young Perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias.	Escala de Resiliencia de Wagnild y Young Resiliencia baja (0-25) Resiliencia medio-bajo (26-50) Resiliencia medio-alto (51-75) Resiliencia alto (76-100)
	Sentirse bien-solo	Aprecio y regocijo en las propias virtudes y capacidades.	
	Confianza en sí mismo	Creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fortalezas y limitaciones.	
	Perseverancia	Persistencia a pesar de la adversidad o desaliento.	
	Satisfacción personal	Comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.	

CAPÍTULO III
“MARCO TEÓRICO”

3. Marco teórico

En el presente capítulo se exponen todas las teorías relacionadas con el tema de estudio. Se aborda de manera sistemática la temática general referida a la violencia de género, para continuar posteriormente desarrollando las diferentes teorías vinculadas a cada una de las variables de los objetivos específicos, vale decir: autoestima y resiliencia. De la misma manera se presentarán las investigaciones relacionadas específicamente con el tema de estudio, es decir: relación entre la violencia de género con la autoestima y la resiliencia.

3.1.VIOLENCIA DE GÉNERO

Hay diferentes formas de definir la violencia de género. “Se entiende por violencia de género cualquier acto violento o agresión, basados en una situación de desigualdad en el marco de un sistema de relaciones de dominación de los hombres sobre las mujeres (o viceversa) que tenga o pueda tener como consecuencia un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas de tales actos y la coacción o privación arbitraria de la libertad, tanto si ocurren en el ámbito público como en la vida familiar o personal”. (Jara y Romero, 2009: 275).

El género consiste en la interpretación cultural del sexo, es decir, el conjunto de expectativas sociales depositadas sobre los roles a desempeñar por hombres y mujeres: lo que se espera de ambos. Existe la creencia que hombres y mujeres son fundamentalmente diferentes, y que hay unos roles sociales particulares en los que hombres y mujeres encajan mejor.

Según Tomé, desde una perspectiva antropológica existen cinco dimensiones del género:

- Biológica: El género surge construyéndose en torno al cuerpo y la sexualidad como conjunto de características biológicas.
- Económica: Se parte de la idea de la existencia de actividades propias para hombres y otras para mujeres. Se organiza el trabajo según determinados estereotipos de género que conlleva la asignación de tareas de la casa y de la prole a la mujer y la actividad laboral pública al hombre.
- Psicológica: Hombres y mujeres tienen particulares rasgos psicológicos que los diferencian cualitativamente al uno del otro.

- Social: Las atribuciones que se van asignado a los géneros se refuerzan con normas y prohibiciones sociales que enmarcan el papel de cada género y las tareas que debe cumplir y las que no debe realizar. El control social se encarga de reprimir los posibles incumplimientos para mantener así el orden previsto y los agentes de socialización cumplen un papel fundamental en esta tarea.
- Política: La acción política se establece como un conjunto de relaciones de poder que está impregnada de contenido y atribuciones de género y un ámbito privilegiado de para reproducirlos. Estas relaciones de poder otorgan la jerarquía a los hombres y la subordinación a la mujer. (Tomé, 1998).

El género tiene cuatro elementos que están interrelacionados. Estos elementos son los símbolos, mitos y categorías sobre lo que debe entenderse para el hombre y la mujer; las instituciones y organizaciones sociales de género que son diversas y van construyendo nuestro género: Son el sistema de parentesco, la familia, el mercado de trabajo segregado por sexos, las instituciones educativas y la política; la subjetividad y las identidades de género femenina y masculina.

A lo largo de la historia en esta diferencia de categorías por género, los hombres tienen mayores ventajas que a las mujeres. Los hombres tienen mayores posibilidades de acceder a las cuestiones fundamentales de poder y decisión: los alimentos, la tierra, puestos de mayor responsabilidad, mayor libertad de movimientos mientras que se han liberado, en gran medida, de responsabilidades dentro del hogar o con los hijos e hijas. Todo ello da al hombre privilegios que fomentan las desigualdades con la mujer.

Desde el punto de vista de la psicología, el género se plantea como un proceso por el cual individuos biológicamente diferentes se identifican como mujeres y hombres. Para ello, van tomando las atribuciones que cada grupo social entiende que debe ser característico de lo masculino o femenino. Sería la construcción psico-social de lo femenino y lo masculino. La psicología estructura el género en tres aspectos básicos:

El primero consiste en la asignación de género que va unido al nacimiento y aparición externa de los genitales. En ese momento se empiezan a asignar atribuciones según el sexo biológico. Posteriormente se va produciendo la identidad de género que se hace a través de esquemas primarios conscientes e inconscientes que aportan la pertenencia a un sexo y no al otro. A partir de este momento, sobre los dos o tres años, se asume la pertenencia al grupo que correspondería según nuestro sexo y se empieza a filtrar todo a través de la visión en la que nos encuadran: femenino o masculino. Así, nos predisponemos a desarrollar el papel que nos has sido asignado y tomamos un rol de género que nos aporta normas, comportamientos, expectativas y estereotipos ajustados al sexo determinado. Desde una perspectiva psicológica, la identidad de género, como constructo, alude al modo en que el ser hombre o mujer viene prescrito socialmente por la combinación de rol y estatus atribuidos a una persona en función de su sexo y que es internalizado por ella misma. (Tomé, 1998).

El sexo es el conjunto de características físicas, biológicas y corporales con las que nacen los hombres y las mujeres, son naturales y esencialmente inmodificables. El género son los roles que constriñen tanto a hombres como a mujeres en representaciones, descriptivas y valorativas, a partir de un rasgo primario de personalidad, una característica fija, un rol ocupacional, familiar o escolar que son internalizados como estructuras rígidas que limitan las habilidades, intereses, valores y potencialidades de las personas apoyadas por la ciencia y que asignan un atributo convirtiéndolo en una característica fija y general.

La construcción del género se basa en estereotipos sociales. Los estereotipos son construcciones culturales arbitrarias y convencionales. Los estereotipos conforman expectativas, formas de relacionarnos, otorgan valor o descalifican, potencian o limitan actividades, establecen roles fijos, potencian o limitan opciones profesionales y vitales, dentro de un espacio y tiempo concreto. Los estereotipos de género son la base sobre la que los sujetos articulan la propia existencia partiendo de códigos y categorías de identidad asignados por la cultura. Los estereotipos de género constituyen las ideas que ha construido una sociedad sobre los comportamientos y los sentimientos que deben tener las personas en relación a su sexo y que son transmitidas de generación en generación.

En la Declaración de las Naciones Unidas sobre la eliminación de la violencia contra la mujer de 23 de febrero de 1994 se reconoce que ésta constituye una manifestación de relaciones de poder históricamente desiguales entre el hombre y la mujer que han conducido a la dominación de la mujer y a la discriminación en su contra por parte del hombre e impedido el adelanto pleno de la mujer, y que la violencia contra la mujer es uno de los mecanismos sociales fundamentales por los que se fuerza a la mujer a una situación de subordinación respecto del hombre. En la IV Conferencia Internacional de Beijing se expone que la violencia contra la mujer es una manifestación de las relaciones de poder históricamente desiguales entre mujeres y hombres, que ha conducido a la dominación de la mujer por el hombre, a la discriminación y a la interposición de obstáculos contra su pleno desarrollo. El Parlamento Europeo en la Resolución sobre tolerancia cero ante la Recomendación plantea que la violencia contra las mujeres está vinculada al desequilibrio en las relaciones de poder entre los sexos en los ámbitos social, económico, religioso y político. (Tomé, 1998).

La violencia de género es un poderoso mecanismo e instrumento de control hacia la mujer que el hombre lleva a cabo con la intención de perpetuar su dominación y rol de superioridad que se transmite a través de elementos culturales y relacionales pero, además, hay elementos sociales que buscan la justificación de la violencia y que la ocultan, la minimizan, la falsean o la atribuyen a causas que no forman parte del fondo real de la cuestión. La violencia no es un fin en sí mismo, es, sobre todo, un instrumento de dominación y control social. Es conveniente exponer que existen formas de violencia donde uno de los miembros de la pareja, sin necesidad de ejercer violencia física, consigue destruir al otro. Esto permite distinguir la violencia conyugal de un simple conflicto de pareja no son los golpes o las palabras hirientes, sino la asimetría en la relación. En un conflicto de pareja se conserva la identidad de cada uno y se respeta al otro en tanto que persona, cosa que no sucede cuando lo que está en juego es dominar y aplastar al otro. Teniendo en cuenta lo anterior, debemos distinguir que la violencia de género tiene multitud de manifestaciones y, en algunos casos, no son percibidas como tal violencia. (Tomé, 1998).

3.2. AUTOESTIMA

La autoestima es una de las variables fundamentales de la presente investigación, como se indicó en el planteamiento, se adopta en este estudio la definición dada por Coopersmith, que es: *“La evaluación que el individuo hace de sí mismo expresando una actitud de aprobación o desaprobación e indica la extensión en la cual el individuo se cree capaz, significativo y exitoso. En este caso la autoestima es igualmente subjetiva, agregando que el sujeto puede aprobar o no, el resultado de dicha percepción”*. (Coopersmith, 1989: 13).

Así también Coopersmith, 1956 indica que la autoestima: *“Es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencia de comportamiento dirigidos hacia nosotros mismos o hacia nuestra manera de ser y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter”*.

Todo individuo tiene dentro de su interior sentimientos, que según su personalidad puede manifestarlos de diferentes formas. Es evidente que estas manifestaciones dependen de factores, que pueden ser el entorno físico, sentimental y emocional, estos pueden repercutir en forma positiva o negativamente en la estructura de la persona, es decir, en su autoestima. La autoestima es la definición que tenemos de nuestro valor personal y de nuestra capacidad. En consecuencia, es la suma de la autoconfianza, el autoconcepto, el sentimiento de la propia competencia, respeto y consideración que nos tenemos a nosotros mismos. Desde este punto de vista, se descubren factores internos como la motivación y las expectativas, implicando el mundo afectivo.

La autoestima tiene tres componentes. Cognitivo: Que indica idea, opinión, creencias, percepción y procesamiento de la información. Afectivo: Conlleva a la valoración de lo que en nosotros hay de positivo y de negativo, esto implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, que siente la persona de sí misma. Conductual: Se refiere a la tensión, intención y actuación que hace la persona por sí misma. (Coopersmith, 1989).

¿Cómo se forma la autoestima? Esto sucede desde el momento del nacimiento. El hecho de que algunos padres, asuman como un problema la llegada del niño, es percibido por éste

emocionalmente, y su efecto formará parte de su data inconsciente del pequeño y tendrá trascendencia más adelante, cuando reaccione de diferentes formas y no logre comprender las causas generadoras de sus conflictos emocionales. Igualmente, cuando ya se ha producido el alumbramiento, todo estímulo externo influirá en el recién nacido y le irá creando una impresión emocional que influirá sus comportamientos futuros.

El segundo momento fuerte en el desarrollo de la autoestima se da con la llegada de la pubertad y la adolescencia, pues se da la bienvenida a la sexualidad y a la necesidad del joven de encontrarse a sí mismo. Se inicia la llamada “brecha generacional” y el camino hacia la búsqueda una mayor definición de la personalidad. Esta etapa es crucial ya que en ella surgen con fuerza la competencia y el deseo de ser mejor que los demás. El joven experimenta una gran necesidad de aprobación por parte de su grupo cercano y aprende a dirigirse hacia quienes lo aplauden y a huir de quienes lo pifian.

Posteriormente la autoestima está mediada por el ingreso al mundo laboral. Este hecho complejiza el tema de la formación y manifestación de la Autoestima, ya que en el entorno se nos mide por lo que hacemos y no por lo que somos. Si produces, te quedas y si no te vas. Es decir, te cuantifican y te miden cuando de dinero se trata. En conclusión, en la pareja y el matrimonio se manifiesta mucho de lo aprendido en los años anteriores: grabaciones, afectividad, cultura, condicionamientos, tradiciones; lo que fue moldeada durante muchos tiempos, años y que hemos llegado a creer que somos lo que somos. (Seoane, 2011).

Las dimensiones que contribuyen a la autoestima son las siguientes:

Dimensión 1: Física. Se refiere en ambos sexos, al hecho de sentirse atractivo físicamente. Incluye también, en los niños, el sentirse fuerte y capaz de defenderse; y en las niñas, el sentirse armoniosas y coordinadas.

Dimensión 2: Social. Incluye el sentimiento de sentirse aceptado o rechazado por los iguales y el sentimiento de pertenencia, es decir el sentirse parte del grupo. También se relaciona con el hecho de sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales; por ejemplo, ser capaz de poder tomar la iniciativa, ser capaz de relacionarse con personas de sexo opuesto y

solucionar conflictos interpersonales con facilidad. Finalmente, también incluye el sentido de solidaridad.

Dimensión 3: Afectiva. Está muy relacionada con la anterior, pero se refiere a la autopercepción de características de personalidad, como sentirse: Simpático o antipático, estable o inestable, valiente o temeroso, tranquilo o inquieto, de buen o mal carácter, generoso o Tacaño, equilibrado o desequilibrado.

Dimensión 4: Académica. Se refiere a la autopercepción de la capacidad para enfrentar con éxito las situaciones de la vida escolar y específicamente a la capacidad de rendir bien y ajustarse a las exigencias escolares. Incluye también la autovaloración de las capacidades intelectuales, como sentirse inteligente, creativo y constante, desde el punto de vista intelectual.

Dimensión 5: Ética. Se relaciona con el hecho de sentirse una persona buena y confiable o, por el contrario, mala o poco confiable. También incluye atributos como sentirse responsable o irresponsable, trabajador o flojo. La dimensión ética depende de la forma en que el niño interioriza los valores y las normas, y de cómo se ha sentido frente a los adultos cuando las han transgredido o ha sido sancionado. Si se ha sentido cuestionado en su identidad cuando ha actuado mal, su autoestima se verá distorsionada en el aspecto ético. Por consiguiente, podemos deducir que la autoestima no es estática, sino que puede estar en constante cambio es decir puede crecer, fortalecer, debilitarse o conectarse a otras actitudes. (Walker, 2000).

¿Cuándo se forma la autoestima? La autoestima se va forjando desde el nacimiento, al igual que el autoconcepto. Es a su vez, fruto de la interacción de distintos factores: Por un lado, genéticos (temperamento). Por otro, los ambientales (personales, sociales y culturales).

Todos ellos se van asimilando e interiorizando a medida que vamos creciendo. Esta valoración de uno mismo puede ir variando con la edad.

Según Coopersmith (1995), las dimensiones de la autoestima son las que se describen a continuación:

Autoestima relacionada con el sí mismo

- Basada generalmente en la evaluación que el individuo se hace y se mantiene con respecto a sí mismo, en mucho de los casos en relación con su imagen corporal y

cualidades que el sostiene, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

Autoestima social

- Basada en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones sociales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.
- según Vicente P.2019, indica: *“Las personas somos seres sociales por lo que de manera inevitable tenemos que relacionarnos con los demás para sobrevivir. Por tanto, las habilidades sociales son necesarias para que logremos adaptarnos de manera satisfactoria a las diferentes situaciones que se nos presentan en el día a día”*.

Autoestima familiar

- Es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones en los miembros del grupo familiar, su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

Componentes de la Autoestima

Según Barrenechea, la autoestima está compuesta por los siguientes elementos:

- **Autoconocimiento**

Consiste en conocer el yo en una manera integral, en el aspecto biológico, psicológico y social. Se refiere a la capacidad de reflexionar sobre sí mismo, acerca de las características personales, gustos, preferenciales, etc., a medida que se va desarrollando esta área, la persona será capaz de brindarse a los otros con toda su integridad, tal cual es y será reconocida por su entorno, así también tendrá adecuadas relaciones interpersonales con sus iguales.

- **Autoconcepto**

Es la creencia que tiene el sujeto de sí mismo, se basa en el juicio que las otras personas hacen respecto a su conducta, esta área se va conformando mediante las evaluaciones positivas o negativas, los comentarios. Actitudes de la familia, amigos, etc. Esta área es muy importante porque ayuda a construir la propia imagen y proporciona seguridad o inseguridad en la persona.

Los pensamientos que uno tiene sobre sí mismo parecen realidades absolutas, se basan en las experiencias que se han tenido en la vida, y los mensajes que estas experiencias han aportado para que se pueda formar una imagen de quién se es. Si las experiencias han sido malas, es probable que la valoración sobre uno mismo sea negativa. Las experiencias cruciales que ayudan a forjar estas creencias negativas o positivas sobre nosotros mismos es muy posible (aunque no siempre) que ocurran en edades tempranas. (Clemente A., 2018).

- **Autoevaluación**

Es la autocrítica que hace la persona de sí misma, establece juicios valorativos respecto a sus sentimientos, comportamientos e intelecto, al considerarlos buenos o malos.

Tomar una decisión es una de las acciones más difíciles a las que nos enfrentamos. Aprender a tomar decisiones implica tomar las riendas de nuestra vida. Cuando una persona toma decisiones es la dueña de su vida es la responsable de su camino y dueña de su destino. Aprender a tomar decisiones es muy importante para la felicidad y el bienestar personal. (Rodríguez C., 2020)

- **Autoaceptación**

Se refiere a conocer e identificar las potencialidades y debilidades de cada uno(a).

Es el reconocimiento responsable, ecuánime y sereno de aquellos rasgos físicos y psíquicos que nos limitan y empobrecen, así como aquellas conductas inapropiadas y/o erróneas de las que somos autores. También se refiere a la conciencia de nuestra dignidad innata como persona.

- **Autorespeto**

Esto tiene mucha relación con el amor hacia uno mismo, tiene que ver con los sentimientos y las emociones, la capacidad de la persona de sentirse orgulloso (a) de lo que es, de que realiza de sus posesiones. Consiste en buscar metas realistas y alcanzables, esforzarse por conseguirlas y separarse cada vez más (Barrenechea, 2001).

Es un concepto que está muy relacionado con el desarrollo personal, puesto que una autoconfianza alta permite superar los obstáculos que pueden ir surgiendo en el camino de un individuo a la hora de luchar por una meta. Cuando una persona tiene una autoconfianza elevada, está muy interesada en las tareas en las que participa porque se siente competente, ve los problemas como desafíos estimulantes, experimenta un compromiso elevado hacia sus intereses y actividades, y se recupera rápido de sus fracasos. (Comeau R., 2019)

Niveles de autoestima

De acuerdo a Coopersmith (1995), las personas pueden presentar estos niveles de autoestima:

Autoestima alta:

Hace referencia a la persona que cree fuertemente en sus valores y principios y que sobre todo está dispuesto a protegerlos, es la persona que obra acertadamente y confiado en sí mismo, tiene la seguridad de resolver sus propios problemas, es considerado por el mismo como interesante y valioso, nota y sabe cómo es que debe respetar las reglas y normas, estas personas, les gusta más como son ellos, que los demás, quieren ser mejores, por ende quieren madurar, mejorar, y ser resilientes saliendo adelante frente a sus problemas. Esta clase de autoestima está fundada de acuerdo a dos sentimientos de la persona para con sí misma: la capacidad y el valor. Los individuos con una autoestima positiva poseen un conjunto de técnicas internas e interpersonales que los hace enfrentar de manera positiva a los que deba enfrentar, tienden a adoptar una actitud de respeto no solo con ellos mismos sino con el resto.

Las personas con un alta autoestima, por lo general:

- Se relacionan mejor con las demás personas pero también aprecian y saben estar solas.
- Suelen lograr lo que se proponen y las metas que se plantean.
- Tienen confianza en sí mismos y saben lo que son capaces de lograr.
- Se sienten más capaces de enfrentarse a retos aun cuando saben que corren el riesgo de no lograrlos.
- Saben plantear sus puntos de vista, sus gustos, mostrar su opinión y decir cuando están de acuerdo y cuando no lo están
- Pueden aceptar sus errores sin sentirse unos fracasados.
- Tienen menos dificultades para expresarse o dar a conocer sus sentimientos.

Autoestima media o promedio:

En este nivel las personas tienen una buena confianza en sí mismas, no obstante, a veces esto puede no ser así, los individuos con este nivel intentan permanecer fuertes ante los demás, pero dentro de ellos sienten un gran temor. La autoestima tiene una base confiable y sólida,

pero no siempre está fijo, teniendo en cuenta que puede desarrollarse, fortalecerse y en algunos momentos puede reducir situacionalmente por decepción, caídas o frustraciones.

Autoestima-baja:

En este nivel implica a la persona un estado de insatisfacción, rechazo y desprecio de sí mismo, presenta características como vulnerabilidad a la crítica, considera que todos lo atacan con sus comentarios, lo hieren exageradamente, culpa de sus fracasos a los demás o a la situación, vive en resentimientos contra sus críticos, es incapaz de decir “no”, por miedo a desagradar, se exige demasiado a hacer todo perfecto, todo lo que intenta, se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores sin llegar a perdonarse por completo, siempre está a punto de derrumbarse por cosas que no tienen mucha importancia, todo lo sienta mal, todo lo angustia y lo decepciona, presenta un negativismo generalizado en su vida, su futuro, y sobre todo una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma.

Algunas de las características de la gente con autoestima baja son:

- Le tienen mucho miedo a la crítica y al rechazo. Como consecuencia, se aíslan, les cuesta trabajo establecer relaciones y/o no disfrutan de las que tienen.
- Se preocupan exageradamente por la imagen que le dan a los demás, por lo que siempre se sienten observados y criticados.
- Al no relacionarse, no obtienen la habilidad y satisfacción que podría ayudarlos, a cuestionar sus creencias equivocadas respecto a su valor personal.
- No se sienten dignos de ser tratados con respeto, cariño y admiración. Cuando los tratan de esta manera, sienten que están engañando a la gente, ya que, si de verdad los conocieran íntimamente, los rechazarían.
- Como no confían en sí mismos y les cuesta trabajo tomar decisiones, por temor a fallar, tienden a depender de los demás.
- Su estado de ánimo depende de cómo lo trata la gente, por lo que tienden a exigir mucho de los demás y a desilusionarse fácilmente.
- No aceptan los cambios porque no se sienten con la capacidad para enfrentarlos y resolver los problemas que surjan.
- Están a la defensiva, porque todo lo toman de manera personal y como crítica, ya sea directa o indirectamente.

- No están contentos con su apariencia física. (Bonet, 1997).

Importancia de la autoestima positiva

Es imposible la salud psicológica, a no ser que lo esencial de la persona sea fundamentalmente aceptado, amado y respetado por otros y por ella misma.

Abraham Maslow. La autoestima permite a las personas enfrentarse a la vida con mayor confianza, benevolencia y optimismo, y por consiguiente alcanzar más fácilmente sus objetivos y autorrealizarse. Permite que uno sea más ambicioso respecto a lo que espera experimentar emocional, creativa y espiritualmente. Desarrollar la autoestima es ampliar la capacidad de ser felices; la autoestima permite tener el convencimiento de merecer la felicidad. Comprender esto es fundamental, y redundante en beneficio de todos, pues el desarrollo de la autoestima positiva aumenta la capacidad de tratar a los demás con respeto, benevolencia y buena voluntad, favoreciendo así las relaciones interpersonales enriquecedoras y evitando las destructivas. El amor a los demás y el amor a nosotros mismos no son alternativas opuestas. Todo lo contrario, una actitud de amor hacia sí mismos se halla en todos aquellos que son capaces de amar a los demás.

Erich Fromm. Permite la creatividad en el trabajo, y constituye una condición especialmente crítica para la profesión docente. José-Vicente Bonet, en su libro *Sé amigo de ti mismo: manual de autoestima*, recuerda que la importancia de la autoestima es algo evidente:

La importancia de la autoestima se aprecia mejor cuando cae uno en la cuenta de que lo opuesto a ella no es la heteroestima, o estima de los otros, sino la desestima propia, rasgo característico de ese estado de suma infelicidad que llamamos «depresión». Las personas que realmente se desestiman, se menosprecian, se malquieren, no suelen ser felices, pues no puede uno desentenderse u olvidarse de sí mismo.

1. De disfrutar con una gran variedad de actividades.
2. Es sensible a los sentimientos y necesidades de los demás; respeta las normas sensatas de convivencia generalmente aceptadas, y entiende que no tiene derecho —ni lo desea— a medrar o divertirse a costa de otros.

Indicios negativos de autoestima

1. Autocrítica rigorista: tendente a crear un estado habitual de insatisfacción consigo misma.
2. Hipersensibilidad a la crítica: que la hace sentirse fácilmente atacada y a experimentar resentimientos pertinaces contra sus críticos.
3. Indecisión crónica: no tanto por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
4. Deseo excesivo de complacer: no se atreve a decir «no», por temor a desagradar y perder la benevolencia del peticionario.
5. Perfeccionismo: o autoexigencia de hacer «perfectamente», sin un solo fallo, casi todo cuanto intenta; lo cual puede llevarla a sentirse muy mal cuando las cosas no salen con la perfección exigida (Pérez, 1992).

La autoestima está íntimamente relacionada con las emociones y con la motivación que se experimentan cada momento y cada día. Es así que, según el tema práctica abordado, como es la violencia intrafamiliar, se indica la relación entre estas dimensiones:

Autoestima y Emociones

Cuando nos dejamos dominar por nuestras emociones, podemos actuar impulsivamente sin reflexionar ni tener en cuenta las consecuencias de nuestras acciones, palabras o inacciones. Emociones difíciles como la ira, el odio, el miedo, los celos, la envidia o la irritabilidad producen una actividad en el cuerpo y en la mente que puede llegar a nublar la mente y puede interferir de manera inadecuada en nuestra conducta. Para aprender a manejar nuestras emociones es imprescindible que seamos capaces de reconocer nuestros propios sentimientos y emociones y que aprendamos a identificar los sentimientos y emociones ajenos. (Sánchez A., 2021)

Autoestima y Motivación

Si hay algo que ya no está en duda en el mundo de la empresa es que el rendimiento depende más de la motivación que de la aptitud. O mejor dicho, puesto que el concepto de "motivación" recibe varias definiciones depende más de la actitud que de la aptitud. Con esto

no queremos decir que "motivación" y "actitud" sean sinónimas ya que precisamente las diferencias entre ambos irán apareciendo según recibimos las importantes diferencias entre autores a la hora de definir la "motivación".

El conseguir lo que planeamos nos hace sentirnos bien y se convierte en un estímulo para intentar lograr el siguiente objetivo, lo que contribuye a mantener una motivación positiva y a desarrollar la confianza en nosotros mismos. (Arrieta U., 2021).

Es fundamental también que las personas tengan un propósito general en su vida, que sea el motor que los lleve a enfrentar retos y dificultades en aras de lograr ese propósito general. Todos los días tenemos oportunidades para hacer los cambios necesarios que nos permitan mejorar nuestra condición de vida. (Monge B., 2016)

Autoestima en relación a la violencia

Las mujeres en muchas oportunidades soportan los maltratos producto de su baja autoestima, se sienten frustradas y fracasadas; los diferentes tipos de maltratos que tienen que vivir no dejan que ellas reaccionen y no permitan los abusos a los que son sometidas en su cotidianidad. Estas mujeres maltratadas por lo general asumen como normal el comportamiento machista, desconocen el nuevo rol que tiene la mujer en la sociedad, una convivencia en equidad dada por la ley, pero que se sigue imponiendo la violencia del hombre ante cualquier sugerencia de una relación diferente. Hay que mencionar que el hombre maltratador tiene como arma principal quebrantar a su víctima en la destrucción de su autoestima, al principio con críticas e insultos enmascarados, luego insultos abiertos, humillaciones y burlas, acompañado de golpes, agresiones sexuales y por último infundir miedo por medio de amenazas para tener el control absoluto de su vida. Se puede prescribir que la desvalorización de la mujer violentada distorsiona su autoestima desde el punto de vista de su victimario, convirtiéndose en un ser sumiso, desconocedora de la protección y oportunidades que la sociedad actual le puede ofrecer. (Pinargote E. y Chávez M., 2017).

3.2.RESILIENCIA

No es posible hablar de hechos estresantes, críticos o traumáticos, sin referirse a la resiliencia. Como ya se indicó, la resiliencia de hombres y mujeres explica en gran medida el comportamiento de ambos en el tema de violencia. La resiliencia es *“La capacidad de sobreponerse ante la adversidad. El conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” viviendo en un medio “insano”. Estos procesos dependen de afortunadas combinaciones entre atributos del sujeto y su ambiente familiar, social, y cultural”*. (Wagnild y Young, 1993: 17).

Sin embargo la resiliencia, como dimensión científica, es relativamente reciente. Hasta hace pocos años la palabra resiliencia no aparecía en el diccionario de la Real Academia Española de la Lengua. Esta palabra es importada de otras lenguas como el inglés que contiene términos similares: resilience, resiliency; así como de otras lenguas románicas como el francés resilir o resilience. Más allá de la importación del término, el vocablo tiene su origen etimológico a principios del siglo XVI proveniente del latín resilio y resilire, cuyo significado se asocia al hecho de dar un salto, saltar hacia o salir rebotado.

Actualmente la Real Academia Española señala en su versión online tres acepciones al término resiliencia. En primer lugar, la resiliencia se relaciona con la psicología y se define como la *“capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas”*. En segundo lugar, la resiliencia se vincula a la ingeniería mecánica como la *“capacidad de un material elástico para absorber y almacenar energía de deformación”*. En tercer lugar, desde el campo de la ecología, cuyo significado de la resiliencia es la *“capacidad de un ecosistema de recuperar la estabilidad en ser afectado por perturbaciones o inferencias”* o la *“capacidad de responder a las perturbaciones o desajustes del ciclo de la materia de un ecosistema y de recuperar la misma composición específica”*. (Heyzer, 2001: 25).

Desde que el término resiliencia fue incorporado a la psicología se utiliza para denominar la capacidad de una persona o grupo para resistir a un hecho estresante y hacer frente a una adversidad que afecta a su integridad. La resiliencia se entiende como aquella capacidad que

permite a las personas tener una respuesta mejor de la que cabría esperar dada una condición inicial de riesgo. Se considera además como aquella competencia que no solo permite hacer frente y recuperarse de un hecho traumático, sino que a su vez, permite salir fortalecido de dicha situación y promocionarse hacia un estado mejor que el habido en una situación anterior.

Estos procesos están estrechamente relacionados tanto con las características, habilidades, capacidades y cualidades personales; con las características y cualidades del ambiente familiar, social y cultural donde una persona se desarrolla; así como con las relaciones que se establezcan entre estos contextos y la persona. La resiliencia está relacionada con las características de la persona, de su entorno y de los contextos en los que la persona interactúa. Es en esta interacción con el medio donde pueden darse situaciones de riesgo y donde pueden desarrollarse respuestas más o menos ajustadas. La resiliencia se entiende como una predisposición a desarrollar una respuesta más ajustada de la que a priori debería darse delante de una situación adversa en un contexto determinado; como un proceso dinámico de carácter evolutivo que implica una adaptación personal y social positiva del individuo a pesar de la exposición a riesgos muy significativos.

No obstante, no es tanto la persona la que es resiliente, sino que lo es su evolución y proceso de vertebración de su propia historia vital. Dado que la resiliencia representa una manifestación de una conducta adaptativa delante de una situación de riesgo, lo que determina la respuesta es el equilibrio entre los factores y mecanismos que facilitan una respuesta adaptativa (factores de protección) y los factores y mecanismos que dificultan dicha respuesta (factores de riesgo). Los factores de protección hacen referencia a las influencias que modifican, mejoran o alteran la respuesta de una persona ante algún riesgo que predispone a un resultado no adaptativo.

En cambio, los factores de riesgo se entienden como *“aquellas condiciones biológicas, psicológicas o sociales que aumentan la probabilidad de que aparezca una determinada conducta, situación o problema que comprometen en menor o mayor medida el ajuste personal y social de las personas”*. (Heyzer, 2001: 27).

La conjunción de factores de riesgo y de protección es lo que determina una respuesta más o menos ajustada, siendo estos factores los que permiten comprender qué elementos influyen en que una persona tenga una respuesta más o menos adaptativa, a la vez que permiten comprender por qué una persona está más vulnerable o más resiliente.

En otras palabras, los factores de riesgo y factores de protección se conjugan entre sí determinando una respuesta más o menos ajustada de una persona ante una situación de riesgo en interacción con su entorno. La presencia de un factor puede darse en presencia o ausencia de otro, pudiendo haber una relación multicausal que determine la situación de riesgo. Los factores de riesgo no son equiparables a experiencias negativas directas, puesto que cada persona puede percibir una situación de riesgo de formas muy distintas, e incluso, lo que para una persona representa una situación de riesgo, para otra quizás no lo sea. De igual modo, los factores de protección no son equiparables a experiencias positivas directas ya que siempre se manifiestan de modo indirecto ante la presencia de riesgos, modificando en un sentido comparativamente más adaptativo que el esperable.

Otra característica a tener en cuenta es la dimensión temporal de los factores de riesgo y de protección. Ambos pueden ir asociados a situaciones permanentes o transitorias. De tal modo que un factor de riesgo o de protección puede estar presente en una situación a lo largo de toda la vida de la persona o por el contrario, puede manifestarse en momentos puntuales, e incluso puede presentarse de forma intermitente en diferentes momentos de la vida. Esto significa que la resiliencia puede cambiar con el tiempo, sobre todo si la persona se enfrenta a riesgos muy altos, así como en función de la percepción del riesgo que tenga, pudiendo manifestarse en algunos aspectos, situaciones y contextos vitales y en otros no.

En cuanto a la relación entre violencia de género y resiliencia no se puede asegurar que en aquellas personas en las que se da una situación traumática siempre se dará conflictos con la resiliencia, o más bien dicho, que tendrán una resiliencia baja. Esto se da a que tanto la persona como sus contextos de desarrollo también contribuyen activamente a los resultados que produce la combinación de factores de riesgo y factores de protección. Las personas

responden de manera peculiar a dichas influencias y afrontan mejor o peor la resolución de sus quehaceres vitales.

Por último, la resiliencia se considera como una capacidad que puede ser fomentada y desarrollada, un proceso de crecimiento, de adaptación y superación, que enfatiza las fortalezas y los aspectos positivos de los seres humanos. Esta adaptación personal y social suele resultar de una buena capacidad para utilizar los recursos internos y externos que permiten a las personas enfrentarse con éxito a la adversidad. Gran parte de las capacidades resilientes se observan en el tipo de relaciones e interacciones concretas que las personas son capaces de establecer en su entorno familiar y social.

Esta concepción actual de la resiliencia no ha sido siempre igual, siendo su recorrido mucho más rico y amplio. Quedarse en este nivel daría una visión muy empobrecida, con una falta notable de matices, sobre la evolución que ha ido tomando la resiliencia. Por lo tanto, en las siguientes páginas se profundiza en los antecedentes del concepto en las distintas corrientes que se han ido dibujando con el tiempo. (Heyzer, 2001).

De acuerdo a Wagnild y Young (1993) la resiliencia está formada por las siguientes dimensiones:

Ecuanimidad

Capacidad de conservar una perspectiva equilibrada de la vida propia y sus experiencias, enfrentar las situaciones adversas de una forma calmada, moderando la actitud ante los problemas.

Características:

- Tomar las cosas con mucha importancia
- Ser amigo de sí mismo
- Preguntarse continuamente de que se trata algo.

Perseverancia

Es la persistencia de continuar luchando ante la adversidad y construir una vida permaneciendo involucrado y practicando la autodisciplina.

Características:

- Planear algo
- Motivación para conseguir lo que se desea.
- Mantener interés por las cosas
- Tener auto disciplina.
- Mantenerse interesado(a) en las cosas.
- Saber cómo salir de situaciones difíciles

Confianza en sí mismo

Capacidad de creer en sí mismo y en las habilidades propias, además de reconocer nuestras fortalezas y limitaciones.

Características:

- Depender más de uno mismo
- Disfrutar de la soledad
- Ver una situación desde puntos diferentes
- Estar decidido
- Sobrellevar tiempos difíciles
- Generar confianza a los demás

Sentirse bien-solo

Capacidad de comprender que la vida es única y le pertenece a cada persona, se pueden compartir algunas experiencias, pero hay otras que deben enfrentarse solo, el sentirse-bien solo da un significado de libertad.

Satisfacción Personal

Hace referencia a la capacidad que tienen las personas de comprender que hay un significado en la vida y vivir por ello.

La construcción de la resiliencia.

Desde el punto de vista del desarrollo individual, el concepto de la resiliencia forma parte de las interacciones del niño con su entorno, en el ecosistema formado por el individuo, su familia y otros ámbitos sociales más o menos próximos: la escuela, la comunidad amplia y otros factores socioculturales vigentes en cada momento histórico. La construcción de la resiliencia depende del funcionamiento de los factores individuales, familiares, socioculturales y sus continuas interdependencias.

La globalización, como fenómeno social actual, tiene su influencia no sólo en las economías y las comunicaciones sino que afecta incluso a nuestro modo de vida privado, vivamos donde vivamos y seamos más bien privilegiados o marginados sociales. En los países desarrollados hay una mayor atención a las necesidades sociales y educativas de la población, mejora el respeto de los derechos individuales, y se tiende a la resolución de los conflictos por medio del diálogo y la negociación. Los valores asociados al progreso socioeconómico y la cultura democrática penetran en la vida de las familias y en los entornos sociales inmediatos: la escuela, los servicios comunitarios, la convivencia social. Estos valores influyen en la resiliencia.

Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo en las relaciones interpersonales y favorecen los procesos de resiliencia individual y de los grupos sociales, pero no evitan todo tipo de trastornos psicológicos. Pero el bienestar psicológico no se deduce necesariamente de “la riqueza bruta” sino de la calidad y la manera en que se estructuran las interacciones, aspectos en parte autónomos respecto de las condiciones sociales y materiales de vida. Hay que tener en cuenta que el desarrollo económico de un país no es uniforme para todos sus habitantes y que en las sociedades más desarrolladas coexisten la pobreza y la riqueza. Las familias que cuentan con medios materiales y culturales propios y en su entorno para atender adecuadamente a las necesidades de sus miembros reducen las fuentes de conflicto y, en consecuencia, se reducen los índices de trastornos.

La familia resiliente es la que se desenvuelve en una dinámica de interacción positiva, basada en el afecto y el apoyo mutuo, protege a sus miembros de circunstancias negativas del entorno social y estimula la formación y la autonomía de los hijos. De esta manera, ayudándoles a ser competentes como futuros adultos, las familias contribuyen al desarrollo de la resiliencia. Los factores internos del individuo y los factores del entorno inmediato que favorecen la resiliencia son difíciles de diferenciar, pues están íntimamente relacionados. Se sabe que se reducen las fuentes de estrés infantil al poseer una buena constitución física y un sistema inmunitario adecuado, en la ausencia de contagios y enfermedades importantes, cuando las intervenciones médicas son puntuales y de carácter preventivo. Un niño fundamentalmente

sano y de apariencia agradable tiene más posibilidades de evolucionar sin trastornos psicológicos que un niño con anomalías físicas, discapacidades y necesitado de cuidados socio-sanitarios.

Tanto el desarrollo prenatal como las maneras de realizar la crianza en las primeras edades remiten a las características de los padres, su formación y equilibrio mental. Incluso las actitudes positivas de los padres pueden contribuir a hacer más llevaderas las dificultades derivadas de ciertas limitaciones físicas, discapacidades o enfermedades de los hijos. El temperamento ha sido destacado como uno de los factores constitucionales no inmediatos que favorecen la resiliencia. Los niños de temperamento fácil, los que sonríen, los que agradan a primera vista, los que olvidan con prontitud las pequeñas frustraciones de cada día, son fáciles de educar y atender, y vinculándose socialmente de manera adecuada construyen un recurso protector que les puede llevar a ser resilientes. En cambio, el temperamento difícil, asociado a la actividad excesiva o muy escasa, la distractibilidad, el negativismo, altos niveles de reactividad e irritabilidad supone un riesgo de alteraciones psicológicas posteriores. (Villavicencio, 2001).

Habría que pensar si lo que llamamos temperamento no está a su vez influido por las condiciones de desarrollo prenatal, las cuales remiten a la salud física y emocional de la madre y a sus condiciones de vida. El temperamento del recién nacido influye en las primeras cadenas de interacción con los padres, pero el inicio de las relaciones no determina toda la personalidad del niño. Si coinciden un temperamento difícil, unos padres problemáticos y en unas condiciones sociales desfavorables, las relaciones se pueden volver muy conflictivas desde el principio. Incluso desde antes de nacer, la vida del niño está asociada a las personalidades, historias, condiciones, expectativas y valores de los padres.

La confluencia positiva de estos factores puede favorecer la creación de un nicho ecológico estable y favorable a la vinculación afectiva segura. El niño pequeño es capaz de adaptarse positivamente a distintos escenarios o climas familiares. La formación del apego seguro en un entorno familiar afectuoso y estable es uno de los mejores factores de protección y de desarrollo de la resiliencia para el niño. La estabilidad o inestabilidad temprana del medio

permite poner en marcha ciertos aspectos del temperamento como la reactividad a la frustración y crear estilos de afrontamiento más tendentes a la resistencia o a la vulnerabilidad. El apego seguro y el clima familiar positivo y protector proporcionan seguridad y establecen las condiciones para la exploración y el conocimiento del medio, para ampliar el marco de relaciones sociales y en definitiva para progresar en la autonomía, competencias de la infancia todas ellas protectoras frente a las adversidades futuras.

La mayoría de las características individuales asociadas a la resiliencia proceden de la educación y por lo tanto pueden aprenderse. En los distintos contextos socioeducativos las relaciones protectoras que contribuyen a la resiliencia son aquellas en las que se acepta al niño tal cual es, le transmiten un sentimiento de persona digna, valiosa, merecedora de afectos y atenciones, las que permiten trabar una relación constructiva. Un niño puede creer que la vida tiene sentido positivo y puede superar o sobrellevar una situación difícil cuando siente que es aceptado por alguien significativo para él y, al mismo tiempo, es alguien en quien poder focalizar sus necesidades de afecto de forma estable.

La relación que confiere al niño sentimientos de seguridad afectiva, altos niveles de autoestima y autoeficacia, promueve la autonomía, establece metas adecuadas a sus características y posibilidades, facilita las relaciones extrafamiliares y la formación de amistades, que es proporcionada por padres de todo tipo de contextos sociales, posibilita superar las adversidades y evitar los trastornos psicológicos. Cualquiera que sea la forma de estructuración, la familia sigue siendo el espacio de refugio en las dificultades personales y el punto de apoyo para los nuevos proyectos, en todas las etapas de la vida. No obstante, la construcción de la resiliencia trasciende el ámbito familiar hasta la comunidad. El individuo y las familias pueden encontrar apoyos sociales entre sus parientes, vecinos, grupos y asociaciones. Se debería profundizar en el estudio de las características de las comunidades que pueden cumplir esa función de resiliencia para los individuos y familias en riesgo de descompensación. (Villavicencio, 2001).

Al mismo tiempo, la dimensión comunitaria de la resiliencia nos orienta hacia la existencia de pueblos y comunidades resilientes que han salido fortalecidos tras haber sufrido desastres y

desgracias colectivas. La tendencia al agrupamiento de los inmigrantes con sus semejantes de origen y cultura destaca el apoyo psicosocial de la comunidad sobre el individuo en una situación generalmente de extrema dificultad.

Existen seis pasos para fortalecer la resiliencia fomentados desde la familia, la escuela y la comunidad. Tres de ellos tienen por objetivo mitigar los factores de riesgo procedentes del ambiente: enriquecer los vínculos prosociales, fijar límites claros y firmes en la acción educativa y enseñar habilidades para la vida. Los pasos 4 al 6 son los que propician la resiliencia en el menor: brindar afecto y apoyo, establecer y transmitir expectativas moderadamente difíciles, realistas pero alcanzables, y, por último, brindar oportunidades de participación significativa. De estos seis pasos el primero, el más importante y permanente es el afecto, pues parece imposible superar las dificultades y crecer humanamente sin el alimento del afecto.

Los resultados de estos seis pasos generan personas optimistas, responsables, con alto grado de autoestima y autoeficacia. En los contextos desfavorecidos la acción social debe orientarse hacia el fortalecimiento de las partes más sanas de las relaciones familiares. Pero hay que tener en cuenta que también en la escuela y en otros ámbitos se producen experiencias educativas relevantes que se han de cuidar y estimular. Las oportunidades de tener rendimientos escolares adecuados, la integración social y laboral, la participación en grupos y acciones prosociales son algunas de las medidas que promueven la resiliencia y evitan el riesgo de conductas que conducen al fracaso, la marginación y la conflictividad social. Cuando el menor ha sido víctima de experiencias traumáticas, se hace necesaria la construcción de la resiliencia tanto para superar los posibles trastornos asociados como para prevenir posteriores fracturas.

Más que de un suceso negativo concreto el daño psicológico proviene en mayor medida del sentido que le da el niño y del que le transmite su entorno. Por consiguiente, la orientación de la resiliencia debe estar enfocada no a olvidar el pasado sino a comprenderlo y darle un sentido que reduzca la posibilidad de reproducirlo, evitando la victimización continua y la sobreprotección. Todos los que trabajan con menores víctimas de experiencias traumáticas pueden contribuir a la resiliencia con actitudes que les ayuden a valorar la vida, proyectarse en

el futuro, sentirse responsables de sí mismos, perdonar y comprometerse en ayudar a otros que siguen sufriendo. También el desarrollo del sentido del humor, poner risas a las desgracias e implicarse en actividades culturales son medios para superar los traumas y mirar el futuro con optimismo. Todas las personas tienen algo de resiliencia y todas pueden promover la resiliencia en cuanto que son responsables de otros y pertenecen al entorno de los demás.

Todo lo que contribuye a mejorar las relaciones de calidad con los demás, a comprenderles y aceptarles a pesar de las diferencias, favorece la resiliencia propia y la de los demás. Aunque la perspectiva de la resiliencia es novedosa en la literatura científica, los niños y adultos de todas las épocas han contribuido a la resiliencia de los grupos y de los individuos, a menudo sin pretenderlo. Una determinada frase, una mirada, el cogerse de la mano, actos que para algunos son naturales e incluso triviales pueden ser de una gran repercusión emocional. Imaginarse un futuro mejor proporciona un enorme poder protector y transformador para alguien que ha sufrido. (Villavicencio, 2001).

Resiliencia en casos de violencia

La resiliencia es una característica que desarrollan algunas personas, esta les permite enfrentar estas situaciones adversas, sobreponerse e intentar seguir en un ritmo de vida favorable, siendo especialmente importante cuando las situaciones son de violencia. La importancia de la resiliencia en las personas radica en que a pesar de haber tenido un trauma debido a la violencia, se puede salir de esta situación y potenciar un nuevo proyecto de vida, de la mano de personal con el conocimiento necesario para potenciar los pilares de la resiliencia. La resiliencia aporta a las mujeres víctimas de violencia la fortaleza necesaria para salir de situaciones difíciles, aumenta la autoestima, y da herramientas para que la mujer en relación con el ambiente que la rodea pueda actuar sobre él y crear barreras de protección. (Lazo D., 2021)

Para destacar y potenciar las capacidades que cada mujer puede desarrollar, las mujeres deben tener la capacidad de poner un alto ante cualquier tipo de maltrato, que en la mayoría de los casos se da por su pareja. Se considera que las mujeres maltratadas no gozan de un buen estado de salud y tienen una menor capacidad de resiliencia, entonces se debería profundizar en el conocimiento del estado de salud de las mujeres violentadas por su pareja, especialmente

en prevención, y resaltando la importancia sobre su capacidad resiliente. Las mujeres que generan resiliencia y que a su vez son sobrevivientes de violencia, muestran empoderamiento en su desarrollo personal, reconocen que si vivieron violencia y no se esconden tras esta barrera, confían en sus capacidades, se sienten orgullosas de sus logros pueden adaptarse fácilmente a la adversidad, regularizan positivamente el miedo al agresor, manejan sus emociones en los momentos precisos y fortalecen sus mecanismos de auto protección y autoestima. (De Mera y Moreira, 2018).

3.3.RELACIÓN ENTRE AUTOESTIMA Y RESILIENCIA

La autoestima es un pilar fundamental de la resiliencia, es el pilar que promueve conductas resilientes en las personas. Dado que es la forma en que se demuestra la valía personal y el respeto de sí mismo a partir del cual empieza a reconstruirse con una visión positiva, dado que se descubre a sí mismo, reconoce sus fortalezas y oportunidades y las utiliza para tener éxito en la vida. Por el contrario, algunos señalan que una autoestima baja influye de manera negativa en la resiliencia y mayores niveles de autoestima favorecen las actitudes resilientes. (Hoyos S., 2021)

La autoestima y la resiliencia son dos conceptos profundamente relacionados. Una persona con una alta autoestima tendrá una mayor capacidad de sobreponerse a cualquier dificultad que se le presente, y eso implica tener una mayor resiliencia. De igual forma es posible fortalecer la autoestima a través de una actitud resiliente ante las dificultades. En este sentido, podríamos decir que tanto la autoestima como la resiliencia son las dos caras de una misma moneda y la una no puede existir sin la otra. No es posible tener una alta autoestima sin una capacidad de resiliencia bien desarrollada y de igual forma es muy complicado afrontar los problemas con resiliencia si se carece de una buena autoestima. (Gonzales J., 2019)

CAPÍTULO IV
“DISEÑO METODOLÓGICO”

4.1. ÁREA A LA CUAL PERTENECE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación pertenece al área de la Psicología social, las investigaciones en el área social son aquellas cuyo propósito central es comprender, explicar y predecir cómo los pensamientos, sentimientos y acciones de los individuos son influenciados como consecuencia de su entorno social. Allport (1897–1967)

4.2. TIPIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación diseñada tiene las siguientes características:

Es de tipo **exploratorio** puesto que en la ciudad de Bermejo existe muy poca información que relacione la violencia de género con la autoestima y resiliencia, *“La investigación exploratoria consiste en proveer una referencia general de la temática, a menudo desconocida, presente en la investigación a realizar. Entre sus propósitos podemos citar la posibilidad de formular el problema de investigación, para extraer datos y términos que nos permitan generar las preguntas necesarias. Asimismo, proporciona la formulación de hipótesis sobre el tema a explorar, sirviendo de apoyo a la investigación descriptiva”*. (Hernández et al, 2014: 58).

Asimismo, puede ser tipificada como un estudio **descriptivo** ya que su meta principal es citar las diferentes características de las mujeres que sufren de violencia de género: autoestima y resiliencia. Además se puede rotular como un estudio correlacional, puesto que uno de los objetivos fundamentales de este estudio es establecer la relación entre las variables, violencia de género con la autoestima y resiliencia. No se pretende explicar los factores causales ni establecer efectos de la violencia de género; la meta de este estudio es establecer la correlación en un momento dado de las variables indicadas, sin afirmar ni negar la relación causal que tiene la una sobre la otra. Según Hernández, (2003)

Correlacional, Según Hernández, (2003) “La investigación correlacional es un tipo de estudio que tiene como propósito evaluar la relación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables (en un contexto en particular). Los estudios cuantitativos correlacionales miden el grado de relación entre dos o más variables (cuantifican relaciones). Es decir, miden cada

variable presuntamente relacionada y después también miden y analizan la correlación. Tales correlaciones se expresan en hipótesis sometidas a prueba”

Según la finalidad se puede calificar como un estudio eminentemente **teórico**, ya que la meta primordial del mismo es generar información relacionada con la violencia de género, la autoestima y la resiliencia. Este estudio no pretende resolver ningún problema puntual ni actuar sobre el fenómeno de estudio con el fin de cambiarlo.

Desde otro punto de vista, la investigación realizada tiene un enfoque **cuantitativa**, ya que se emplea instrumentos objetivos, de respuestas cerradas, cuyos resultados se expresan de manera numérica. Los datos son expuestos estadísticamente.

Finalmente, la investigación ejecutada corresponde a la categoría **transversal** ya que la valoración de las diferentes variables se realiza en un momento determinado estableciéndose un corte en el proceso del fenómeno. Es decir, la muestra que se estudia en un corte representativo de las distintas variables, empleando para esto diferentes personas según las categorías establecidas en las variables de selección y no se realiza un seguimiento de la evolución del fenómeno en las mismas personas.

4.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

4.3.1. POBLACIÓN

La población de la presente investigación está compuesta por las mujeres que sufren violencia por parte de su pareja, de la ciudad de Bermejo, en la gestión 2022. No existe ninguna fuente documental que permita conocer el número exacto de mujeres agredidas por la pareja. Por lo tanto se puede hacer una inferencia aproximativa tomando en cuenta los datos proporcionados por el INE.

En una publicación del INE que expone: *“El Instituto Nacional de Estadística (INE) informó con base en la Encuesta de Prevalencia y Características de la Violencia contra las Mujeres (EPCVcM) 201, que en el Ámbito Privado 44 de cada 100 mujeres de 15 años o más de edad, casadas o unidas, manifestaron agresiones por parte de su pareja. En los últimos 12 meses, el mayor porcentaje de violencia corresponde a las mujeres de 15 a 28 años con 48,2%, seguido de las mujeres de 29 a 39 años con 46,4%.* (La Paz, 30 de mayo de 2019, S/P).

Según el INE el Departamento de Tarija para el año 2022, tendrá un total de 583000 habitantes, de los cuales 168.000 viven en la ciudad de Bermejo y 87.000 son mujeres. Tomando como referencia que según el INE el 48.2% de las mujeres ha sufrido algún tipo de violencia, se tendría que la población total de la presente investigación es de **41934 mujeres**.

Las variables de selección (o inclusión) son las siguientes:

1. Estado civil.
 - a) Soltera.
 - b) Casadas o concubinas.
 - c) Divorciadas/ separadas
2. Nivel educativo
 - a) Bachiller.
 - b) Universitario.
 - c) Profesional.

4.3.2. MUESTRA

La muestra está conformada por todas las mujeres víctimas de violencia de género que asisten al Departamento de psicología de la secretaría municipal de la mujer y familia. Dirección de atención social, familia y generacional Bermejo; Defensoría de la Niñez y Adolescencia. En la gestión 2022, existen 220 mujeres asistentes.

El proceso de muestreo es no probabilístico, es decir es intencional, se procedió a identificar a mujeres que sufrieron algún tipo de agresión por parte de la pareja, mediante el Departamento de Psicología de la Secretaría municipal de la mujer y familia. Dirección de atención social, familia y generacional Bermejo. Defensoría de la Niñez y Adolescencia. Previa consulta a las mujeres sobre su disposición de participar en la investigación, se hizo el contacto vía virtual.

Para llegar a entrevistar a las mujeres víctimas de violencia se coordinó con la directora del Departamento de psicología de la secretaria municipal de la mujer y familia. La directora proporcionó el acercamiento al grupo de líderes denominadas las cuñas ruidosas, mujeres organizadas en defensa de las víctimas que asisten a los programas de asistencia a víctimas de

violencia de género, a través de ellas se pudo contactar a otras mujeres víctimas de violencia de género y se estableció una comunicación virtual con cada una de ellas (mensaje de texto), para solicitarles su participación en la investigación, una vez aceptada la solicitud se procedió a tomar los datos personales de cada una para así poder realizar los test psicológicos de manera presencial explicándoles la consigna de cada test aplicado.

4.4. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

4.4.1. MÉTODOS

Los métodos usados para la realización de la presente investigación se los presenta en dos acápites: en primer lugar, los métodos en base a los cuales se estructura la investigación y en segundo lugar, los métodos referidos a la recolección de los datos.

Métodos de la estructura lógica de la investigación:

Método analítico. Las metas del proyecto planteado sobre todo son de naturaleza analítica, ya que pretenden valorar la resiliencia, autoestima en las mujeres víctimas de violencia de género. Todos estos objetivos se abocan a identificar elementos de un todo.

De alguna manera, y en menor grado, se emplea el método sintético, pues se saca conclusiones sobre la relación entre dos variables, como por ejemplo entre la autoestima y resiliencia. Es decir, luego del análisis se saca una síntesis sobre dicho fenómeno.

Método deductivo. Los resultados arrojados por la batería de test planteados en el estudio, serán interpretados empleando la lógica deductiva, pues dichos resultados cobran sentido al compararlos con los parámetros establecidos en un baremo, es decir, la norma o ley general (baremo) les da su interpretación respectiva al resultado (dato particular).

En el mismo sentido, las hipótesis fueron formuladas mediante un proceso hipotético deductivo, pues los conocimientos previos que se tienen sobre la violencia de género, fueron formulados a través de una hipótesis cuya naturaleza se basa en una deducción de una teórica psicológica. Por ejemplo, la primera hipótesis que afirma que el nivel de autoestima de las mujeres que sufren violencia de género es bajo, se basa, o fue deducida, de la teoría de Coopersmith.

4.4.2. TÉCNICAS

Al interior del método de los test estandarizados que se emplearon, se puede identificar una técnica particular:

Test psicométricos. Todos los test estandarizados empleados en la presente investigación son de naturaleza psicométrica, es decir, se basan en escalas estructuradas, objetivas y sus resultados se procesaron de manera estadística. No existe ningún test proyectivo ni de naturaleza cualitativa que se haya empleado en esta investigación.

4.4.3. INSTRUMENTOS

Los diferentes instrumentos que se emplean en este estudio se los presenta a continuación dentro de una tabla, en función de las variables, los métodos y técnicas a los cuales corresponden.

Variable	Técnicas	Instrumentos
Autoestima	Tests Psicométricos (inventario)	Test de autoestima de Coopersmith
Resiliencia	Tests Psicométricos (escala)	Escala de resiliencia (R.S.) Wagnild y Young

A continuación se describe la ficha técnica de cada uno de los instrumentos que se emplearon en la presente investigación:

1. **INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH**

Autor: Stanley Coopersmith

Aplicación: A personas de 16 años en adelante

Técnica: Inventario

HISTORIA DE CREACIÓN Y BAREMACIÓN.

Uno de los estudios clásicos acerca de la autoestima fue realizado por Coopersmith en 1967, quien trabajó con una muestra de 1947 niños de diez años a los que se les administró el Coopersmith Self-Esteem Inventory (S.E.I) y un cuestionario de comportamiento social. En su trabajo aisló 4 factores altamente significativos para la autoestima; éstos son:

- ___ La aceptación, preocupación y respeto recibidos por las personas, y la significación que ellos tuvieron.
- ___ La historia de éxitos y la posición (status) que la persona tiene en la comunidad.

— La interpretación que las personas hacen de sus experiencias; cómo estas experiencias son modificadas por las aspiraciones y valores que ellas tienen.

— La manera que tienen las personas de responder a la evaluación.

El autor escribe el instrumento “como consistente en 50 ítems referido a las percepciones del sujeto en cuatro áreas: sus pares, padres, colegio y sí mismo.

Posteriormente en el instrumento, en el año 1972 se lo adaptó para una población de 16 años en adelante (SEI). El Inventario de Autoestima de Coopersmith para Adultos, toma como referencia los primeros 25 ítems del primer inventario de niños. Está compuesto por 25 ítems, en los que no se encuentran incluidos ítems correspondientes a la escala de mentiras.

La prueba se encuentra diseñada para medir las actitudes valorativas con adolescentes y adultos a partir de los 16 años de edad en adelante. Los ítems se deben responder de acuerdo a si el sujeto se identifica o no con cada afirmación en términos de verdadero o falso.

Los 25 ítems del inventario generan un puntaje total así como puntajes separados en Tres áreas:

I. AUTOESTIMA RELACIONADA CON EL SÍ MISMO: Se refiere a las actitudes que presenta el sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.

II. AUTOESTIMA SOCIAL: Se encuentra construido por ítems que refieren las actitudes del sujeto en el medio social frente a sus compañeros o amigos. Así como sus referentes a las vivencias en el interior de instituciones educativas o formativas y las expectativas en relación a su satisfacción de su rendimiento académico o profesional.

III. AUTOESTIMA FAMILIAR: Expone ítems en los que se hace referencia a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia.

El sujeto debe responder de acuerdo a la identificación que se tenga y no con la afirmación en términos de Verdadero (Tal como a mí) o Falso (No como a mí).

Validez y confiabilidad.

El (S..E..I..) ha sido validado a través de varias investigaciones en los últimos 30 años, en diferentes países latinoamericanos. Por ejemplo se hizo una adaptación del instrumento para Chile que fue luego probada en una muestra de más de 1300 estudiantes de Enseñanza Media (más de 16 años), representativa para la comuna de Concepción. Sobre la base de los resultados obtenidos, se elaboraron luego normas de puntaje T para cada una de las escalas del Inventario y se hicieron los estudios de confiabilidad y validez. En éstos se obtuvieron coeficientes con valores entre los 0.81 y 0.93 para las diferentes escalas.

En un estudio realizado en Perú se trabajó con una muestra de 360 participantes de la Clínica Estomatológica de la UPAO de Lima Perú, mediante la cual se determinó la confiabilidad del instrumento utilizando el “Coeficiente alfa de crombach” donde el alfa obtenido fue de 0.865. Se concluyó que el test mide lo que pretende medir. El índice de fiabilidad y validez es de 0.817 evaluado con el coeficiente de Alfa de Crombach, con 25 ítems y no es necesario prescindir de ninguno.

Sobre la base de los resultados obtenidos, se elaboraron luego normas de puntaje T para cada una de las escalas del Inventario y se hicieron los estudios de confiabilidad y validez. En éstos se obtuvieron coeficientes con valores entre los 0.81 y 0.93 para las diferentes escalas. En relación al sexo, no se encontraron diferencias significativas. (Brinkmann, 1989).

Validez. Panizo (1985) Utilizó el procedimiento de análisis de correlación ítem-sub escala, encontrando un valor de $r = 0.9338$ para la escala de Sí mismo o Yo General, con un nivel de significancia de 0.001 para todos los ítems. Así mismo, se encontró una correlación altamente significativa entre los totales de la sub- escalas y el puntaje total del Inventario. Cardó (1989) Empleó también el procedimiento ítem-área, encontrando que 11 ítems eran significativos al ,01 y 47 ítems eran significativos el, 05, por lo que se halló una adecuada validez de constructo. Cardó (1989) Determinó la validez de constructo, hallando la correlación ítem-test a través del coeficiente de correlación bise rial-puntual, encontrándose que 33 ítems tienen un nivel de significancia de ,001; 12 ítems de ,01 y 13 ítems de ,05. Así

mismo, determinó por medio del mismo coeficiente, la correlación ítem-área, hallando que todos los ítems fueron unánimemente significativos al ,001.

Confiabilidad. Panizo (1985) Utilizó el procedimiento de análisis de correlación ítem-sub escala, encontrando un valor de $r =$ de 0.9338 para la escala de Sí mismo o Yo General, con un nivel de significancia de 0.001 para todos los ítems. Así mismo, se encontró una correlación altamente significativa entre los totales de la sub- escalas y el puntaje total del Inventario. Posteriormente, se calculó el índice de correspondencia, lo cual indicó la validez de contenido, hallando valores que oscilaban de 0.80 y 1 en los ítems, con un valor promedio general para todo el Inventario de 0,98, lo cual indica que el contenido que mide cada ítem es adecuado y representativo de cada escala.

Procedimiento de aplicación y calificación

Su administración es individual o colectiva y tiene un tiempo aprox. de 15 minutos; aunque no hay tiempo límite y está conformado por 25 proposiciones (ítems) donde el sujeto debe responder de manera afirmativa o negativa, consta de tres sub escalas: sí mismo, social y familia. Las preguntas se deben contestar de conformidad a si el individuo se reconoce o no con cada asentimiento en términos de verdadero o falso. El material consiste en un cuadernillo de los 25 ítems y una hoja de respuestas.

: La calificación se hace siguiendo cuatro plantillas perforadas que contienen la clave de respuestas, cada respuesta vale un punto, así mismo un puntaje total de autoestima que resulta de la suma de los totales de las sub. – escalas multiplicadas por 4 (cuatro). La calificación es un procedimiento directo, el sujeto debe responder de acuerdo a la identificación que se tenga o no con la afirmación en términos de verdadero (tal como a mi) o falso (no como a mi), donde verdadero equivale a 1 y falso equivale a 0. Los puntajes se obtiene sumando el número de ítem respondido en forma correcta (de acuerdo a la clave) y multiplicando éste por dos (4), siendo al final el puntaje máximo 100.

Clave de respuestas:

Ítems verdaderos: 1, 4, 5, 8, 9, 14, 19, 20.

Ítems falsos: 2, 3, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17,18, 21, 22, 23, 24, 25.

Categorías, construida en base a los percentiles:

De 0 a 25	Nivel de autoestima bajo.
De 26 a 50	Nivel de autoestima medio-bajo.
De 51 a 75	Nivel de autoestima medio-alto.
De 76 a 100	Nivel de autoestima alto.

2. ESCALA DE RESILIENCIA (R.S.)

FICHA TÉCNICA

Nombre: Escala de Resiliencia.

Autores: Wagnild, G. Young, H. (1993).

Procedencia: Estado Unidos.

Adaptación peruana: Novella (2002).

Administración: Individual o colectiva.

Duración: Aproximadamente de 25 a 30 minutos.

Aplicación: Para adolescentes y adultos.

Significación: La Escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien-solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción. Asimismo, considera una Escala Total.

Técnica: Escala

Historia de creación y baremación

La escala de resiliencia fue construida por Wagnild y Young en 1988, y fue revisada por los mismos autores en 1993. Está compuesta de 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos.

La Escala de Resiliencia (R.S.) elaborada por Wagnild y Young en 1993 y traducida y adaptada por la Dra. Alicia Omar investigación CONICET Argentina 2003) uno de los pocos instrumentos psicométricos existentes en la actualidad que permiten evaluar fiable y válidamente los niveles de adaptación psicosocial frente a eventos importantes de la vida.

Garantiza en todo momento el cumplimiento de todos los principios éticos y deontológicos en el proceso de evaluación, así como también el anonimato y la confidencialidad de todos los datos obtenidos en el estudio.

La escala presenta dos factores, cada uno de los cuales refleja la definición teórica de resiliencia.

Factor I

Competencia personal

Que indica auto-confianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia. Comprende 17 ítems.

Factor II

Aceptación de uno mismo y la vida

Representa adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable.

Estos ítems reflejan aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad. Comprende 8 ítems.

Confianza en sí mismo.- Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.

Satisfacción personal. - Está referida al comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.

Sentirse-bien solo. - Referida a la comprensión que la senda de vida de cada persona es única mientras se comparte algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse sólo, el sentirse-bien estando solo nos da sentido de libertad y un significado de ser personas únicas:

Perseverancia. - Está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para constituir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina.

Ecuanimidad. - Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y esperar

tranquilo y tomar las cosas como vengan; por ende, se moderan las respuestas extremas ante la adversidad.

Confiabilidad. La prueba piloto tuvo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.89 (Adaptación a una población peruana). Los estudios citados por Wagnild y Young dieron confiabilidades de 0.85 en una muestra de cuidadores de enfermos de Alzheimer; 0.86 y 0.85 en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas; 0.90 en madres primerizas post parto; y 0.76 en residentes de alojamientos públicos. Además, con el método testretest la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son respetables.

El año 2004 se realiza una nueva adaptación de la Escala de Resiliencia por un grupo de profesionales de la facultad de psicología Educativa de la UNMSM realizada en una muestra de 400 estudiantes varones y mujeres entre 13 a 18 años de edad de tercer año de secundaria de la UGEL 03, obteniéndose una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.83.

Validez

La validez concurrente se demuestra por los altos índices de correlación de la ER con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia. Según el criterio de Kaiser, se identifican 5 factores.

La validez del contenido se da a priori, pues los ítems fueron seleccionados acorde con aquellos que reflejaban las definiciones de resiliencia, a cargo de los investigadores, dos psicometristas y dos enfermeras. Los ítems tienen una redacción positiva.

La validez concurrente se da al correlacionar altamente con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia como:

Depresión, con $r = -0.36$, satisfacción de vida, $r = 0.59$; moral, $r = 0.54$; salud, $r = 0.50$; autoestima, $r = 0.57$; y percepción al estrés, $r = -0.67$. En cuanto a la validez, se utilizó en esta investigación el análisis factorial para valorar la estructura interna del cuestionario, con la

técnica de componentes principales y rotación oblimin, que nos mostró 5 factores que no están correlacionados entre sí.

Procedimiento de aplicación y calificación

Los 25 ítems puntuados en una escala de formato tipo Likert de 7 puntos donde: 1, es máximo desacuerdo; 7, significa máximo de acuerdo. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem; y a todos los que son calificados positivamente de entre 25 a 175 serán puntajes indicadores de mayor resiliencia.

En la adaptación peruana (Novella, 2002) estos son los factores de la Resiliencia:

1. Ecuanimidad: Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, tomar las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad.
2. Perseverancia: Persistencia ante la adversidad o el desaliento, tener un fuerte deseo del logro y autodisciplina.
3. Confianza en sí mismo: Habilidad para creer en sí mismo, en sus capacidades.
4. Satisfacción personal: Comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.
5. Sentirse bien-sólo: Nos da el significado de libertad, de ser únicos y muy importantes.

Los resultados se expresan en base a una tabla de doble entrada, la misma que constituye el perfil de resiliencia de la persona evaluada:

RESILIENCIA NIVELES	RESILIENCIA - FACTORES					
	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Sentirse bien-solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Total
1: Baja(0-25)						
2: Medio-bajo (26-50)						
3: Medio-alto (51-75)						
4: Alto(76-100)						
Total						

4.3.4. PROCEDIMIENTO

El procedimiento permite conocer el desarrollo de la investigación descubriendo, como cada una de las fases se desarrolla. A continuación se detalla el procedimiento que se ejecutó en la presente investigación:

Primera Fase: Revisión webgráfica. En esta etapa se analizó minuciosamente las diferentes investigaciones relacionadas con el tema de estudio. No se ha adoptado una corriente psicológica en particular ya que las variables consideradas en esta investigación tienen autores que responden a distintos enfoques psicológicos y teóricos. Asimismo, se ha establecido contacto con el Departamento de Psicología de la Secretaría de Municipal de la Mujer y Familia Bermejo. Dirección de atención social, familia y generacional. Defensoría de la Niñez y Adolescencia, para la presentación del trabajo de investigación y la obtención de la muestra necesaria para el estudio.

Segunda Fase: Selección de los Instrumentos. En esta fase se procedió a la selección de los instrumentos, observando su factibilidad en base a los objetivos que se plantearon en la investigación.

Tercera Fase: Selección de la Muestra. La muestra se seleccionó a través de un procedimiento intencional por la información proporcionada por el Departamento de Psicología de la Secretaría de Municipal de la Mujer y Familia. Dirección de atención social, familia y generacional Bermejo. Defensoría de la Niñez y Adolescencia.

Cuarta Fase: Recojo de la información. Los instrumentos fueron aplicados de manera presencial en este orden: test de autoestima y test de resiliencia.

Se procedió a aplicar los test a todas las mujeres de Bermejo; en un promedio de veinte días, aplicando los dichos test en el lugar donde ellas se encontraban (casa, trabajo). En primer lugar agradeciendo la aceptación al brindarnos su tiempo para poder llevar a cabo la aplicación de los test, así también se continuó dando las instrucciones de dicho test de una manera entendible para que ellas puedan responder de la mejor manera. Finalizamos dándoles las gracias por su cooperación.

Quinta Fase: Procesamiento de la Información. Los datos arrojados por los diferentes instrumentos fueron procesados de manera cuantitativa. La parte estadística se la realizó mediante el programa estadístico SPSS con el cálculo de medidas de tendencia central, cruce de variables, tablas y gráficas descriptivas.

Sexta Fase: Redacción del Informe Final. En esta etapa se realizó un análisis pormenorizado de todos los datos extractados a través de la aplicación de los instrumentos. Mediante tal proceso se interpretaron los datos recogidos, los mismos que permitieron refutar o aceptar las hipótesis y llegar a las conclusiones respectivas para responder a los objetivos planteados.

CAPÍTULO V
“ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS
RESULTADOS”

5. Análisis e interpretación de los resultados

El objetivo de este capítulo es presentar todos los datos recogidos tras el proceso de evaluación. Dichos datos están ordenados según los objetivos específicos planteados y según las variables evaluadas. La información se presenta de manera estadística y, a su vez, se hace un análisis teórico minucioso.

5.1. PRIMER OBJETIVO ESPECÍFICO

De acuerdo al primer objetivo; “Identificar el nivel de autoestima (autoestima relacionada con el sí mismo, autoestima social y autoestima familiar) en mujeres víctimas de violencia de género”, se encontró que:

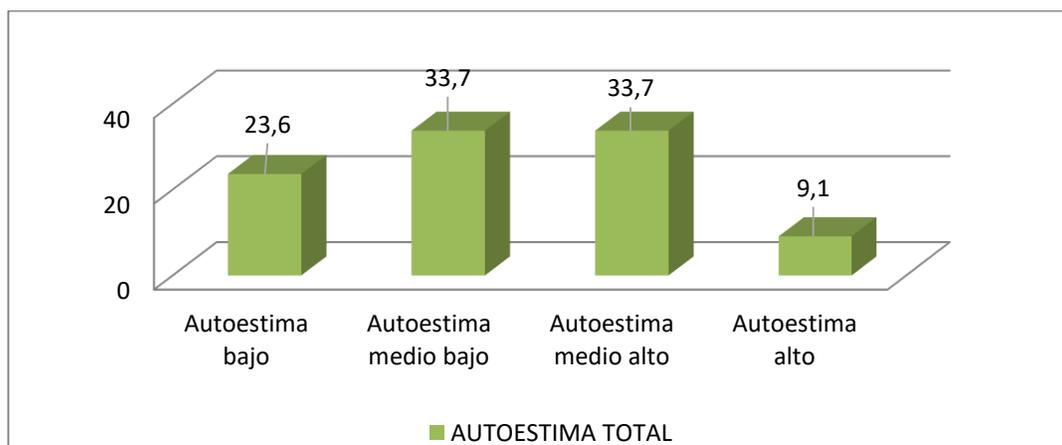
Cuadro n°1

Autoestima general

	Frecuencia	Porcentaje
Autoestima bajo	47	23,6
Autoestima medio-bajo	68	33,7
Autoestima medio-alto	68	33,7
Autoestima alto	17	9,1
Total	200	100,0

Gráfico n° 1

Autoestima general



Fuente: Inventario De Autoestima De Coopersmith

En esta parte inicial, se muestran los resultados en relación a la autoestima, la cual de acuerdo a Coopersmith (1967) se entiende como *“una apreciación que mantiene la persona en referencia a sí mismo, expresando una postura de aprobación o desaprobación, indicando que tanto el individuo se siente capaz, significativo, con éxito, y merecedor en todos los aspectos de su vida”*.

De acuerdo al cuadro y gráfico presentados, se observa que los puntajes más significativos indican que el 33,7% de las mujeres presentan un nivel de autoestima medio-bajo y el 33,7% presenta un nivel de autoestima medio-alto, analizando estos datos se evidencia que hay una tendencia hacia un nivel intermedio de autoestima, esto quiere decir que son mujeres que pueden presentar una apreciación favorable sobre sí mismas, aunque en algunas oportunidades esto puede ser irregular y este nivel de autoestima puede bajar. En relación a los niveles medios de autoestima, Coopersmith (1995) indica que *“en este nivel las personas tienen una buena confianza en sí mismas, no obstante, a veces esto puede no ser así, los individuos con este nivel intentan permanecer fuertes ante los demás, pero dentro de ellos sienten un gran temor. La autoestima tiene una base confiable y sólida, pero no siempre esta fijo, teniendo en cuenta que puede desarrollarse, fortificarse y en algunos momentos puede reducir situacionalmente por decepción, caídas o frustraciones”*.

De la misma manera, se observa que el 23,6% de las mujeres víctimas de violencia de género, presentan un nivel de autoestima bajo, esto quiere decir que son mujeres que no tienen una valoración favorable de su persona y de sus habilidades. según a Coopersmith (1995) *“en este nivel implica a la persona un estado de insatisfacción, rechazo y desprecio de sí mismo, presenta características como vulnerabilidad a la crítica, considera que todos lo atacan con sus comentarios, lo hieren exageradamente, vive en resentimientos contra sus críticos, es incapaz de decir no, exagera la magnitud de sus errores sin llegar a perdonarse por completo, todo lo sienta mal, todo lo angustia y lo decepciona, presenta un negativismo generalizado en su vida, su futuro, y sobre todo una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma”*.

Es importante mencionar que este puntaje de autoestima baja, puede ser efecto de la violencia de género vivenciada, ya que la violencia como tal es un problema que está íntimamente relacionado con la apreciación que pueda tener la víctima sobre sí misma. De acuerdo a

Pinargote E. y Chávez M. (2017) “las mujeres en muchas oportunidades soportan los maltratos producto de su baja autoestima, se sienten frustradas y fracasadas; los diferentes tipos de maltratos que tienen que vivir no dejan que ellas reaccionen y no permitan los abusos a los que son sometidas en su cotidianidad. Estas mujeres maltratadas por lo general asumen como normal el comportamiento machista, desconocen el nuevo rol que tiene la mujer en la sociedad, una convivencia en equidad dada por la ley, pero que se sigue imponiendo la violencia del hombre ante cualquier sugerencia de una relación diferente. Hay que mencionar que el hombre maltratador tiene como arma principal quebrantar a su víctima en la destrucción de su autoestima, al principio con críticas e insultos enmascarados, luego insultos abiertos, humillaciones y burlas, acompañado de golpes, agresiones sexuales y por último infundir miedo por medio de amenazas para tener el control absoluto de su vida. Se puede prescribir que la desvalorización de la mujer violentada distorsiona su autoestima desde el punto de vista de su victimario, convirtiéndose en un ser sumiso, desconocedora de la protección y oportunidades que la sociedad actual le puede ofrecer”.

Cuadro n°2

Dimensiones de la autoestima

	Autoestima relacionada con el sí mismo		Autoestima social		Autoestima familiar	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	36	17,8	16	8,2	48	24,0
Medio-bajo	74	37,0	5	2,4	58	29,3
Medio-alto	64	32,2	94	47,1	50	25,0
Alto	26	13,0	85	42,3	44	21,6
Total	200	100	200	100	200	100

En el presente cuadro se pueden observar los datos referidos a las dimensiones de la autoestima, datos que se detallan a continuación:

En primer lugar respecto a la “Autoestima relacionada con el sí mismo”, la cual según Coopersmith (1995) es aquella “basada generalmente en la evaluación que el individuo se hace y se mantiene con respecto a si mismo, en mucho de los casos en relación con su imagen corporal y cualidades que el sostiene, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo”, se puede ver que un 37,0% de las mujeres víctimas de violencia de género presentan un nivel de autoestima medio-bajo, esto quiere decir que la percepción que tienen sobre sus propias personas no es del todo adecuada, no se pueden percibir como personas capaces y con valor. Esto en gran manera, puede deberse a los efectos de la violencia sufrida por cuestiones de género. De igual manera, hay que mencionar que el segundo dato significativo refiere que un 32,2% de las mujeres se ubica en un nivel medio-alto respecto a esta dimensión. Esta tendencia indica que son mujeres capaces, productivas, con perspectivas positivas en relación a ellas mismas.

Por otro lado, respecto a la “Autoestima social”, que según Coopersmith (1995), es “la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones sociales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo”, se observa que el 47,1% de las mujeres víctimas de violencia presentan un nivel medio-alto, seguido de un 42,3% que presenta un nivel alto, esta tendencia indica que son mujeres que respecto a las

relaciones que tienen con los demás tienen una apreciación positiva de sí mismas, haciendo referencia a las buenas habilidades para relacionarse de manera adecuada con el medio que les rodea.

Finalmente, en relación a la “Autoestima familiar”, que de acuerdo a Coopersmith (1995), se entiende como “una evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones en los miembros del grupo familiar, su capacidad, productividad, importancia y dignidad”, se puede notar que los datos se encuentran dispersos, ya que no hay un resultado claramente significativo, sin embargo un 53,3% de las mujeres presentan un nivel de autoestima familiar que se ubica entre medio-bajo y bajo, lo cual refiere que estas mujeres no se perciben del todo capaces o productivas, o hasta incluso sienten que no tienen importancia en relación a las interacciones que tienen con sus familias, lo cual resulta ser un dato poco favorable.

Cuadro n°3

Autoestima relacionada con el sí mismo

PREGUNTA	V		F		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
1.Usualmente las cosas no me molestan	62	32	138	68	200	100,0
3.Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese	117	58	83	42	200	100,0
4.Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad	34	18	167	82	200	100,0
5.Soy muy divertido (a)	67	34	133	66	200	100,0
6.Me altero fácilmente en casa	29	16	171	84	200	100,0
7.Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva	134	67	65	33	200	100,0
10.Me rindo fácilmente	115	57	85	43	200	100,0
12.Es bastante difícil ser "Yo mismo"	54	28	146	72	200	100,0
13.Me siento muchas veces confundido	133	66	87	44	200	100,0
15.Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo	148	73	52	27	200	100,0
17.Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo	115	57	85	43	200	100,0

De acuerdo al cuadro presentado se pueden evidenciar los datos más significativos de la dimensión autoestima relacionada con el sí mismo, resultados que se describen a continuación:

En relación al ítem “*Me altero fácilmente en casa*”, se pudo encontrar que el 84% de las mujeres víctimas de violencia de género, indican que no se alteran fácilmente en su hogar, esto quiere decir que la mayoría de las mujeres tienen control sobre sus emociones como la rabia o el disgusto, lo cual ayuda de gran manera a su tranquilidad como así también a su relacionamiento. Sobre el control de emociones, Sánchez A. (2021) refiere que “cuando nos dejamos dominar por nuestras emociones, podemos actuar impulsivamente sin reflexionar ni tener en cuenta las consecuencias de nuestras acciones, palabras o inacciones. Emociones difíciles como la ira, el odio, el miedo, los celos, la envidia o la irritabilidad producen una actividad en el cuerpo y en la mente que puede llegar a nublar la mente y puede interferir de manera inadecuada en nuestra conducta. Para aprender a manejar nuestras emociones es

imprescindible que seamos capaces de reconocer nuestros propios sentimientos, emociones y que aprendamos a identificar los sentimientos y emociones ajenos.

Por otra parte, respecto al ítem *“Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad”*, se observa que el 82% de las mujeres indica que no pueden tomar decisiones sin mayor dificultad, mostrando que tienen complicaciones al momento de decidir sobre algún tema. Es importante mencionar que esto puede deberse en cierta manera a la ansiedad y estrés causado por la vivencia violenta con sus parejas.

Por otro lado, respecto al ítem, *“Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo”*, comprueba que el 73% de las mujeres víctimas de violencia de género, afirman tener una pobre opinión acerca de sí mismas, dato que llama la atención, pues indica la negativa valoración que tienen las mujeres víctimas de violencia sobre sí mismas. De acuerdo a Clemente A. (2018) “los pensamientos que uno tiene sobre sí mismo parecen realidades absolutas, se basan en las experiencias que se han tenido en la vida, y los mensajes que estas experiencias han aportado para que se pueda formar una imagen de quién se es. Si las experiencias han sido malas, es probable que la valoración sobre uno mismo sea negativa. Las experiencias cruciales que ayudan a forjar estas creencias negativas o positivas sobre nosotros mismos es muy posible (aunque no siempre) que ocurran en edades tempranas”. Por último, el ítem *“Es bastante difícil ser Yo mismo”*, se observa que el 72% de las mujeres víctimas de violencia refieren que no les resulta bastante difícil ser ellas mismas, mostrando que son personas que a pesar de las complicaciones, pueden mostrarse de un manera auténtica frente a los demás, siendo ellas mismas sin alguna otra apariencia.

De manera general se puede ver que las mujeres no se enojan con facilidad en sus hogares, consideran que no es difícil ser ellas mismas, no obstante también presentan dificultad para tomar decisiones y tienen una opinión pobre sobre ellas mismas.

Cuadro n°4

Autoestima Social

	PREGUNTA	V		F		Total	
		Fr	%	Fr	%	Fr	%
2	Me resulta difícil hablar frente a un grupo	50	25	150	75	200	100,0
8	Soy popular entre las personas de mi edad	150	75	50	25	200	100,0
14	La gente usualmente sigue mis ideas	54	22	146	78	200	100,0
18	No estoy tan simpático como mucha gente	77	39	123	61	200	100,0
19	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo	90	45	110	55	200	100,0
21	Muchas personas son más preferidas que yo	37	15	173	85	200	100,0
23	Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago	67	34	133	66	200	100,0
24	Frecuentemente desearía ser otra persona	60	31	140	69	200	100,0
25	No soy digno de confianza	60	28	140	72	200	100,0

De acuerdo al cuadro presentado se exponen los datos más significativos de la dimensión autoestima social, datos que se detallan a continuación:

En primer lugar, respecto al ítem *“Muchas personas son más preferidas que yo”*, se puede ver que el 85% de las mujeres víctimas de violencia indican que no sienten que las demás personas sean más preferidas que ellas, dato que indica algo positivo, pues muestra que las mujeres sienten que les dan atención al igual que a los demás.

En relación al ítem *“La gente usualmente sigue mis ideas”*, un 78% de las mujeres víctimas de violencia, indica que por lo general la gente no sigue sus ideas, haciendo que en varias oportunidades la mayoría de las mujeres puedan sentir que sus ideas no son de utilidad ni de aporte para los demás, logrando que también su autoestima social se vea afectada de manera negativa.

Respecto al ítem *“Me resulta difícil hablar frente a un grupo”*, se evidencia que el 75% de las mujeres víctimas de violencia de género, afirman que no tienen dificultad para hablar frente a un grupo, lo cual resulta positivo y favorece al relacionamiento interpersonal en su cotidiano vivir. Hablar en público es parte de las habilidades sociales que una persona pueda tener y

resultan de vital importancia. Según Vicente P. (2019) “las personas somos seres sociales por lo que de manera inevitable tenemos que relacionarnos con los demás para sobrevivir. Por tanto, las habilidades sociales son necesarias para que logremos adaptarnos de manera satisfactoria a las diferentes situaciones que se nos presentan en el día a día” situaciones como por ejemplo hablar frente a un grupo de personas.

Finalmente, respecto al ítem “*Soy popular entre las personas de mi edad*”, se puede ver que el 75% de las mujeres reconocen tener cierta popularidad respecto a otras personas que tienen masomenos su edad, esto puede deberse, en cierto grado, a lo que se decía en un párrafo anterior; que la mayoría de las mujeres no tienen dificultades para hablar frente a un grupo social.

De manera global, se muestra que las mujeres víctimas de violencia indican que la gente por lo general no sigue sus ideas no obstante, consideran que son populares entre personas de su edad y que no tienen dificultades para hablar frente a otros grupos, denotando un favorable nivel de autoestima social.

Cuadro n°5

Autoestima Familiar

PREGUNTA	V		F		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
9.Generalmente mi familia considera mis sentimientos	54	28	146	72	200	100,0
11.Mi familia espera mucho de mí	133	66	89	44	200	100,0
16.Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa	173	85	27	15	200	100,0
20.Mi familia me comprende	52	27	148	73	200	100,0
22.Frecuentemente siento como si mi familia me estuviera presionando	138	68	62	32	200	100,0

De acuerdo al cuadro presentado se observan los resultados más significativos de los ítems correspondientes a la dimensión autoestima familiar; datos que se describen a continuación:

En primer lugar, sobre el ítem *“Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa”*, se puede ver que el 85% de las mujeres víctimas de violencia de género, responden que sí les gustaría irse de su casa, este dato puede deberse a la negativa dinámica de relación de pareja que tienen, pues la violencia puede ser la causante de ese deseo de dejar el hogar. En relación al ítem *“Mi familia me comprende”*, se observa que el 73% de las mujeres indican que no considera que su familia le brinda comprensión, lo cual representa ser algo desfavorable para estas mujeres pues la comprensión de la familia es importante a la hora de sobre llevar esta problemática, la familia pasa a ser un factor de protección para cualquier víctima de violencia de género.

De acuerdo a los datos presentados se prueba que las mujeres víctimas de violencia de género, no presentan un nivel de autoestima familiar positivo, lo cual hace aún más complicada la situación. No olvidemos que la familia como tal se debería de constituir para la víctima de violencia en un soporte que le brinde comprensión y ayuda, para poder salir de ese círculo de violencia, pero en muchas oportunidades esa valoración que tiene la mujer en relación a su

relacionamiento familiar, es negativo, es decir, la familia no coadyuva en la solución del problema.

5.2. SEGUNDO OBJETIVO ESPECÍFICO

De acuerdo al objetivo planteado; *“Evaluar el nivel de resiliencia (ecuanimidad, sentirse bien-solo, confianza en sí mismo, perseverancia, satisfacción personal) en mujeres víctimas de violencia de género”*, se observan los siguientes datos:

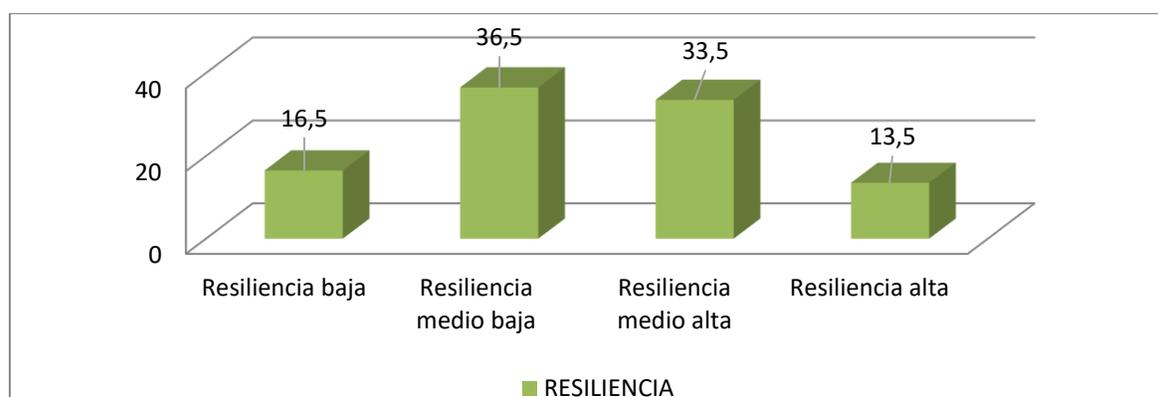
Cuadro n°6

Resiliencia general

RESILIENCIA	Frecuencia	Porcentaje
	Fr	%
Resiliencia baja	33	16,5
Resiliencia medio-bajo	73	36,5
Resiliencia medio-alto	67	33,5
Resiliencia alta	27	13,5
Total	200	100,0

Gráfico n°2

Resiliencia general



Fuente: Inventario De Autoestima De Coopersmith

En el presente cuadro se presentan los resultados referidos a la resiliencia, la cual es definida como *“La capacidad de sobreponerse ante la adversidad. El conjunto de procesos sociales e*

intrapsíquicos que posibilitan tener una vida “sana” viviendo en un medio “insano”. (Wagnild y Young, 1993: 17).

De acuerdo a los resultados se puede ver que el puntaje más significativo indica que el 36,5% de las mujeres que son víctimas de violencia de género, presentan un nivel de resiliencia medio-bajo, esto quiere decir que su capacidad o las habilidades para poder reponerse a situaciones adversas no son las mejores y les resulta difícil superar los problemas, lo cual es desfavorable ya que hace más difícil el enfrentamiento al problema de la violencia que pueden estar viviendo.

Si analizamos de manera global se percibe que el 53% de la población tiende a presentar un nivel de resiliencia que va desde medio-bajo a baja. Sobre la resiliencia en casos de violencia de género, Lazo D. (2021) afirma que “es una característica que desarrollan algunas personas, esta les permite enfrentar estas situaciones adversas, sobreponerse e intentar seguir en un ritmo de vida favorable, siendo especialmente importante cuando las situaciones son de violencia. La importancia de la resiliencia en la personas radica en que a pesar de haber tenido un trauma debido a la violencia, se puede salir de esta situación y potenciar un nuevo proyecto de vida, de la mano de personal con el conocimiento necesario para potenciar los pilares de la resiliencia. La resiliencia aporta a las mujeres víctimas de violencia la fortaleza necesaria para salir de situaciones difíciles, aumenta la autoestima, y da herramientas para que la mujer en relación con el ambiente que la rodea pueda actuar sobre él y crear barreras de protección”.

Por su parte De Mera A., & Moreira J. (2018) aluden que “para destacar y potenciar las capacidades que cada mujer puede desarrollar, las mujeres deben tener la capacidad de poner un alto ante cualquier tipo de maltrato, que en la mayoría de los casos se da por su pareja. Se considera que las mujeres maltratadas no gozan de un buen estado de salud y tienen una menor capacidad de resiliencia, entonces se debería profundizar en el conocimiento del estado de salud de las mujeres violentadas por su pareja, especialmente en prevención, y resaltando la importancia sobre su capacidad resiliente. Las mujeres que tienen buena resiliencia, son sobrevivientes de violencia, muestran empoderamiento en su desarrollo personal, reconocen que si vivieron violencia y no se esconden tras esta barrera, confían en sus capacidades, se sienten orgullosas de sus logros pueden adaptarse fácilmente a la adversidad, regularizan

positivamente el miedo al agresor, manejan sus emociones en los momentos precisos y fortalecen sus mecanismos de auto protección y autoestima”.

Como se ha presentado, la resiliencia es un elemento importante dentro del problema de la violencia, pues se convierte en un factor de protección y es su fortalecimiento, el que nos ayuda a trabajar en este tipo de casos en los que las mujeres sufren cualquier tipo de maltrato.

Cuadro n°7

Dimensiones de la resiliencia

	Ecuanimidad		Sentirse bien-solo		Confianza en sí mismo		Perseverancia		Satisfacción personal	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Baja	94	47,0	50	24,5	0	0,0	35	17,8	84	42,3
Medio-bajo	83	41,5	70	35,0	96	48,0	74	37,0	94	47,1
Medio-alto	18	9,0	64	32,0	55	27,5	65	32,2	5	2,4
Alta	5	2,5	16	8,5	49	24,5	26	13,0	17	8,2
Total	200	100	200	100	200	100	200	100	200	100

De acuerdo al cuadro presentado, se observa los datos referidos a cada una de las dimensiones propuestas para la resiliencia, los cuales se detallan a continuación:

De acuerdo a la ecuanimidad, que según Wagnild y Young (1993) es aquella “capacidad de conservar una perspectiva equilibrada de la vida propia y sus experiencias, enfrentar las situaciones adversas de una forma calmada, moderando la actitud ante los problemas”, se puede ver que el 47,0% y el 41,5% de las mujeres víctimas de violencia presentan un nivel de resiliencia baja y medio-bajo, esto quiere decir que son mujeres que tienen dificultad para enfrentar los problemas de manera calmada y que tampoco tienen un equilibrio entre sus perspectivas y su vida.

Por otra parte, en relación a sentirse bien-solo, que de acuerdo a Wagnild y Young (1993) es la “capacidad de comprender que la vida es única y le pertenece a cada persona, se pueden compartir algunas experiencias, pero hay otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien-solo da un significado de libertad”, se pudo encontrar que el 35,0% y el 24,5% de las mujeres presenta una resiliencia medio-bajo y baja, es decir, son mujeres que tienen dificultades para enfrentar solas las adversidades.

Por otra parte, respecto a la confianza en sí mismo, que según Wagnild y Young (1993) es la “capacidad de creer en sí mismo y en las habilidades propias, además de reconocer nuestras

fortalezas y limitaciones”, se encontró que el 48,0% de las mujeres víctimas de violencia de género tienen un nivel medio-bajo, esto quiere decir que son personas que no tienen una buena percepción de sus habilidades para enfrentar el problema.

De igual forma, sobre la dimensión perseverancia, se pudo encontrar que el 37,0% de las mujeres presenta un nivel medio-bajo, lo que quiere decir que son mujeres que no tienen una buena capacidad de seguir persistiendo en la lucha contra el problema, esto repercute en no poder salir del círculo de violencia en el que se encuentran. Aunque también se observa que el 32,2% de las mujeres presenta un nivel medio-alto respecto a esta dimensión. Wagnild y Young (1993) indica que esta dimensión se trata de “la persistencia de continuar luchando ante la adversidad y construir una vida permaneciendo involucrado y practicando la autodisciplina”.

Finalmente, sobre la satisfacción personal, se puede ver que el 47,1% y el 42,3% de las mujeres presentan un nivel de resiliencia medio-bajo y bajo lo cual quiere decir que son personas que no perciben de manera clara el significado que tienen sus vidas para ellos, este es un dato que debe llamarnos la atención y sobre el cual se debería de trabajar o recomendar. Según Wagnild y Young (1993) esta dimensión “hace referencia a la capacidad que tienen las personas de comprender que hay un significado en la vida y vivir por ello”.

Cuadro n° 8

Ecuanimidad

ITEMS	De acuerdo		Desacuerdo		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
1. Cuando planeo algo lo realizo.	88	44,2	112	55,8	200	100,0
2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	45	23,6	155	76,4	200	100,0
3. Dependo más de mí que de otras personas.	99	49,5	101	50,5	200	100,0
4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	78	39,4	122	60,6	200	100,0
5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	107	53,4	93	46,6	200	100,0

De acuerdo al cuadro presentado se pueden observar los resultados más significativos de los ítems correspondientes a la dimensión ecuanimidad, datos que se describen a continuación:

En primer lugar, respecto al ítem “*Generalmente me las arreglo de una manera u otra*”, se pudo encontrar que el 76,4% de las mujeres víctimas de violencia de género refieren estar en desacuerdo, lo cual significa que tienen dificultades para arreglar sus problemas y que por lo general no lo solucionan de una manera u otra.

De igual manera, sobre el ítem “*Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas*”, se puede ver que el 60,6% de las mujeres indica estar en desacuerdo, esto quiere decir que la mayoría de las mujeres considera que no es importante para ellas mantenerse interesadas en las cosas. Estar enfocado en las cosas nos ayuda a concretar o cumplir objetivos, al perder el interés en algo, por lo general hace que no avancemos en lo que nos habíamos propuesto.

Por su parte, respecto al ítem “*Cuando planeo algo lo realizo*”, se puede observar que el 55,8% de las mujeres indica estar en desacuerdo, pues esto nos muestra que la mayoría de las mujeres no llega a concretar o finalizar sus planes o algo que hayan estado pensando en hacer. Esto puede deberse a la violencia o a la misma convivencia negativa que tienen, ya que esto les imposibilita poder cumplir con algunos objetivos o planes previstos. Hay que indicar que este dato es desfavorable ya que puede causar insatisfacción o sentimientos de fracaso en las

mujeres. El poder realizar lo que planeamos es importante, de acuerdo a Arrieta U. (2021) “el conseguir lo que planeamos nos hace sentirnos bien y se convierte en un estímulo para intentar lograr el siguiente objetivo, lo que contribuye a mantener una motivación positiva y a desarrollar la confianza en nosotros mismos”.

Cuadro n°9

Sentirse bien-sólo

ITEMS	De acuerdo		Desacuerdo		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	60	30,8	140	69,2	200	100,0
7. Usualmente veo las cosas a largo plazo.	69	35,1	131	64,9	200	100,0
8. Soy amigo de mí mismo.	86	43,3	114	56,7	200	100,0
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	87	43,8	113	56,3	200	100,0
10. Soy decidido.	42	22,1	158	77,9	200	100,0

De acuerdo al cuadro presentado se pueden observar los resultados más importantes respecto a los ítems correspondientes a la dimensión: sentirse bien-sólo, datos que se describen a continuación:

De acuerdo al ítem “*Soy decidido*”, se puede observar que el 77,9% de las mujeres indica estar en desacuerdo, lo cual quiere decir que la mayoría considera que no son personas decididas. Esto puede deberse a diversos factores, uno de ellos pueden ser una apreciación negativa de sí mismas por efecto de la violencia vivenciada. Ser decidido es una característica importante en la vida, nos ayuda a dar el primer paso para enfrentar el problema o la situación adversa que estemos pasando. Según Rodríguez C. (2020) “Tomar una decisión es una de las acciones más difíciles a las que nos enfrentamos. Aprender a tomar decisiones implica tomar las riendas de nuestra vida. Cuando una persona toma decisiones es la dueña de su vida es la responsable de su camino y dueña de su destino. Aprender a tomar decisiones es muy importante para la felicidad y el bienestar personal”.

Por otra parte, en relación al ítem “*Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida*”, se observa que el 69,2% de las mujeres víctimas de violencia de género, afirman estar en

desacuerdo, esto quiere decir que son mujeres que en general no sienten orgullo por haber logrado conseguir cosas en su vida. Este dato denota una insatisfacción y sentimiento de estancamiento, que puede deberse a una variedad de factores, como no haber cumplido con objetivos trazados, una autoestima baja o directamente por los efectos de la relación de violencia que tuvieron o tienen en muchos casos.

Finalmente, respecto al ítem “*Usualmente veo las cosas a largo plazo*”, se nota que el 64,9% de las mujeres indica estar en desacuerdo, esto quiere decir que son personas que por lo general no ven o planifican las cosas a largo plazo, lo cual no es un indicador positivo, recordemos que ver las cosas a largo plazo nos ayuda a tener un mejor ordenamiento de nuestros objetivos a corto plazo. La planificación de la vida y ver las cosas a largo plazo, es muy importante para poder afrontar el día a día que tengamos. De acuerdo a Monge B. (2016) “es fundamental también que las personas tengan un propósito general en su vida, que sea el motor que los lleve a enfrentar retos y dificultades en aras de lograr ese propósito general. Todos los días tenemos oportunidades para hacer los cambios necesarios que nos permitan mejorar nuestra condición de vida”.

Cuadro n°10

Confianza En Sí Mismo

ITEMS	De acuerdo		Desacuerdo		total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
11. Casi siempre pregunto cuál es la finalidad de todo.	79	39,9	121	60,1	200	100,0
12. Tomo las cosas una por una.	115	57,2	85	42,8	200	100,0
13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	38	20,2	162	79,8	200	100,0
14. Tengo autodisciplina.	91	45,7	109	54,3	200	100,0
15. Me mantengo interesado en las cosas.	76	38,5	124	61,5	200	100,0

De acuerdo al cuadro presentado se observa los resultados más significativos respecto a los ítems correspondientes a la dimensión: confianza en sí mismo, datos que se describen a continuación:

En relación al ítem *“Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente”*, se comprueba que el 79,8% de las mujeres señalan estar en desacuerdo, lo cual significa que la mayoría de ellas no pueden hacer frente a problemas que ya los han experimentado. Este dato denota que la confianza en sí mismas se encuentra dañada y puede deberse a los efectos de la violencia ejercida, pues en muchas ocasiones los gritos, humillaciones o golpes, hacen que las víctimas no confíen en poder superar esta situación o afrontar el problema.

De igual forma con el ítem *“Me mantengo interesado en las cosas”*, se observa que la mayoría de las mujeres en un 61,5%, indica estar en desacuerdo. Este dato descrito en un cuadro anterior, quiere decir que estas son personas que de manera general, no mantienen interés en las cosas, lo cual repercute en el no cumplimiento de objetivos y en la dejadez.

Por último, respecto al ítem *“Casi siempre pregunto cuál es la finalidad de todo”*, se observa que el 60,1% de las mujeres víctimas de violencia de género, expresan estar en desacuerdo, esto indica que son personas que por lo general casi siempre están preguntando la finalidad de

cualquier cosa. Al igual que los demás porcentajes presentados, este dato denota que las mujeres víctimas de violencia no presentan una confianza positiva en sí mismas.

La confianza en sí mismo es un elemento muy importante para poder enfrentar adversidades. De acuerdo a Comeau R. (2019) “la autoconfianza, es un concepto que está muy relacionado con el desarrollo personal, puesto que una autoconfianza alta permite superar los obstáculos que pueden ir surgiendo en el camino de un individuo a la hora de luchar por una meta. Cuando una persona tiene una autoconfianza elevada, está muy interesada en las tareas en las que participa porque se siente competente, ve los problemas como desafíos estimulantes, experimenta un compromiso elevado hacia sus intereses y actividades, y se recupera rápido de sus fracasos”.

Cuadro n°11

Perseverancia

ITEMS	De acuerdo		Desacuerdo		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
16. Por lo general encuentro algo de que reírme.	73	37,0	127	63,0	200	100,0
17. El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	60	30,8	140	69,2	200	100,0
18. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	131	64,9	69	35,1	200	100,0
19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	114	56,7	86	43,3	200	100,0
20. Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	111	55,3	89	44,7	200	100,0

De acuerdo al cuadro presentado se perciben los resultados más significativos respecto a los ítems correspondientes a la dimensión: perseverancia, porcentajes que se describen a continuación:

En relación al ítem *“El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles”*, se puede observar que el 69,2% de las mujeres víctimas de violencia de género, indican estar en desacuerdo, lo cual quiere decir que la mayoría de estas mujeres no consideran que el creer en ellas les puede permitir atravesar adversidades, esta distorsión cognitiva puede deberse a la violencia ejercida por su pareja mediante falsas creencias, que hacen que la mujer considere que creer en ella misma no le sirve para enfrentar los problemas.

Por otro lado, respecto al ítem *“En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar”*, se evidencia que el 64,9% de las mujeres indica estar de acuerdo, lo cual quiere decir que son mujeres que ante una emergencia o un suceso inesperado se consideran personas en las que se puede depositar confianza. Este resultado es algo que comúnmente se puede encontrar, las personas que no están atravesando por un buen momento siempre se muestran predispuestas a ayudar a los demás, algo que hasta cierto punto llega a ser contradictorio, pues

muestran una predisposición a ayudar a los demás pero a la vez presentan dificultad para poder enfrentar sus problemas ellas mismas.

Finalmente, respecto al ítem *“Por lo general encuentro algo de que reírme”*, se describe que el 63,0% de las mujeres víctimas de violencia de género están en desacuerdo, lo cual quiere decir que la mayoría de estas mujeres por lo general no encuentran motivos para reír. Esto denota el bienestar general que las mujeres están teniendo, el cual puede que haya sido afectado negativamente por efectos de la violencia y por ende, las mujeres no encuentran motivos para reír pues la situación que están atravesando les resulta compleja y desgastante.

Cuadro n°12

Satisfacción personal

ITEMS	De acuerdo		Desacuerdo		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
21. Mi vida tiene significado.	73	37,0	127	63,0	200	100,0
22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	105	52,4	95	47,6	200	100,0
23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	56	28,8	144	71,2	200	100,0
24. Tengo la energía para hacer lo que debo hacer.	90	45,2	110	54,8	200	100,0
25. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	104	51,9	98	48,1	200	100,0

De acuerdo al cuadro presentado se observa los resultados más significativos respecto a los ítems correspondientes a la dimensión: satisfacción personal, los cuales se describen a continuación:

En primer lugar, respecto al ítem *“Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida”* se evidencia que el 71,2% de las mujeres indica estar en desacuerdo, esto quiere decir que son personas que no se consideran capaces de encontrar una salida a una situación compleja. Este dato nos muestra un negativismo considerable, que se puede entender debido a la falta de confianza que en muchos casos presentan estas mujeres, así como también debido a las distorsiones cognitivas o falsas creencias que les han impuesto.

De igual manera, respecto al ítem *“Mi vida tiene significado”*, se observa que el 63,0% de las mujeres está en desacuerdo, lo cual quiere decir que para muchas de ellas su vida no tiene significado. Esto puede deberse a la violencia ejercida, pues al considerar todo lo sufrido tienen la percepción errónea de que el problema no se puede solucionar y su vida ya carece de significación alguna. Este resultado debe llamar la atención, pues nos indica que estas mujeres presentan una baja satisfacción personal y que se debería trabajar de manera pertinente.

De igual forma, en el ítem *“Tengo la energía para hacer lo que debo hacer”*, el 54,8% de las mujeres indican estar en desacuerdo, es decir, son personas que consideran que no tienen la energía necesaria para hacer lo que deberían hacer, denotando que su estado del ánimo también se ha visto afectado por los efectos de la violencia. Tener las energías suficientes nos ayuda a enfrentar las adversidades pero si no contamos con ello, el enfrentamiento se hace cada vez más difícil.

5.3. TERCER OBJETIVO ESPECÍFICO

De acuerdo al tercer objetivo específico; “*Establecer la relación entre el nivel de autoestima y resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género*”, se exponen los siguientes resultados:

Cuadro n°13

Cruce De Variables Autoestima y Resiliencia

Resiliencia	Autoestima				Total
	Autoestima bajo	Autoestima medio-bajo	Autoestima medio-alto	Autoestima alto	
Bajo	8	12	9	4	33
	17%	17.6%	13.2%	23.5%	16.5%
Medio-Bajo	15	28	26	4	73
	31.9%	41.1%	38.2%	23.5%	36.2%
Medio-Alto	15	22	18	4	67
	31.9%	32.3%	26.4%	23.5%	33.5%
Alto	1	6	15	5	27
	2.1%	8.8%	22%	29.4%	13.5%
Total	47	68	68	17	200
	100%	100%	100%	100%	100%

Medida de relación	Correlación hallada	N
Coeficiente de correlación r de Pearson	R= 0,91	200

Dentro del presente cuadro, haciendo la sumatoria de los puntajes se evidencian ciertas tendencias marcadas, en primer lugar el 48,9% de las mujeres víctimas de violencia de género tienen una autoestima baja las mismas presentan un nivel de resiliencia que oscila entre baja y medio-bajo. Asimismo, otro puntaje significativo refiere que el 58,7% de las mujeres que presentan un nivel de autoestima medio-bajo a la vez presentan un nivel de resiliencia baja y

medio-bajo, siendo un nivel de resiliencia poco favorable. Ahora bien si observamos la otra parte del cuadro, se muestra que el 52,9% de las mujeres que tienen un nivel de autoestima alto a la vez presentan un nivel de resiliencia que oscila entre medio-alta y alta, lo cual indica que estas mujeres tienen una buena capacidad para reponerse ante las dificultades o problemas que se les presenten. Analizando estos datos, se deduce que las mujeres que presentan un nivel de autoestima alto; a la vez tienden a presentar un nivel de resiliencia elevado.

Es importante mencionar que esta relación también se encontró en la correlación realizada, pues se identificó un índice de correlación de **(0,91)**, lo cual quiere decir que entre las dos variables existe una **correlación positiva muy alta**, que indica que a mayor nivel de autoestima, mayor es el nivel de resiliencia presentada en las mujeres víctimas de violencia de género. Esto puede deberse a que una persona que tiene una valoración positiva de sí misma y de sus capacidades, puede ver con mayor esperanza la solución de los problemas o adversidades porque se siente más segura de afrontarlos, lo cual repercute a que aumente su capacidad de resiliencia.

Siguiendo esta idea, Hoyos S. (2021) refiere que “la autoestima es un pilar fundamental de la resiliencia, es el pilar que promueve conductas resilientes en las personas. Dado que es la forma en que se demuestra la valía personal y el respeto de sí mismo a partir del cual empieza a reconstruirse con una visión positiva, dado que se descubre a sí mismo, reconoce sus fortalezas y oportunidades y las utiliza para tener éxito en la vida. Por el contrario, algunos señalan que una autoestima baja influye de manera negativa en la resiliencia y mayores niveles de autoestima favorecen las actitudes resilientes”.

De acuerdo a esta relación, Gonzales J. (2019) también afirma que “la autoestima y la resiliencia son dos conceptos profundamente relacionados, una persona con una alta autoestima tendrá una mayor capacidad de sobreponerse a cualquier dificultad que se le presente, y eso implica tener una mayor resiliencia. De igual forma es posible fortalecer la autoestima a través de una actitud resiliente ante las dificultades. En este sentido, podríamos decir que tanto la autoestima como la resiliencia son las dos caras de una misma moneda y la una no puede existir sin la otra. No es posible tener una alta autoestima sin una capacidad de resiliencia bien desarrollada y de igual forma es muy complicado afrontar los problemas con resiliencia si se carece de una buena autoestima”.

Para terminar es importante hacer referencia que sin lugar a dudas ambas variables, es decir la autoestima y la resiliencia, son necesarias y fundamentales en el desarrollo de toda persona y más aún en mujeres víctimas de violencia de género, pues el fortalecimiento de una de ellas lleva al incremento de la otra.

CAPÍTULO VI
“CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES”

6.1. CONCLUSIONES

Considerando los resultados encontrados y los objetivos planteados, se presentan las siguientes conclusiones:

- En primer lugar, respecto a la **autoestima**, que es entendida como una apreciación que tiene la persona sobre sí misma, expresando una postura de aprobación o desaprobación. Se considera dos puntajes significativos: el 33,7% de las mujeres presentan un nivel de autoestima medio-bajo y el 33,7% presenta un nivel medio-alto denotando que hay una tendencia hacia un nivel intermedio de autoestima, esto quiere decir que son mujeres que pueden presentar una apreciación favorable sobre sí mismas, aunque en algunas oportunidades esto puede ser irregular.

Esta valoración se formuló haciendo hincapié a las dimensiones autoestima que son: (autoestima relacionado con el sí mismo, autoestima social, autoestima familiar)

Autoestima relacionada con el sí mismo: Basada en la evaluación que el individuo se hace y mantiene con respecto a sí mismo, en muchos de los casos en relación con su imagen corporal y calidades que él sostiene, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

Autoestima social: Basada en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación a sus interacciones sociales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

Autoestima familiar: Es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones en los miembros del grupo familiar, su capacidad, productividad, importancia y dignidad, implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

La hipótesis planteada en relación a esta variable; *“Las mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Bermejo, presentan un nivel de autoestima baja”*, se **rechaza**.

- Respecto a la **resiliencia**; es comprendida como una capacidad que tienen las personas para sobreponerse ante la adversidad, se encontró que un 36,5% de las mujeres que son víctimas de violencia de género, presentan un nivel de resiliencia medio-baja, lo cual indica que su capacidad para poder reponerse a situaciones adversidad no es la mejor y les resulta cierta dificultad para superar los problemas.

Esta valoración se formuló haciendo hincapié a las dimensiones de resiliencia que son: (Ecuanimidad, Sentirse bien-solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, Satisfacción personal).

Ecuanimidad: Capacidad de conservar una perspectiva equilibrada de la vida propia y sus experiencias, enfrentar las situaciones adversas de una forma calmada, moderando la actitud ante los problemas.

Satisfacción Personal: Hace referencia a la capacidad que tienen las personas de comprender que hay un significado en la vida y vivir por ello.

Confianza en sí mismo: Capacidad de creer en sí mismo y en las habilidades propias, además de reconocer nuestras fortalezas y limitaciones.

Sentirse bien-solo: Capacidad de comprender que la vida es única y le pertenece a cada persona, se pueden compartir algunas experiencias, pero hay otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien-solo da un significado de libertad.

Considerando este resultado la hipótesis planteada; *“Las mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Bermejo, presentan un nivel de resiliencia medio-bajo”*, se **confirma**.

- Finalmente, respecto a la **correlación** existente entre ambas variables se pudo encontrar que existe una correlación positiva muy alta, lo cual quiere decir que a mayor nivel de autoestima, mayor también es el nivel de resiliencia que presentan las mujeres víctimas de violencia de género. De esta forma la hipótesis planteada en una etapa inicial; *“A mayor nivel de autoestima, mayor es el nivel de resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Bermejo”*, se **confirma**.

6.2. RECOMENDACIONES

Una vez concluida la investigación y con el fin de reducir la problemática, se formulan las siguientes recomendaciones:

- ❖ A los padres de familia y profesores de las adolescentes que sufren violencia por parte de la pareja, se les sugiere que proporcionen atención psicológica a las víctimas, pues aunque éstas, en la mayor parte de los casos, no solicitan ayuda y dan la apariencia de no estar sufriendo ni quieren denunciar al agresor, sí están esperando el afecto y protección de sus seres queridos. El comportamiento de las mujeres de negar la violencia es un mecanismo de defensa aprendido que se denomina “perfil de sumisión”, que desarrollan las víctimas de malos tratos como una forma de evitar de alguna manera la agresividad y poder mantener la relación afectiva con el agresor.

A **futuros investigadores del tema** se sugiere prestar atención a estas cuestiones que quedaron sin explicación o en la incertidumbre en esta investigación:

- ❖ Investigar la relación entre edad y autoestima. Se sugiere tomar un rango de edad más amplio y analizar qué sucede con la autoestima a medida que avanza la edad.
- ❖ Se recomienda estudiar la relación entre violencia y autoestima de manera longitudinal mientras dura el noviazgo. Qué sucede con las parejas donde ambos presentan un nivel de autoestima elevada y caracteres parecidos. En toda la literatura revisada se ha encontrado que las víctimas de violencia tienen una autoestima baja. En este estudio se ha encontrado la misma relación.
- ❖ Se recomienda en futuras investigaciones medir la violencia también en el varón, pues es la pieza que falta a esta investigación y que podría dar respuesta a muchas de las interrogantes planteadas. En este estudio no toma en cuenta al varón, en primer lugar, por encontrar mayor resistencia en ellos a participar en el estudio y, en segundo lugar, porque no se ha ubicado instrumentos específicamente adaptados para medir la violencia desde el punto de vista de los hombres. Particularmente sería muy esclarecedor correlacionar la versión del varón con toda la información proporcionada por la mujer sobre las causales de la violencia. Asimismo,

se podría medir la autoestima del varón y establecer si evidentemente existe más violencia cuando personas de parecida autoestima se encuentran.

- ❖ Se sugiere ampliar la investigación de este tema a la familia de ambos miembros de la pareja, pues todas las investigaciones sobre el origen del comportamiento agresivo, señalan a la familia como el factor principal. Particularmente resultaría muy esclarecedor estudiar cómo fue la infancia de las personas involucradas en violencia, el tipo de apego, la relación entre sus padres y evidenciar o descartar si este esquema agresivo es un patrón aprendido en la familia. Los estudios sobre el tema indican que las víctimas que soportan la violencia por largos periodos aprendieron ese esquema defensivo de alguno de los progenitores (generalmente de la madre) como mecanismo de defensa para evitar la violencia del otro progenitor, cuando eran niñas y no en la adolescencia.